

12～2月のクッキングイベント情報

12月

- 3 (土) 季節の調理体験①「おせち料理」
- 10 (土) おすすめ体験「バターもち」
- 11 (日) 季節の調理体験②「おせち料理」
- 17 (土) おせち料理教室
- 18 (日) 挽きたて！打ちたて！そば打ち教室
- 24 (土) クリスマスケーキをつくろう！
- 25 (日) おすすめ体験「グラノーラバー」



日時:12月18日(日) ①10:00～ ②14:00～
 対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)
 講師:高鳥重郷氏
 料金:1,000円(1セット・6食分)
 数量:各回10セット限定(1組1セットのみ)
 持物:持ち帰り容器(試食・持ち帰り内訳自由)

「クリスマスケーキをつくろう！」

日時:12月24日(土) 14:00～16:00
 対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)
 料金:2,000円
 定員:16名
 ※スポンジケーキは市販のものを使用します。
 ※調理品は全てお持ち帰りいただきます。



日時:12月17日(土) 14:00～16:00
 対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)
 料金:1,000円
 定員:16名
 ※持ち帰り用パックはこちらで用意します。
 ※調理品は全てお持ち帰りいただきます。

詳しくは食文化館HPをご覧ください。

1月

- 15 (日) おすすめ体験「バターもち」
- 21 (土) 季節の調理体験①「新年のごちそう」
- 22 (日) 季節の調理体験②「新年のごちそう」
- 28 (土) おすすめ体験「でっちようかん」

2月

- 12 (日) おすすめ体験「チョコ大福」
- 23 (休・祝) おすすめ体験「桜もち」
- 25 (土) 季節の調理体験①「小浜のごちそう」
- 26 (日) 季節の調理体験②「小浜のごちそう」

地域おこし協力隊の募集



小浜市では、総務省の地域おこし協力隊の制度を活用し、都市部の方々を受け入れた、食関連産業の人材育成に取り組んでおります。

現在、料理人・農業・観光業の希望者を募集しています。
 都市部からのUターンでも制度を活用できますので、募集の詳細を知りたい方は「おばまで暮らし」HPをご覧ください。

冬季期間(12～2月)の開館・営業

- 御食国若狭おばま食文化館・若狭工房●
- ・開館時間 9:00～17:00 ・休館日 毎週水曜
- *年末年始 12/28～1/5休館

- お食事処 濱の四季●
- ・営業時間 11:00～14:30 (L.O 14:00)
- ・定休日 第3水曜
- *年末年始 12/28～1/1は休業
- *1/2から通常営業

- 濱の湯●
- ・営業時間 10:00～23:00
- ・定休日 第3水曜
- *年末年始は休まず営業

食文化館だより

Vol.057 冬/2022

- 御食国若狭おばま食文化館●
- 1F ミュージアム&キッチン
tel:53-1000 fax:53-1036
- 2F 若狭工房 tel:53-1034
- 3F 濱の湯 tel:53-4126 fax:53-4130
- (食文化館別館) 濱の四季●
- tel:53-0141 fax:53-0408
(市外局番0770)

発行:御食国若狭おばま食文化館
 〒917-0081 福井県小浜市川崎3丁目4番
<http://www1.city.obama.fukui.jp/obm/mermaid>

食文化館内のブース紹介



企画展示

「日本の食文化を支えた陰の立役者—

実はすごい!!道具たち」

食文化館では、年に2回程度、企画展示を開催しています。今回の企画展示は、「臼」や「すり鉢」、「おろし器」といった、道具をテーマにしています。臼やすり鉢は、現在では見かけることが少なくなりましたが、昭和の頃までは、各家庭で常時使われていました。

例えば、味噌汁を作るときには、「すり鉢」と「すりこぎ」が必要でした。現在の味噌は溶けやすくできていますが、各家で味噌を作っていた頃は、十分に豆を潰すことができなかつたため、すりつぶす作業が必要でした。

また、石臼は蕎麦やうどんなどの粉食文化の発展に、臼は穀物の脱穀に用いられてきた道具です。いずれも、私たちの食生活に欠かせない、日本の食文化を陰で支え続けた道具を展示していますので、ぜひ、ご覧ください。

※今回の展示は、若狭おばま御食国大使・小浜市料理顧問の奥村彪生氏に多くの資料を御寄贈いただきました。

展示期間:2022年8月4日～2023年2月14日
 場 所:食文化館ミュージアム
 見学料金:無料



伝統行事と食文化

節分の豆と唱えごと



炒り大豆

小判菓子

節分は、立春の前日のことです。立春は年の改まる日とする考えがあり、節分は節目の重要な日でした。この日は、全国的に炒り大豆を食べる風習があります。

現在は、炒り大豆を購入しますが、昭和の頃までは、家で大豆を炒る光景が見られました。地域や家によって異なりますが、小浜市内の家では、囲炉裏で豆を炒るときに、「ノミの口、シラミの口、蚊の口、マムシの口」などと、虫の名前を唱えながら、カヤ（樅）の木の葉を、火にくべていました。かつて身近であった害虫から逃れることを願って行われていたものです。

炒った後は、神棚に供えて豆撒きをし、年の数よりもひとつ多く食べて祝いました。また、「小判」と言って、小麦粉で作られた小判型の焼き菓子を食する家もあります。小判菓子は、市内の菓子店で購入したもので、現在でも人気の季節の味です。



カヤ(樅)の木の葉

家庭に伝わる食文化

獅子柚子の甘く炊いたて



獅子柚子は鬼柚子とも言われ、若狭地方では、庭に木がある家も多く、20センチ程にもなる大きな実は冬の風物詩です。柚子の名前がついていますがブンタンの一種で、鬼の顔のような見た目から「邪気を祓う」や、大きいことから「実入りが良い」と言われる縁起物で、玄関などに飾られることもあります。

他の柑橘類のように果肉を生で楽しむよりも、ピール（皮の砂糖漬け）や甘炊きがおすすめで、甘炊きの場合は、皮ごと食べやすい大きさに切った獅子柚子を、水と一緒に鍋に入れて沸騰させて茹でこぼし、そのあと砂糖でゆっくりと煮ていきます。

ほろ苦い甘さが美味しいピールや甘炊きは、水溶性の食物繊維ペクチンが多く含まれているため、腸内環境を整え、コレステロールを低下させるという健康効果も期待できます。

わたしのひとさら

私のなかの海と魚たち

この夏は無印良品のレトルト〈宮崎風冷や汁〉をよく食べた。冷や汁は宮崎県の郷土料理で、何年も前に宮崎県出身の年上の女友達から教わったことがある。そのとき、おいしそう!とって挑戦してみたものの意外と手間がかかるし自分では上手くできなくて、それっきり。それがレトルトになっている(宮崎風だけ)。暑くて、体力も気力もなくて、それでも何か食べて動きださなければならぬ日の朝や昼、買い置きのレトルト冷や汁に助けられた。

〈冷や〉だから温める必要さえない。開けて白ご飯にかける。〈鰹のほぐし身を麦味噌とごまの香ばしい風味の出汁と合わせました。仕上げに豆腐やきゅうりを加えてください。〉とパッケージには書いてあるけど、きゅうりを薄切りにするのが面倒なときは豆腐を軽くつぶして添えるだけ。充分おいしい。鰹の力強さが夏バテの体にするする流れ入ってエネルギーになっていく感じがする。とはいえ、この魚の味は私の体にとっては新参者だ。

体に溶け込んで私の一部になっているのは、小浜の魚たち。醤油漬け、浜焼き鯖、父と競うようにきれいに骨しか残さなかった。若狭かれい、ぐじ、小鯛の笹漬けはちょっと特別なときのごちそう。醤油干しのハタハタを頭からぜんぶ食べる私を母はあきれられるように笑って見ている。

東京に暮らしながら、小浜で毎日見ている海を思い出す。日々の食卓にのぼることはなくても、私の体のどこかにあの魚たちはいるのだと思う。鰹とも仲良くね、と思いつつ、ごちそうさまと咬いて食べ終える。海はどこかでつながっている。元気のない日があっても、過去と現在それから未来はきっと茶碗のなかで、体のなかで、つながっている。

詩人

川口 晴美

KAWAGUCHI HARUMI

福井県小浜市出身、東京在住。1985年に第一詩集『水姫』出版。2009年の詩集『半島の地図』で第10回山本健吉文学賞受賞。2015年の詩集『Tiger is here.』で第46回高見順賞受賞。書評、アンソロジー詩集の編纂なども手がける。2022年の詩集『やがて魔女の森になる』で第30回萩原朔太郎賞受賞。

