

01

OCEAN'S
DINER



オーシャンズ
ダイナー

住 所：青森市柳川1丁目4-2 A-FACTORY 1階
営業時間：11:00～18:00 ※17:30【L.O】
休 日：なし
T E L：017-752-9852



02

The
AOMORI MARKET



あおもり
マーケット

住 所：青森市柳川1丁目2-3
青森駅ビル ラビナ 1階
営業時間：10:00～20:00
休 日：なし
T E L：017-757-9831



03



うぐいす

住 所：青森市新町1丁目11-16
ダイワロイネットホテル青森1階
営業時間：朝食(6:30～9:30) ランチ(11:00～14:30【L.O】)
カフェ(11:00～17:00) デイナー(17:00～22:00)
休 日：火曜のみ15時閉店(その他不定休あり)
T E L：017-764-0898



忘・新年会の
ご予約承って
おります。



各店舗への
アクセスマップ

Store Locations
Access Map

04

COFFEEMAN
Good



コーヒーマングッド

住 所：青森市古川1丁目17-1
赤とんぼビル 1階
営業時間：11:00～18:00
休 日：不定休(SNS等に告知)
T E L：なし



※店休日に関しては、貸切などの事情により、記載と異なる場合がございます。

05

BEER & WINE & PAELLA
nickel



ニケル

住 所：青森市古川1丁目17-1
赤とんぼビル 1階
営業時間：ランチ/12:00～14:00(土日)
ディナー/18:00～22:00
休 日：毎週月・火(その他不定休あり)
T E L：017-763-5114



06

SWEETEST
DAY

PREMIUM DESSERT HOUSE

【チョコレート県内販売取り扱い店舗様】
・UGUISU(青森市)・THE AOMORI MARKET(青森市)
・A-FACTORY(青森市)・青森県地場セレクト(青森市)
・カネイリミュージアムショップ(八戸市)・中三弘前店(弘前市)
・モホドリ蒸溜研究所(五所川原市)
※順不同、場合により取り扱いが無い場合もございますのでご了承ください。



【オンラインショップ】

わたし、ローチョコレート
ビーン・トゥー・バーの
ローチョコレート専門店

SWEETEST DAY
クッキー缶、クラフトコーラ等
オリジナルスイーツをご用意
しております。

QLOCK UP TIMES



青 森 発
クロック・アップ・タイムズ



vol. 07

December.1
2023

QLOCK UP TIMESとは

株式会社クロックアップ(青森市)が取り組んでいる事業や地域での取組に加え、青森の魅力を発信することで、地域との繋がりを強化し、地域に根付いた持続可能なまちづくりを目指していくことを発信する新聞です。

What is QLOCK UP TIMES?

"This newspaper aims to promote the efforts and initiatives of QLOCK UP Co., Ltd. (located in Aomori City) in business and local community engagement, as well as to showcase the attractions of Aomori. By doing so, we seek to strengthen connections with the local community and promote sustainable community development rooted in the region."

TAKE
FREE

はじめまして『わたし、ローチョコレート』

SWEETEST DAYの新しいチョコレートブランド「わたし、ローチョコレート」がいよいよデビューします！

" はじまりのお話 "

もともとアトピーでチョコレートだった僕が、同じくアトピーで悩む子供でも食べられるようなチョコを作れないかという思いで、カカオの勉強を始めたのがきっかけでした。そういえば、ニューヨークに住んでいた頃、食べても痒くならなかったチョコがあったことを思い出しました、調べるとそれが"Raw Chocolate"でした。焙煎時に発生する痒みを引き起こすアレルギーが抑えられ、同じくアレルギーが含まれる植物油脂も使わず、乳化剤や保存料などの添加物も使わない。オーガニックのカカオとオーガニックの植物由来甘味を使用したヴィーガンにも対応できるチョコレートが青森で生まれました。するとこのRAWチョコには通常熱で壊れてしまうビタミンやミネラルや、恋愛時に脳内で分泌されるホルモン「フェニルエチルアミン」を大量に促す成分など、調べれば調べるほど、体にとても良い栄養が熱で失われずに通常のチョコよりも多く残っているということを知りました。なるほど、古代南米ではカカオは薬として使われていたそうです。私たちはこのローチョコを広めることをコンセプトに新ブランドを「わたし、ローチョコレート」と名付けました。アレルギーには個人差があるので、決して「アトピーの人でも食べられる」とは書けませんが、そんな思いで作っています。

株式会社クロックアップ代表 中村公一



SWEETEST
DAY
PREMIUM DESSERT HOUSE

スウィーテストデイ
さんようし

WHAT A WONDERFUL CHOCOLATEをリブランディング

これまで販売していたWHAT A WONDERFUL CHOCOLATEの製法を変え、コンセプトやパッケージ、チョコのデザインなどのリブランディングを行い、新たなローチョコレートに生まれ変わりました。10月に開催された福島県のLIVE AZUMAと青森市で開催されたAOMORI COFFEE FESTIVALで先行販売を行い、たくさんの方に試食していただき味やデザインも好評で売れ行きも上々でした。今後もポップアップストアでの出店や販売店も増やしていく予定です！

RAW CHOCOLATE(ローチョコレート)へのこだわり

RAWとは「生」という意味です。通常のチョコレートは原料となるカカオ豆を高温で



焙煎するのでカカオ豆の栄養分が壊れてしまいます。ローチョコレートは生のカカオ豆を焙煎せずに、低温で処理することでビタミンやミネラルなどの豊富な栄養成分を壊すことなくそのまま残すことが可能になります。ローチョコレートは海外ではスーパーフードともいわれ、日本でも健康志向の人に注目されています。

Bean to Bar(ビーン・トゥー・バー)製法への転換

Bean to Bar製法とは、ショコラティエがカカオ豆を選別、殻剥き、焙煎、粉碎、調温、成形まで豆の選別から製品化まで一貫して行う方法です。Bean to Barの製造は時間と手間がかかるものですが、私たちはその手間ひまをかける価値があると信じています。一個一個のカカオ豆の風味や特性を最大限に引き出し、最高のチョコレートを提供することがわたしたちの目指すところです。添加物等は一切使用せずカカオ豆ときび砂糖のみで作られたカカオ本来の芳醇な香りと滑らかな口溶けの「わたし、ローチョコレート」をぜひお試しください。



バラエティに富んだ15種類のフレーバー

産地(ペルー・ビウラ)／品種(ナショナル)／RAW75％／焙煎25％

01 カカオ70%
Chocolate

しっかりとしたカカオの味とナッツ感やフルーティー感をお楽しみいただけます。また各種フレーバーのベースになっています。



02 シーソルト
Sea salt

01(カカオ70％)をベースにシーソルトをプラス、シーソルトがカカオのうま味と甘さをさらに引き立てます。



03 アップル
Apple

01(カカオ70％)をベースに青森県産りんごチップスをプラス、りんごの自然な甘みとサクサク食感が楽しめます。



04 ビスタチオ
Pistachio

01(カカオ70％)をベースに香ばしくローストしたビスタチオをプラス、ナッツのザクザク食感と風味は女性人気ナンバーワンです。



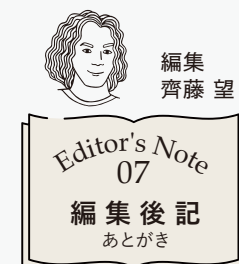
05 カカオニブ
Cacao nibs

01(カカオ70％)をベースにカカオ豆の中身を砕いたカカオニブをプラス、香ばしいカカオの香りと食感が楽しめる一枚です。



【販売場所】
「UGUISU」、「The AOMORI MARKET」の店舗で入手可能で、オンラインでもご購入いただけます。
1枚：970円(税込)

オンラインショップ
はこちらから▶



師も走る師走ですね。気持ちは走りがちですが、あえてお尻は重くして転んで怪我しないようにしたいと思っています。皆様にとって2023年はどんな一年だったでしょうか？僕は退職や転職があり激動の一年でしたが自分の中では人生の後半戦をイメージする大事な一年でした。12月は感謝の季節でもありますね。家族や友人と過ごす機会も増えますし、職場の同僚とも忘・新年会で一緒になることも多いと思います。今年一年間の感謝の気持ちと新しい年がより成功と幸福にあふれたものとする約束を言葉にして伝え合いましょう！今年6月にQlock Up Timesを発刊し、順調に足跡を刻んでおります。来年もQlock Up Timesをよろしく願います。

求人情報

一緒に働く仲間を募集中！

面白い街をデザインする会社クロックアップが、久しぶりに新店舗を2024年1月にオープン予定です！海と夜景が見える14Fダイニングバーと一緒に楽しく働く仲間を募集します！応募フォーム(QR)よりご連絡ください。



産食率

産食率とは、提供するお食事、お飲み物や販売している商品のうち、地元産の食材をどの程度取り入れているかを示す指標です。5月から始めて今はまだ低いですが、これから少しずつ上げていくので、応援よろしくお願いします。

2023年 10月	UGUISU	OCEAN'S DINER	nickel	COFFEEMAN good	The AOMORI MARKET	SWEETEST DAY	平 均
	21.8%	12.6%	21.4%	5.7%	64.8%	2.0%	21.4%

※算出方法 【飲食店】消費額(県産品)÷消費額(全食材) 【小売】売上げた分の仕入額(県産品)÷売上げた分の仕入額(全商品)



The
AOMORI MARKET

あomorいマーケット
山田 まゆみ

当店人気No.1自家製ローストビーフ

2023年12月、今年も最後の月になってしまいましたが、皆様は素敵な1年を過ごされましたでしょうか?とても素敵な1年だった方にも、いまいちだったという方にも12月のイベントでHAPPYになってもらえたら嬉しいです。締め
の12月はやはり「X'mas」&「大晦日」ですね。そんな特別な日にオススメ
なのが当店自慢の「自家製ローストビーフ」です。販売当初から根強い人気で
毎日店頭に並んでいて完売する日々が続いています。お肉も柔らかくお子様
から年配の方にも人気があります。サラダにも合いますし、日本酒・ワイン・焼
酎・ビールと、どんなお酒と合わせても美味しく食べられます。さらにゴー
ジャスな見た目が食卓に華を添えてくれるおしゃれなお惣菜です。ポテトサ
ラダを少し添えるだけでも完璧ですね!!そんな当店の自家製ローストビーフ
は自社製造となっており、お菓子を製造するパティシエチーム「SWEETEST
DAY」が製造しています。お菓子も当店で販売しておりますのでぜひ一緒に
いかがでしょうか?2023年も「The AOMORI MARKET～アオモリマーケッ
ト～」をご愛顧いただき誠にありがとうございました。2024
年もスタッフ一同笑顔で皆様をお待ちしております。



ゴージャスな存在感!▶



BEER & WINE & PAELLA
nickel
ベルギーで修行した料理人の店

ニケル
金田 理一郎

心も身体もあったまるイタリアン

日ごとに寒さが増してきたので、あったか料理を作ってみました。今回は珍
しくイタリアンのご紹介です。ヨーロッパには、街角のあちこちにイタリアン食
堂がたくさんあります。ここではさまざまな美味しい料理が楽しめるのです
が、私がブリュッセルでオススメするのは、茄子と豚ヒレ肉のバルミジャーノ
風(通常は子牛肉で作られます)です。薄く伸ばしたヒレ肉に粉チーズ入りの
パン粉をまぶし、オリーブオイルで揚げ、自家製のトマトソースを底に敷き、
季節のスライスした焼きナスとモッツアレラチーズをたっぷりと乗せてオーブ
ンでこんがりと焼き上げます。ここまでを想像するだけで美味しいのですが、
さらに美味しく楽しむためには赤ワインとパンをご用意ください。赤ワインを
飲みながらパンでソースを拭いながら食べるのが最高のマッチングなん
です!茄子とヒレ肉の組み合わせは、ちょっと珍しいかもしれませんが、茄子の
柔らかさとヒレ肉の食感、トマトソースの酸味、そしてチーズのクリーミーさが
絶妙に絡み合い、贅沢な味わいを楽しむことができます。あったかい料理は
あったかい時間と会話をもたらししてくれます。これからの寒い季節、当店
であったまりませんか?スタッフの会話はちょっぴり寒いかもし
れませんが・・・



茄子とチーズの
相性は抜群!▶



うぐいす
倉本 若奈

「些細な幸せに癒される」

ランチスタッフの倉本です。つい最近、父から譲り受けた車を運転していて、休日
に買い物に行ったり、遠出をしたり、仕事帰りに妹を乗せてカフェ巡りをするのに憧
れています。もっと運転が上達できるように気合を入れて雑貨屋さんで車用のサ
ジェとおしゃれなサシェカバーを購入してみました!少しずつ座席に敷くシートやドリンク
ホルダーなども買いそろえて自分好みの車の内装にカスタマイズしていくのがとても
楽しみです♪また、これから冬に近づくにつれて、こたつから離れたくなくて家に籠
りがちになりそうですが、朝早く起きて朝日が綺麗な晴れやかな空の下で呼吸が白く
なるような肌寒い朝でも、たまには一歩家から飛び出して散歩をすることで何も考
えずにただ街の静かさや空気の美味しさ、心地よさ、鮮やかなイチョウや紅葉、降り積
もる雪が一面真っ白で銀世界みたいで綺麗ななぁと眺めて、移りゆく季節を感じて
癒される。そんな何気ない時間とても素敵な過ごし方だと思います。休日に「あれ
をしよう!これもしなきゃ!」と詰め込みすぎではなく、普段頑張っている自分を労
わってご褒美に美味しいスイーツをお取り寄せしてみたり、いい入浴剤を入れてお
風呂にゆっくり浸かるなど、自分のご機嫌を自分で取って些細な幸
せを感じてみるのも良いかもしれません♪もうすぐ2023年も終わっ
てしまうので新年を幸せな気持ちで迎えてみてはいかがでしょう
か!



紅葉浴(もみじよく?)
に行ってきました!▶



🍷
**OCEAN'S
DINER**

オーシャズダイナー
工藤 華濃

旬のりんごが贅沢なバーガーに

りんごもぎもそろそろ終盤ですね。スーパーや産直には所狭しと色とりどりの
青森県産のりんごが並んでいますね。まさにりんごが旬で青森県民としての
幸せを感じる季節です。りんごの食感と言えば固くてシャリシャリするイメ
ージではないでしょうか。当店ではそんなシャリシャリ食感のりんごとハンバ
ーガーを合わせた『アップルバーガー』を販売しています。じつはシャリシャリ食
感のりんごと柔らかくてジューシーなパテのマッチングは意外と難しかったの
です。試行錯誤を繰り返すうちに、柔らかくてジューシーなハンバーガーには
シャリシャリ食感よりも少し柔らかめの食感のほうが相性がいいことを発見し
ました。また、りんご本来の旨みを引き出すために塩とオリーブオイルをかけ
てオープンに入れて加熱しています。りんごは品種や収穫後の期間によって
味や柔らかさが変化するので塩の分量を変える工夫を常に行っています。りん
ご県(青森県)ならではのアップルバーガーは、ビタミンや食物繊維、抗酸化
物質が豊富に含まれており、健康的な食事と栄養価を両立させたハンバ
ーガーになっています。さらに青森県の新鮮なりんごを使うことで産食率を上げ
ることに繋がっています。デザートとしてのりんごの枠を越え、食事としても楽し
めるアップルバーガーの食感と風味をぜひ当店でお試ください。



県産りんごを使った
ハンバーガーを
青森市で食べる贅沢▶



**COFFEEMAN
Good**

コーヒーマングッド
橋本 有里

かつてのつながりが再び

"青森"と思ったら"りんご"。お客様から季節を問わず『青森にきたらりんごを使っ
たものを楽しみたい!何かありますか?』と尋ねられることが多くあります。そこで、
当店で昨年からはじめた『龍ノロりんご園の"トキ"カプチーノ』。県内・県外(海外
も)の方にも人気の商品でひとくち目から甘い洋菓子のようなりんごの優しい香
りがふわっと口の中に広がります。こちらのドリンクが生まれるきっかけは"かつて
のつながり"からでした。あれは2022年6月頃、店主橋本と私の大学時代の共通の
友人がFacebookで『ちょっとした傷でB級あつかいされてしまう青森産のA級りん
ごを届けたい!』という記事をシェアしていて『青森』というワードに思わず反応し
てしまいました。その記事の元になった友人が、かつて私たちが大学時代にボラ
ンティアを共にした方々で、そのうちの1人、藤田方海(まさうみ)さんが『龍ノロりん
ご園』を営んでいるのです。そのご縁をきっかけに藤田さんから品種ごとのりん
ごジュースをサンプルでいただき、ドリンクを試作して商品化へと進みました。ほと
んどご縁とは不思議なもので、かつてのつながりが時(トキ)を経て、またつながった
ことがとても嬉しいです。寒い日が続く日々。よ
かったらりんごの優
しい香りに包まれてみ
ませんか?



龍ノロりんご園

龍ノロりんご園の
皆さまと(2列目中央
藤田方海さん)▶



QLOCK UP
WE DESIGN GOOD TIME AND TO BE PROUD OF
Est. in 21st century

まちづくり事業部
齊藤 望

日替わりバーテンダーDebut

10月30-31日、弘前市のORANDOのイベント『日替わりバーテンダー』に第40
回目のゲストとして参加してきました!これはORANDOが定期的に開催するイ
ベントで弘前に暮らし、働いている地元の人たちを「バーテンダー」として招き、
カウンターに座ってもらい、一緒に飲みながら交流する企画です。僕は2日間、
15時から21時までCafe&Barを担当しました。もちろんコーヒーはハンドド
リップで淹れました。月曜日と火曜日にも関わらず、たくさんのお客様がい
らっしゃり、弘前市だけではなく青森市から連日会いに来て方もいて感謝です。
「お店をやるってこんな感じなのか」なんて妄想できて楽しかったです!

--以下、ORANDOのHPから引用--

第40回目は、(株)Qlock Upのプロジェクトマネージャーで、そのほかにもワ
クワクしゃうような肩書きをたくさん持っている齊藤 望さんです!!多趣味で、仕
事でも「何それ!?面白そう～」と気になってしまうような活動をたくさんしてい
る望さんと、ゆるーくお話ししてみませんか?・弘前のまちづくりに興味がある・
望さんの活動のお話を聞いてみたい・望さんに弘前でおすすめのカフェ聞い
てみたい～・カフェ巡りが好き・テニスについて語りたい。こんな方、ぜひご参
加ください!



弘前オランド

満席御礼!▶



**SWEETEST
DAY**
PREMIUM DESSERT HOUSE

スウィーテストデ
イ R.T

「おみやげグランプリ」メモリアルイヤー賞を受賞したガトーショコラ

今年は暖冬と聞いておりますがここは青森市。青森市のホームページを見ると青
森市は世界一の豪雪都市とのこと。暖冬と言えど今年も例年のごとく雪が降
り積もると思います。そんな寒い冬に身も心も温めてくれるのが当店自慢のス
イーツ「青森りんごをたっぷり使用した生ガトーショコラ」です。当店のガトーショ
コラは、厳選されたクーベルチュールチョコレートを使用し、小麦を一切使わ
ず、しっとりとした濃厚な口当たりと口溶けの良さを追求して焼き上げております。
そして、ケーキの中に使用しているりんごは100%青森県産です。この商品は「JR東
日本おみやげグランプリ2022」でメモリアルイヤー賞(北東北)を受賞してい
て、私たちスタッフは自信を持って製造しています。お土産としても喜ばれていま
すが、たまには自分へのご褒美として、またはご家族の記念日やクリスマスのプ
レゼントとして送ってはいかがですか。これからのしばれる季節、コーヒ
ーはもちろんホットココアのお供と一緒に食べて口溶けの変化を楽しみなが
らほっこりと癒やされて
くださいね。ぜひ青森
駅ビルラピナ1階
「The AOMORI
MARKET」または
オンラインでお買
い求めください!



ガトーショコラ

冷凍して半解凍して
食べるのがオススメ▶



QLOCK UP
CREATIVE

クリエイティブ事業部
佐藤 信孝

2023年秋アニメは激熱!

グラフィックデザイナーの佐藤です。ここ1年、急激にアニメにハマってます。
テレビでやるような有名なタイトルはそこそこ見てはきましたが、配信でた
くさん見ることが出来ることを知ってしまい、その世界へまっしぐらです。ジャン
ル問わずテレビを見ることが大好きだったのですが、いまはその時間が配信
アニメを見る時間取って代わりました。単純にストーリーが面白いから見
始めたのですが、見ていううちに気付かされることもありました。以前は、自
分のやってる仕事の分野とアニメは相入れないものと偏った考え方でした。
しかし、絵の美しさとクオリティ、オープニング&エンディングの音楽とそれに
合わせたアニメーションに、見た人を惹きつける要素がたくさん含まれてい
ました。現在は、アニメから着想を得ることも増えていますので、これから
益々ハマっていこうと思ってます。2023年秋は特に面白い作品が目白押し
です!勝手に自分の中のランキングしてみました。

【1】葬送のフリーレン(始まり方が斬新で、キャラの心情表現が心に残りまし
た)【2】呪術廻戦(バトルシーンの迫力がすごい。色んな角度からの作画で
臨場感抜群)【3】
ダークギャザリング(第2クールから急に面白くなりました。お化けの表現方法も面白
いです。)【4】ヘル
ク(SNSでも評価が
爆上がり中)

