

ラジオdeだし活

にんべんだしアンバサダーが活躍するラジオって知ってる？



FMやまと(77.7MHz)

- ラジオ番組:「Weekend Navigation」
- コーナー名:「おだしdeごはん」
- 放送日時:毎週土曜日10:20頃～

ラジオパーソナリティ お2人へのインタビュー

にんべんだしアンバサダーから募集した
レシピを紹介している

「おだしdeごはん」について、
パーソナリティを担当している
お2人にいろいろ聞いちゃいました！



にんべんだしアンバサダー

お:おせきさん



にんべんだしアンバサダー

し:しおりねこ(杉本史織)さん

1 ラジオ番組内コーナー 「おだしdeごはん」の魅力は？

し: みなさんのイチオシでとっておきのレ
シピをご紹介していることです!全てのレシ
ピにこだわりが感じられます。

お: ラジオだと目では見えないため、耳で
聴いて想像の中で料理ができあがってい
ます。それが完成版を見せられないからこ
その魅力だと感じています。

4 続けられる秘訣は？

し: 十人十色のレシピにいつも
わくわくしています!永遠に続けら
れそうです。

お: 「紹介していたレシピをつくり
ました」「おだし生活してみたいで
す」など、反響があるのが嬉しいの
で続けられます。

7 「おだしdeごはん」を 続けていてよかった ことは？

し: たくさんの素敵なレシピに
出会えたことです。一度コーナーで
紹介しているレシピでも機会があ
れば引き続きどんどん紹介してい
きたいです。

お: アンバサダーさんとの出会い、
話をするきっかけになりました。料
理以外の話も刺激になるし、見習
いたいことがたくさんあります!

2 「おだしdeごはん」を始めた きっかけは？

し: 最初は自作レシピを自分1人で
紹介していましたが、回を重ねてい
く自分のアイデアだけでは難しくな
りました。SNSで他のアンバサダーさん
が素敵なレシピをたくさん紹介され
ていたの、みんなと一緒にできた
らと思ったのがきっかけです。

5 ココだけの裏話や失敗談は？

し: アンバサダーになったきっかけなど
の自己紹介部分で話が盛り上がりすぎ
てしまい、重要なレシピ紹介の部分が短
くなってしまうことがあります。

お: 「今日のメニューは?」と聞いたら、手
元にあったレシピと違って「どうし
よ〜!」となったことがあります(笑)。

3 「おだしdeごはん」で 一番印象に残っていることは？

し: 電話出演で遠方にお住まいの方が
いらっしゃったことです。全国から参加し
ていただけていることが嬉しかったです。

お: ゲストに来られるアンバサダーのみ
なさんがイキイキと輝いていることです!

6 「おだしdeごはん」を始めてから、 私生活でおだしの取り入れ方が 変わりましたか？

し: コーナーで紹介したレシピを作る
ようになりました。

お: 時間をとってゆっくりと料理を作
るようになりました。おだしを使うと素材
がこんなに美味しく食べられるんだ〜と
実感しています。

9 リスナーさんのおだしを 使ったアイデアで驚いた レシピはありますか？

し: 炊き込みご飯にがんもを入れて
碎いて食べるレシピです。がんもの中
に入っている野菜などがそのまま具材に
なることが驚きでした。

お: 「かちゅー湯」です。好きな具材と
かつお節・味噌を器に入れて、あつあ
つのお湯を注ぐレシピなのですが、作り
方というよりアイデアがいいなと思
いました。

8 言葉だけで美味しさを 伝えるのが難しいと思いますが、 言葉選びのために 努力されていることは？

し: 美味しそうと思っていただけ
はもちろんです、言葉だけで正しく作
れるように意識しています。

お: 難しい言葉を使わないようにして
います。また、実際に作ってみて自分が
感じたことをそのまま伝えることを意識
しています。

10 最後にメッセージをお願いします!

し: ぜひ放送を聴いていただき、とっておきレシピの数々
を作ってみていただきたいです。アーカイブもあります。レシ
ピを紹介したい方はいつでもお待ちしております!

お: 暖かい陽だまりのような…心がポツと暖かくなって元
気になれるような放送ができれば嬉しいです!

おだし通信

にんべんだしアンバサダー

だしのある生活



第13号

2025年2月21日

発行:にんべんだしアンバサダー
おだし通信
第13号制作メンバー



Instagram
公式アカウント



公式サイトページ



みいさん

第13号制作メンバーのご紹介!

ラジオ出演、インタビュー、レシピ調理などを行いました!



ここさん



Satsukiさん



しおりんさん



ゆきんこさん



ノブリンさん

「おだしdeごはん」

出演してみてもうどうだった？

ラジオ出演の流れ

- ① SNS投稿キャンペーンにご参加
いただいたみなさまへの案内として
「にんべんだしアンバサダー事務局」
から出演依頼メールがくる
- ② フォームに必要事項を記入し、送信
- ③ パーソナリティさんと事前打ち合わせ
- ④ 当日！いよいよ放送です！
私たちがご説明します！

しろりんさん
(出演8回)

ノブリンさん
(出演4回)

ここさん
(出演1回)

ラジオで紹介されたレシピを 実際に作ってみた！

おせつ
考案！



炊飯器で簡単★和風スープカレー

「おだしdeごはん」
アーカイブはこちら！

Recipe



Spotify



にんべんだしアンバサダー
公式note

ラジオで紹介した「鶏五目炊き込みご飯」

だしがらふりかけを
かけてもおいしい！



〇〇〇で出来ちゃう!?
リピ決定!
とまらない美味しさ!



レシピはnote掲載

みいさん出演レポート

とっても楽しかったです！アーカイブを
聴いていたため流れは分かっていた
ですが、生放送ならではのLIVE感がワクワクドキドキでと
ても楽しかったです♡

今回初めて出演してみて、ラジオ出演のハードルは高く
ないということを感じました。にんべんだしアンバサダーが自
分のレシピを電波に乗せてお話できるというチャンスがす
ぐそこにあるというのは素晴らしいことだと思います。「おだ
しdeごはん」をみなさんに知っていただきたいです！

初めて出演
しました



炊飯器の中に材料を
ザクザク切って入れる
だけなのに本格的！

みんなでわいわい
作りました！

スイッチポンで
美味しく出来上がるというのは
忙しい現代人にイチオシです。



にんべんの「N」の
ポーズで記念撮影！

「おだしdeごはん」 からのメッセージ

レシピ提供&ご出演の応募を
どしどしお待ちしております！

にんべん商品プレゼントもありますので、
ぜひ番組の最後までお聴きください♪

「おだしdeごはん」出演をきっかけ
に様々な奇跡が起こりました！ラジ
オでも話しましたがパワスポです！
(ノブリンさん)



※プレゼントは毎月異なります。写真は一例です。