



Food_ KONNYAKU

Spot_ Tanno Konnyaku Bansho

かみのやま 美と出会う旅



★季節により内容は異なります

クアオルト
ウォーキング
未参加でも
お召し上がり
いただけます

体に
やさしく、
おなが満足。
クアオルトランチ

HEALTHY & TASTY
KONNYAKU

昔から“お腹の砂おろし”と呼ばれ、日本の食卓で親しまれてきた蒟蒻。グルコマンナン、カルシウム、セラミドが豊富に含まれ、生活習慣病や便秘の予防にも効果があると言われています。

クアオルトこんにゃく会席箱膳

前日まで要予約 1名様 1,500円 (税別)

蒟蒻を四季折々の景色と共にいただく箱膳。カロリーは400kcal前後を目安に、糖質オフだけではなく、塩分をできるだけ減らし1食約3グラム程度になるよう工夫しています。よく噛むことで満腹感も得られます。旅のお食事の楽しさに健康へのケアをプラスした、カラダに優しいお料理になっています。1品1品、どれも蒟蒻のできているか楽しみながらお召し上がりください。

※日本高血圧学会減塩委員会は、高血圧予防のために1日6グラム未満という制限を勧めています

私の「美」が目覚める旅

写真提供：上山市クアオルト推進室

What is KURORT?

クアオルトとは、ドイツ語で「健康保養地」を意味します。上山市では、先進ドイツにならい、自然・温泉・食などの恵まれた地域資源を活かし、全国に先駆けて“心と体がうるおう”まちづくりを進めています。



ヘルス ツーリズム 認証プログラム

旅行という非日常的な楽しみの中で、健康回復や健康増進を図る取組を、国の委託を受けた第三者機関が認定するものです。本プログラムは全国で初めて認証されたものであり、上山市内からは全国最多となる5つのプログラムが認証されています。



かみのやま温泉クアオルト

現在上山市内では日本で唯一、ドイツ・ミュンヘン大学より鑑定を受けた認定8コースを中心に、ドイツの運動療法「気候性地形療法」を取り入れ、医学的根拠に基づく“頑張らないで楽しく運動効果を高める”クアオルト健康ウォーキングを年間360日、専門ガイドが付いて開催しています。また、四季折々の地元食材を生かした栄養バランスに富んだ食事、温泉でのリラックスなど、健康づくりに大切な三大要素「運動・栄養・休養」の魅力がギュッと詰まっています。

この度丹野こんにゃくでは、第1回ヘルスツーリズム認証を受けました。上山市の旅をきっかけとして、旅行後も健康的な行動を持続することにより、豊かな日常生活を過ごせるようになることを願い、弊社では「クアオルトこんにゃく会席箱膳」をご提供いたします。どうぞご興味くださいませ。



詳しくはこちら

<https://www.city.kaminoyama.yamagata.jp/site/kurort/>

かみのやま温泉 クアオルト



ごあいさつ —こんにゃくへのおもい—

楯下宿丹野こんにゃくは、みなさまの笑顔と健康のため、蒟蒻の製造と販売に邁進してまいりました。「人」「水」「創」を大切に、愛情とおもてなし、そして山形の四季があるからこそ作り上げることができる丹野の蒟蒻。

蒟蒻は90数%が水分できていて、余計なものを吸収する前に体の悪いものをこすり落としてくれるのです。腸が長い日本人には、最適な食べ物なのです。体に良いからと言って毎日食べるのは大変かもしれません。だからこそ、これならたまにでも食べたいと思っていただけるだろうかと考えるうちに、蒟蒻メニューのバリエーションが増えていきました。懐石やお土産など様々な蒟蒻を喜んでいただけたらと思います。知れば知る程、奥が深い蒟蒻。蒟蒻造りでみなさまを笑顔にできたら幸いに存じます。

丹野こんにゃく 代表 丹野 真敬



蒟蒻の魅力を心ゆくまでたのしめる、「こんにゃく番所」へ是非お越しください

★季節により内容は異なります



お食事処

11:00 ~ 16:00 (L.O.)
【休】毎週火曜日、1/1

「クアオルトこんにゃく会席箱膳」より、豪華に!

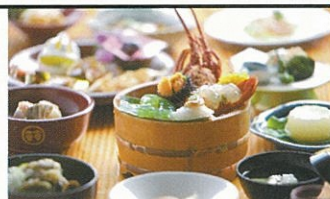
個室にて
ご利用
いただけます

▲こんにゃく箱膳 1名様 2,800円 (税別)

前日まで要予約 ※2名様より承ります

こんにゃく番所 懐石献立 各種
(一懐石料理からご用意しております)

蒟蒻を四季折々の景色と共にごいただく懐石。旅のお食事の楽しさに健康へのケアをプラスした、体に優しいお料理になっています。一品一品、どれも蒟蒻でできているか楽しみながらお召し上がりください。



※写真はイメージです。季節により献立の内容が変わりますのでご了承ください。



売店 9:00 ~ 17:00
【休】1/1

山形名物玉こんにゃくをはじめ、焼き鳥風こん肉焼きや、ごはんのお供に人気のお土産の蒟蒻商品が並びます。ご自宅でも蒟蒻料理をお楽しみいただけます。



Cafe 日々蒟蒻


9:30 ~ 16:00
【休】毎週火曜日、1/1、他



「これがこんにゃくの!?」という驚きがいっぱい。スイーツの数々は、日々蒟蒻のこんにゃくパティシエが専門で作っています。限りなく本物に近い食感・味わいの美味しいこんにゃくスイーツをぜひお楽しみ下さい。

こんにゃく番所 (お食事処) 営業時間 / 11:00 ~ 16:00 (L.O.) ※L.O.早まる場合がございますので、詳しくはお電話にてお問い合わせください。

その他、メニューの詳細等は
ホームページをご覧ください

丹野こんにゃく こんにゃく番所 
<http://www.tannokonyaku.co.jp/shop/>

オンライン
ショップはこちら

丹野こんにゃく オンラインショップ 
<https://shop.tannokonyaku.co.jp/>



楯下宿 丹野こんにゃく 

TEL.023-674-2351
FAX.023-674-2515

〒999-3224 上山市皆沢字諏訪前608-1 <http://www.tannokonyaku.co.jp/>

