

# 1 畑のキッチン orto

お野菜たちに囲まれたトロトロハンバーグ

【電】096-279-1077 【休】毎週水曜日 / 第3・第5火曜日  
 【住】西原村小森3090-2 【営】11:00～13:30(L.O.14:30) ※夜は予約制  
 自家菜園で育てたお野菜を、みだんに使った料理が自慢のお店。  
 土ねぎたっぷり盛りこんだトロトロハンバーグと一緒に、色とりどりの  
 季節のお野菜たちの甘みや食感が味わえる、畑のハンバーグコース料理。



あか牛のハンバーグ (コース料理)  
 (前菜、ごはん&スープ、ドリンク、デザート付き)  
 (1300) 2,200円(税込)

季節に合わせたデザートです!

# 3 くまもと和ぎょうまつおか

西原村産あか牛『頭買い』の専門店!

【電】096-234-7651 【休】毎週水曜日 (不定休あり)  
 【住】西原村小森751-1 西原マンション102  
 【営】11:00～14:30(L.O.14:00) 夜/17:00～22:00(L.O.21:00)  
 うまみを引き出す塩にもこだわり、お肉の濃いうまみがハンパンに  
 染み込んだハンバーグから溢れ出る! レアなのに弾力のある食べ応え。  
 西原村産あか牛の専門店が提供する  
 『1st あか牛ハンバーグ!』



あか牛 100%ハンバーグ  
 (ごはん・サラダ・スープ・漬物) 1,530円(税込)

たっぷりお肉のソースです!



西原エリア  
 ASO Hamburg Steak MAP

公益財団法人  
**阿蘇地域振興デザインセンター**

〒869-2612 熊本県阿蘇市一の宮町宮地4607番地1  
 TEL 0967-22-4801 FAX 0967-22-4802  
 http://www.asodc.or.jp



# あか牛ハンバーグとナスのトマトソース (140円)



# 2 風薫るパスタ

人気の生パスタに鎮座するあか牛ハンバーグ

【電】096-285-5612 【休】毎週月曜夜・火曜日  
 【住】西原村小森751-1 西原マンション105  
 【営】昼/11:00～15:00(L.O.14:30) 夜/17:00～20:30(L.O.20:00)  
 自慢の生パスタと阿蘇の草原で育ったあか牛ハンバーグをこーげに。  
 もちもちのパスタにやわらかなハンバーグを崩して絡めれば、味も  
 食感も両方楽しめる、よくばりな一回です!



# あか牛ハンバーグセット (170円)

(ごはん・サラダ・スープ・漬物) 1,500円(税込)

# 4 阿蘇マロンの樹

記憶に残るおいしさを求めたハンバーグ!

【電】096-279-1588 【住】西原村宮山1734-1  
 【営】11:30～18:00 【休】毎週水曜日・第2,第4木曜日  
 『あか牛を気軽にたくさんの人に食べてほしい』と、想いがギュッと詰まった  
 ハンバーグ。やわらかさの中に虚こたえもある絶妙な食感と自家製ハーブや  
 果物で作ったソースがびったり! 平日はご主人お一人のための混雑時はさけて、

# 5 310 食堂

あか牛を知り尽くしたシェフの鉄板ハンバーグ!  
 【電】096-279-4000 【住】西原村小森1801-18  
 【営】11:00～16:00(L.O.) 【休】毎週水曜日(祝日は営業・休日は別日あり)  
 ステーキからカツまで、メニューが豊富なあか牛専門店のお店。30年以上もあか牛に携わってきたシェフが作るこだわり製法とリゾットとハーブのさっぱり絶品ソースがお肉の味を際立たせます!



# あか牛 100%ハンバーグ定食 1,390円(税込)～

(ごはん・ミニそば・山手豆腐・阿蘇たかな葉)

# ピストロやまの囲炉

ソースの一滴までこだわった愛情『熱々』ハンバーグ  
 【電】096-279-2488 【住】西原村小森2190-29 【休】毎週水曜日  
 【営】昼/11:30～15:00(L.O.14:30) 夜/17:30～20:30(L.O.19:30) ※要予約  
 新鮮な野菜の甘みが溶け込んだ、デミグラスソース仕立てのピストロ焼ハンバーグ。  
 こねたてふんわりのお肉に、それぞれ味わいが異なる3種のチーズがよく合います。  
 本格ランチの前菜も600円!



# あか牛の煮込みハンバーグ

チーズ焼き  
 (ライス・スープ・季節の前菜・ドリンク)  
 (1650) 1,750円(税込)

自慢のソースは  
 ライスを絡めてお肉が

ASO HAMBURG STEAK MAP  
 vol.2022 #01



# ASO HAMBURG STEAK MAP



ASO  
 MINAMIASO  
 TAKAMORI  
 NISHIHARA  
 OGUNI  
 MINAMIOGUNI  
 UBUYAMA

阿蘇ハンバーグマップ

熊本・阿蘇が誇る、あか牛ハンバーグが集結。

ASO DESIGN CENTER



# ASO HAMBURG STEAK MAP

阿蘇ハンバーグマップ

## 肉料理の王子様 「ハンバーグ」

こどもから大人まで、誰もが愛してやまない肉料理の王子様「ハンバーグ」。溢れる肉汁とやわらかな舌触り、口いっぱいに広がる肉のうまみが幸せへと誘う。ミンチの大きさや具材、こね方や形、焼き方、さらには肉を引き立てるソースや付け合わせ、100人集まれば100種のハンバーグがあるように、誰もが知る料理でありながら、無限の表情を持つ。本マップは、阿蘇のあか牛を使った阿蘇エリアの人気ハンバーグが集結。あか牛のポテンシャルを存分に味わえる多種多様な絶品ハンバーグを、巡ってください。

### What is 阿蘇のあか牛

草原にたたずむあか牛は、阿蘇の美しい景色と人々の生活、食文化にとって欠かせない存在です。阿蘇の大自然が伸び伸びと育った阿蘇のあか牛は、赤みが多く、余分な脂肪がないことから、ヘルシーな肉牛として注目を集め、人気を博しています。また、赤みにはうまみ成分が豊富に含まれていて、牛肉本来の味と香りが楽しみ、さまざまな料理に活かしているのも特徴です。



### 産山エリア

ASO Hamburg steak Map



#### 焼きアーモンドカフェ DABERIBA (ダベリバ)

『ふわっふわ』の産山あか牛100%  
【電】0967-25-3650 【住】産山村田尻 581-2  
【営】10:00 ~ 17:00 【休】毎週火曜日

産山村の草原で育ったあか牛を、愛情込めてふわっふわのレアに焼き上げた絶品ハンバーグ。村のトマトを使ったケチャップや、フレッシュ野菜など、産山村の魅力が味わえる一品です。



ライダーおとなさま定食 (200g & 阿蘇ジャージー)  
(ライス・ドリンク付き) 1,950円(税込)



### 南小国エリア

2

#### 漸の本レストハウス 雲の上レストラン

漸の本高原リゾート料理長監修  
県産あか牛たっぷりの本格派ハンバーグ!

【電】0967-44-0011 【住】南小国町満願寺 5621-7  
【営】11:00 ~ 14:00 (土・日・祝は15:00) 【休】不定休  
阿蘇五岳を望みながら食事ができるレストラン。あか牛の脂やモモを使用することで、赤多と脂身のバランスが良い上品な味わい。料理長が厳選するうrostビーフも人気。町のふるさと納税でも提供中です。



あか牛ハンバーグ (150g)  
(ライス・サラダ付き) 1,650円(税込)



湯本・大分川の環境で、酒店にはおみやげもいっぱい!

4

#### 茶菓房 林檎の樹 あか牛バーガーの存在感抜群! オリジナルロコモコ

【電】0967-42-0785 【住】南小国町赤馬場 137 【休】毎週火曜日  
【営】10:00 ~ 16:00 (L.O.15:00)・土日祝は18:00閉店 (L.O.17:00)

林檎の木々に囲まれた古民家風の店内でいただけるのは、色とりどりの野菜とハンバーグの上のついた玉玉焼きが「映える」ロコモコ! 男性も納得のボリュームです! コクのあるデミグラスソースがGOOD!



阿蘇あか牛ハンバーグセット 1,820円(税込)  
(ご飯、汁物、サラダ、小鉢付き) 1,940円(税込)

### 小国エリア

6

#### おぐに天然食 あるくカフェ

運べる三種のソースが  
肉感たっぷりハンバーグとの相性抜群

【電】0967-46-2961 【住】小国町宮原 1492  
【休】毎週火曜日 【営】11:00 ~ 15:00  
粗挽き肉がキュッと詰まった、肉汁染み出す食べ応え抜群のハンバーグには、地元の食材を使ったオリジナルソース3種類が選べます。ランチだけでなく、早朝からアラスカ産で手作りのお汁やパン、珈琲等を味わえる週末限定のモーニング(4月~10月)も人気のお店。



あか牛ハンバーグ (150g)  
(ライス・汁物・お好み付け) 1,800円(税込)

3

#### Kitchen NenRing

柔らかすぎず硬すぎず「丁度良い」  
肉々しさガッツリ!

【電】080-7960-0440 【住】南小国町満願寺 6834-22 【休】毎週月・火曜日  
【営】昼/11:30 ~ 15:00 夜/18:00 ~ 21:00 ※前日まで要予約

「肉感すごっ!」と、口の中に広がる肉汁と歯ごたえがたまらないボリュームたっぷりのハンバーグ。小国町特産ジャージー牛乳と阿蘇のトマトを使った、具だくさんの「特製トマトクリームソース」が自慢!

5

#### 農福連携レストラン すずかれん

あか牛 × 自家製豆乳を練り込んだ  
優しい味わい

【電】0967-46-2888 【住】小国町宮原 2331  
【休】毎週水曜日または木曜日 ※年末年始は不定休あり  
【営】10:00 ~ L.O.15:00 (喫茶のみ 17:00まで)

あか牛に自家製の豆乳を加えることで、口の中に優しい味わいが広がるハンバーグ。小国町の野菜や醤油にまごころだる地元産。地域の障がい者の方々の働く場として運営される「農福(農業と福祉)連携」レストラン。



阿蘇産あか牛のハンバーグセット (ご飯、汁物、サラダ、小鉢付き) 1,150円(税込)

7

#### ごはん処 北里バラ

小国ジャージー牛乳ソースに浮かぶ  
あか牛 × 小国豚の黄金比ハンバーグ

【電】0967-46-5560 【住】小国町北里 371-1  
【休】毎週火曜日 【営】11:00 ~ 15:00

小国町の生産者から一頭買いしたあか牛 × 地元の香ばし、小国豚を配合したハンバーグ。真っ赤な小国ジャージー牛乳ソースはコクがありつつも後味さっぱりで、しっかりとした肉の味わいを引き立てる見た目も美しい一品です!

阿蘇あか牛ハンバーグ定食 (150g)  
(ご飯、汁物、サラダ、小鉢付き) 1,350円



肉(赤身)にはキープしてある広域や近産豚肉も



**あか牛ハンバーグ** (150g)  
 (ライス・サラダ・スープ) 1,700円(税込)

**1 喫茶レストラン北山**  
 鮮度抜群あか牛 100%の神ハンバーグ!  
 【電】0967-32-2112 【住】阿蘇市西湯浦 1452  
 【営】8:30～17:00 ※3月～11月のみ営業  
 パリッと丁寧な焼き目、新鮮なあか牛 100%の旨みと肉汁をギュッと閉じ込めたシェアの技が光る秀逸なハンバーグ。ほのかな酸味のオリジナルソースをたっぷり絡めて、最高のロケーションで味わう、ここでしか食べられない逸品です!

**3 すびいかん**  
 玉ねぎドレッシングのさっぱりハンバーグ  
 【電】0967-32-3668 【住】阿蘇市内牧 216-1 【休】不定休  
 【営】11:00～15:00 夜 17:30～20:00  
 観光客から地元の人にも人気の町の洋食屋さん。玉ねぎとリンゴのオリジナルドレッシングでいただくハンバーグはさっぱりとした味わいでごはんが止まらない最高のおかず!



**あか牛ハンバーグ定食** (170g)  
 (ごはん・サラダ・汁物付き) 1,375円(税込)

**4 お食事処 いまきん食堂**  
 あか牛丼の名店が作る極上ハンバーグ  
 【電】0967-32-0031 【住】阿蘇市内牧 290  
 【営】11:00～15:00(L.O.) 【休】水曜日 ※祝日は営業  
 あか牛丼の代名詞とも言える「いまきん食堂」。創業百余年の老舗名店が作る絶品ハンバーグは、白く輝くご飯と最高にマッチする、トッピングのわざびを添えていただく、一瞬でこの店のハンバーグの味になる!



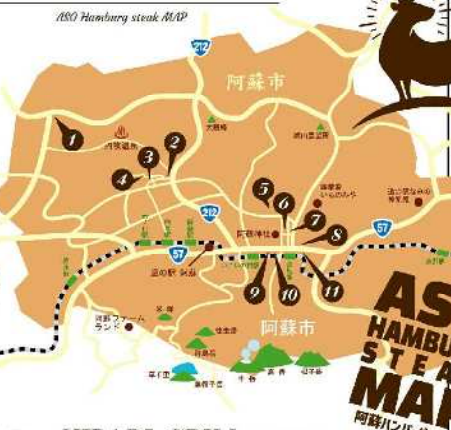
**あか牛ハンバーグ定食** (200g)  
 (ごはん・お味噌汁・お漬物) 1,500円(税込)

**2 ASO MILK FACTORY レストラン**  
 クリーミーなウォッシュチーズがたっぷり  
 【電】0967-23-6262 【住】阿蘇市小里 781  
 【営】11:00～15:00(L.O.14:30) 【休】年中無休  
 ASO MILK FACTORYの自家製チーズがたっぷりかかった贅沢ランチ。あか牛と豚の肉のうまみを引き立てるマイルドなチーズの存在感! 阿蘇づくしの濃厚コラボハンバーグがいただけます!



**贅沢食べ比べ!あか牛とやまとんボークのWハンバーグセット** (各100g)  
 (ライス・ポテト・スープ・デザート) 2,800円(税込)

**阿蘇市エリア**



**5 HIBARI GRILL (ヒバリグリル)**  
 肉感を主張する、男のゴロゴロ合挽ハンバーグ!  
 【電】0967-22-1894 【住】阿蘇市一の宮町中通 640番地1  
 【営】11:00～16:00 【休】水曜日  
 お肉の食感にこだわり、まるでステーキを食べているようなワイルドハンバーグ。噛めば噛むほどジュシーさと言いが溢れだし、食べ応え抜群! 250gもボリュームが食べられます!



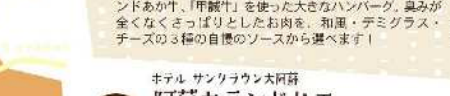
**あか牛ハンバーグ** (250g)  
 (ライス・クラムチッター) 1,800円(税込)

**6 古民家レストラン 阿蘇はなびし**  
 贅沢で上品な味を堪能! 手づくりならではの逸品  
 【電】0967-22-0896  
 【住】阿蘇市一の宮町宮地 1861  
 【営】11:00～17:00(L.O.16:00)  
 【休】毎週火曜日  
 阿蘇神社のお隣元、門前町商店街で創業25年を迎える人気レストラン。少し濃いめだがさっぱりとした自家製デミグラスソースが一品の価値あり! 添えてある温土につけて食べると、まるでやかさが増して倍おいしさに!



**あか牛『煮込みハンバーグセット』** (170g)  
 (サラダ・コンソメ・煮込みブルース) 1,980円(税込)

**8 よかよか亭 あか牛館 宮地店**  
 白汁肥育のブランドあか牛が大満足の250g!  
 【電】0967-22-3330 【住】阿蘇市一の宮町宮地 2395-1  
 【営】11:00～21:00(L.O.20:30) 【休】なし  
 エサにこだわりのストレスを与えず育てた自社肥育のブランドあか牛、「甲斐牛」を使った大きなハンバーグ。臭みが全くさっぱりとしたお肉を、和風・デミグラス・チーズの3種の自慢のソースから選べます!



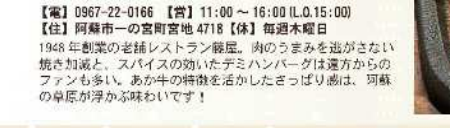
**あか牛ハンバーグセット** (250g)  
 ※鶏肉セキ・ご飯、味噌汁、サラダ、漬物付  
 ※丼食セット:ライス、スープ、サラダ付き

**9 阿蘇カランドリエ**  
 The ホテルハンバーグ、フレッシュな阿蘇の野菜を添えて。  
 【電】0967-22-3888 ※来店予約は人数はご遠慮ください  
 【住】阿蘇市一の宮町宮地 4518-4  
 【営】11:30～14:30 ※土日祝と祝日のみ営業  
 阿蘇の新鮮野菜がふんだんに盛り込まれた上品なプレートランチ。ハンバーグはやわらかい舌触りで、まずはそのままだまお肉の旨みを味わった後、岩塩→オリジナルソースと、何度も楽しめる逸品。



**あか牛ジュシーハンバーグランチ** (150g)  
 (ライス・スープ・茶碗蒸し・デザート・コーヒー) 1,870円(税込)

**11 阿蘇あか牛料理レストラン 藤屋**  
 まさに「阿蘇の味」長年愛される老舗レストラン  
 【電】0967-22-0166 【営】11:00～16:00(L.O.15:00)  
 【住】阿蘇市一の宮町宮地 4718 【休】毎週水曜日  
 1948年創業の老舗レストラン藤屋。肉のうまみを逃がさない焼き加減と、スパイスの効いたデミハンバーグは遠方からのファンも多い。あか牛の特徴を活かしたさっぱり濃厚は、阿蘇の卓底が浮かぶ味わいです!



**あか牛ハンバーグ&エビフライ** (160g)  
 (ライス・スープ・サラダ) 2,300円(税込)

**7 あか牛専門 阿蘇まーぼー**  
 ごはんがススム! にんにくバター醤油ソース  
 【電】070-5410-0546 【住】阿蘇市一の宮町宮地 1870-1  
 【営】11:00～15:30 【休】毎週月曜日 ※祝日は曜日定休日  
 新鮮な肉だけを使ったあか牛 100%の鉄板ハンバーグは、パンチの効いたソースが、あか牛の味をダイレクトに運ぶ。ごはんが止まらない一品です! 男女問わずがっつり食らいなげ!



**あか牛ハンバーグランチ** (160g)  
 (ごはん・汁物・サラダ) 1,380円(税込)



**あか牛ハンバーグセット** (250g)  
 ※鶏肉セキ・ご飯、味噌汁、サラダ、漬物付  
 ※丼食セット:ライス、スープ、サラダ付き

**10 和み食堂**  
 サービス満点! 満腹! 満足ハンバーグ!  
 【電】0967-22-4753 【住】阿蘇市一の宮町宮地 4540-6  
 【営】11:30～14:00(L.O.) / 夜 17:00～21:00(L.O.)  
 【休】毎週木曜日 ※営業日は後のみ OPEN  
 アツアツのスキレットにボリュームたっぷりのハンバーグ 200g! 肉々しい食感に、チーズのコクとトマトソースのソースがさらに食欲をそそります!



**あか牛×りんどうボーク和みハンバーグ定食** (200g)  
 (ご飯、味噌汁、漬物、ミニサラダ) 1,800円(税込)



**あか牛ハンバーグ&エビフライ** (160g)  
 (ライス・スープ・サラダ) 2,300円(税込)

**1 阿蘇きのご亭** (阿蘇元氣の森)  
「健康」テーマパークによる「健康」のための「健康」きのごハンバーグ

【電】0967-67-2100 【住】南阿蘇村河陽 5579-3  
【営】11:00～15:00(L.O.14:30) 【休】年中無休  
自家栽培のニンギヤやしめじなどの「きのご」をワンプレートで楽しめる健康志向のハンバーグランチ。きのごの旨みとタマネギやニンニクが香るオリジナルソースで子どもから大人まで食べやすいハンバーグです！



阿蘇赤牛ハンバーグ (200g) (ライス・サラダ・ドリンク付) **2,500円** (税込)

**3 お食事処 高原の華** リピーター続出の知る人ぞ知る 隠れた名店！

【電】0967-67-0278 【住】南阿蘇村河陽 5995-2  
【営】11:00～15:00 【休】不定休  
南阿蘇産の赤牛を使用したハンバーグはふんわり優しい味わいで口の中で溶けるような感覚さえ覚える。県内外からの多くのリピーターに愛され続け、メニューの中でも1番の人気を誇る。



阿蘇赤牛ハンバーグ定食 (140g) (ご飯・たじ汁・小鉢・漬物) **1,600円** (税込)

**4 レストランカフェ グレーデルの森**

笑顔が素敵な夫婦が作る愛情たっぷりハンバーグ  
【電】0967-63-8611 【住】南阿蘇村河陽 3485-14  
【営】11:00～17:00(L.O.16:30) 【休】毎週火・水曜日 ※祝日は営業  
赤ワインをベースにした少し濃いめのオリジナルソースがふわふわでジューシーなあか牛ハンバーグと個性抜群！さらに食欲をそそります。天気の良い日は阿蘇五岳を一望出来る絶景のテラス席でお食事を！



あか牛100%ハンバーグ (160g) (税込) (ライス・サラダ・スープ・ドリンク) **1,980円**



あか牛100%ハンバーグステーキコース (前菜、スープ、パン、ドリンク、デザート) (180g) **2,800円** (税込)

**2 Minaaso マルデン**  
新“味覚”店主のこだわりが凝縮された至極の逸品

【電】0967-65-8557 【住】南阿蘇村河陽 5277  
【営】11:00～15:00(L.O.14:30) 【休】毎週水曜日  
「スチームオープン」で超ふっくらに焼き上げたハンバーグ。まずは、そのまますお肉のサクキリとした味わいを堪能し、岩塩・海塩・自家製オリジナルソースの順で、あか牛のいるんな表情を味わえる贅沢フルコース！



南阿蘇・高森・蘇陽エリア



あか牛ハンバーグセット (ライス、ドリンク、デザート) **200g 1,640円** (税込)

**5 南阿蘇オーガニックカフェ ASOBIO**  
南阿蘇産あか牛100%のオーガニックカフェ

【電】0967-67-3118 【住】南阿蘇村河陽 546-4  
【営】10:30～15:00 【休】毎週水・木曜日 ※祝日は営業  
子どもも喜ぶ濃厚デミグラスソースに、南阿蘇産あか牛の旨みのあるハンバーグがマッチ。南阿蘇のオーガニックサラダも一緒に味わえるまさに自然を感じられる一皿です。

**6 山の洋食屋 フレール**  
ミシュランガイド掲載店の本格ハンバーグ

【電】0967-67-0888 【住】南阿蘇村久石 2830-3  
【営】11:00～15:00 【休】毎週水曜日  
フランス料理店で修行したシェフが、厳選した赤牛のすね肉を使って作る赤牛ハンバーグ。赤酒と醤油をベースとしたオリジナル和風ソースは肉本来のさっぱりとした味わいと個性抜群で、つい箸を置くことさえ忘れさせてしまう程の、感動の味！



あか牛ハンバーグ (ライスorパン、サラダ、スープ、ドリンク) (180g) **2,180円** (税込)

**7 食事処 あじわい館**  
お肉とお米の無限ループ、やみつきロコモコ丼！

【電】0967-67-3010 【住】南阿蘇村久石 2801  
【営】10:00～16:00 【休】不定休  
ニンニクが効いたパンチのある濃いめのオリジナルソースがお肉とお米によく絡み、半熟卵でうまみが倍増！若者男女に人気の阿蘇のロコモコ丼で、ハワイ気分を感じられるかも？！



あか牛ハンバーグロコモコ丼 (お肉1個) (185g) **980円** (税込)

**8 手造り食の店 しもだ**  
癒しの空間でいただく大人ハンバーグコース

【電】0967-62-2725 【住】南阿蘇村中松 4025-1 【営】11:00～19:00  
【休】毎週水曜日 ※祝日は営業・翌日休  
鳥たちの声が聴こえる癒し心地の良いお店。手間と時間をかけたハンバーグはシンプルに見えて大人なオリジナルソースが誘う逸品な味わい。無農薬ご飯や自家製酵母パンなど全12品のコース料理も楽しめます。



阿蘇あか牛のハーブハンバーグコース (前菜と前、汁、お米、自家製酵母パン、特製サラダなど) (160g) **1,650円** (税込)

**9 ゲリルド加藤**  
シェフの想いが詰まった最高の「おもてなし」ハンバーグ

田舎特有の「おもてなし」を料理を通して、お客様に「清潔・満足」を！ふわふわ食感と上品なデミグラスソースからシェフの優しさと愛が伝わる逸品ハンバーグ！1度食べたらきっと一生忘れられない思い出になるはず！

【電】0967-62-1020 【住】高森町高森 2195-10  
【休】毎週水曜日  
【営】11:30～15:00 (L.O.14:30)  
夜 / 18:00～23:00 (L.O.22:30)



あか牛赤込みハンバーグランチセット (ライスorパン、サラダ、スープ、小鉢) (150g) **2,000円** (税込)



※料理がなくなり次第終了となるため、来店の際はお問い合わせください。



あか牛たかなハンバーグ (100g×2個) (ライス・お米丼/パンorパンチ) **1,870円** (税込)

**10 旨乃蔵** 「あか牛」×「阿蘇たかな」 夢のコラボハンバーグ

【電】0967-62-2050 【住】高森町高森 2814 【休】毎週水曜日 ※祝日はOPEN  
【営】11:00～15:00(L.O.14:30) 夜 / 17:30～21:00  
創業32年を誇るあか牛料理店が誇るオリジナルハンバーグ！阿蘇が誇る特産「あか牛」と「阿蘇たかな」の夢の共演。絶妙なバランスが、口に入れた瞬間肉の旨みと、たかなの風味が一気に口の中に広がります。