



食文化館

## 冬のイベントスケジュール♪

12月

- 7 (日) 季節の調理体験①  
14 (日) おすすめ体験①・バター餅  
20 (土) 10:00 ~ 季節の調理体験②  
20 (土) 13:00 ~ おすすめ体験②・バター餅



1月

- 10 (土) 季節の調理体験①  
18 (日) おすすめ体験①・レンジでフォンダンショコラ  
24 (土) おすすめ体験②・レンジでフォンダンショコラ  
25 (日) 季節の調理体験②



2月

- 7 (土) 季節の調理体験①  
14 (土) おすすめ体験①・でっちゃん  
15 (日) 季節の調理体験②  
22 (日) おすすめ体験②・でっちゃん



## 食の達人が教える そば打ち教室

12月21日 (日)  
午前の部 10:00-12:00  
午後の部 14:00-16:00  
費用: 2,000円  
定員: 午前・午後の部ともに各 10 セット  
応募開始: 12月6日 (土) 10:00 より  
お電話にてお申し込みください。



▲詳細はこちら

小浜市と株式会社福井ブローウインズが  
スポーツ×食文化によるまちづくり包括連携協定を締結しました!!

令和7年10月6日 (月)、小浜市と株式会社福井ブローウインズは、双方の相互連携と協働による共創的な活動を推進し、スポーツと食文化を活かしたまちづくりおよび地域活性化を図ることを目的として、連携協定を締結しました。

今後は、市内でのイベント開催などを通じて、スポーツと食文化を活かしたまちづくりと地域の活性化をさらに推進していきます!



勝利を“握る”“へしこおにぎり”を手に笑顔の両者  
(左:湯本代表、右:杉本市長)

## ▼ご予約・お問い合わせはこちらまで

〒917-0081 福井県小浜市川崎 3-4

御食国若狭おばま食文化館

[休館日] 毎週水曜 [開館時間] 9時~18時 (11月~2月は17時まで)

TEL 0770-53-1000

mail mermaid@city.obama.lg.jp

<https://www1.city.obama.fukui.jp/obm/mermaid/>

## 食文化館だより

Vol.069 冬/2025

- 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

<https://www1.city.obama.fukui.jp/obm/mermaid/>

## 食文化館別館「濱の四季」

小浜の海辺に佇む食文化館別館・濱の四季は、地元・小浜でとれた新鮮な食材や福井県産の食材を中心に、四季折々の味わいを届ける地産地消の食事処です。小浜湾を一望できる店内では、旬の恵みを生かした料理を通して、若狭の豊かな海と山の恵みを感じいただけます。

11月からは越前産のせいこがにを贅沢に使ったせいこがに丼が登場。福井県ではメスのズワイガニをせいこがにと呼び、贅沢に2杯分を使用した一品です。さらに、1月からは期間限定で、小浜市仏谷で育った濃厚な若狭牡蠣も登場します。酒蒸しや天丼などは、例年人気の一品です。季節ごとに変わる味覚を楽しみながら、若狭の四季の味を堪能できます。

小浜市内の方はもちろんのこと、ぜひ市外からのお客様もお誘いのうえ、濱の四季で地元の味をお楽しみください。

## 店舗情報

営業時間: 11:00~15:00

(14:30ラストオーダー、11月~3月は14:00)

定休日: 第3木曜日(祝祭日の場合は営業)

年末年始(不定休)

住所: 福井県小浜市川崎3丁目5番

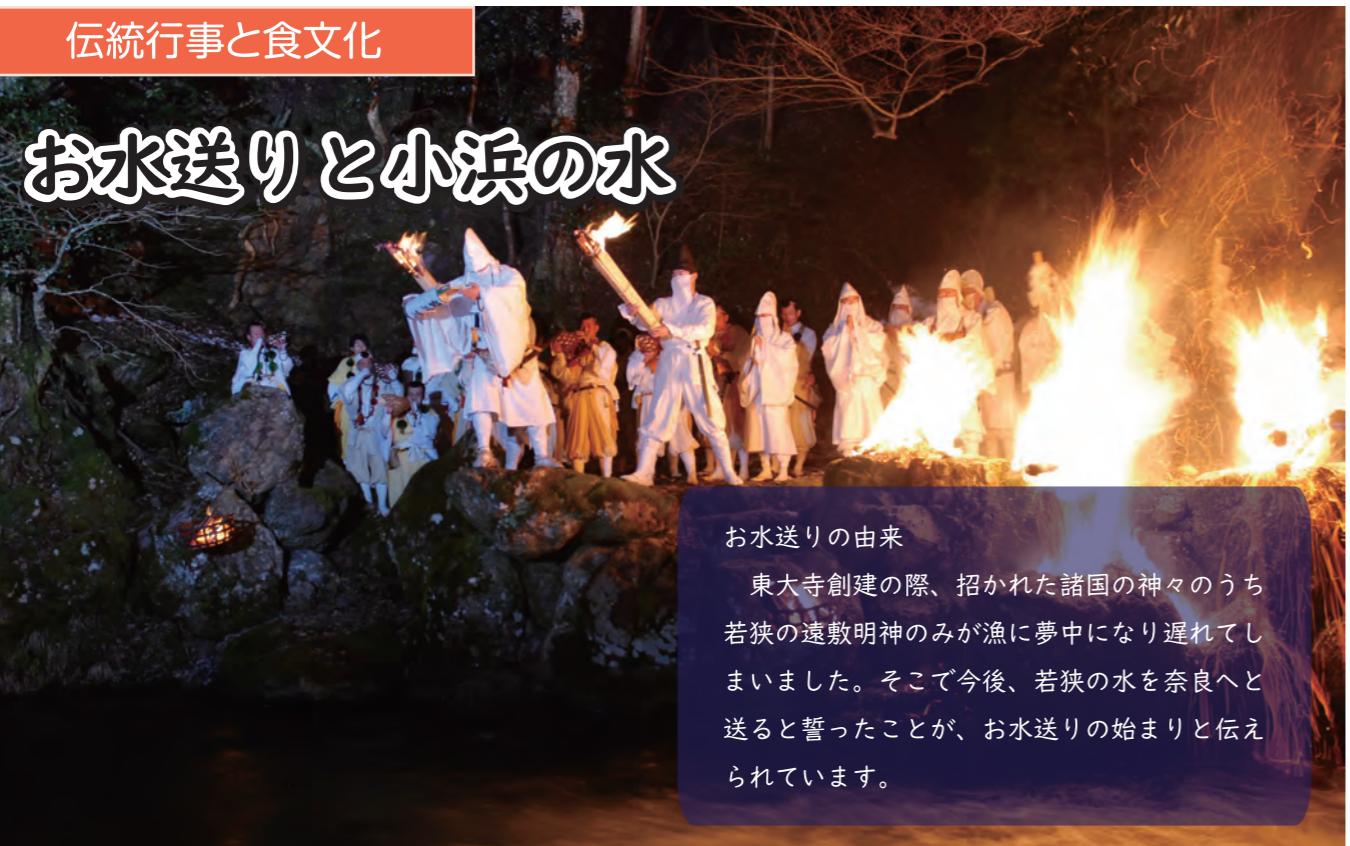
電話番号: 0770-53-0141



▲公式 HP

▲公式 Instagram

## 伝統行事と食文化



## お水送りの由来

東大寺創建の際、招かれた諸国の神々のうち若狭の遠敷明神のみが漁に夢中になり遅れてしましました。そこで今後、若狭の水を奈良へと送ると誓ったことが、お水送りの始まりと伝えられています。

3月2日の晩、若狭地方に春を告げるお水送りが行われます。奈良東大寺のお水取りに先がけて行われるこの行事では、鵜の瀬に注がれた御香水が、10日後に東大寺二月堂の若狭井に湧き出ると伝えられています。若狭地方は奈良の都に食料を献上した御食国のひとつとして知られていますが、お水送りにみられるように、水や信仰を通して深いつながりを築いてきました。

お水送りを象徴する小浜の水は、雲城水や津島名水に代表される豊かな地下水として今も人々の暮らしを支えるとともに、酒や酢、くずまんじゅうなどの食文化を育んできました。水は今も昔も、小浜の暮らしに欠かせない存在です。



一番町の雲城水

## 家庭に伝わる食文化

## いとこ煮

厳しい寒さを健康に乗り越えるために、冬至にかぼちゃを食べるという習慣があります。

小豆とかぼちゃを順番に煮て砂糖と醤油で甘辛く味付けをするいとこ煮は、材料を「追い追い」入れて煮ることから、「甥と甥」でいとこを連想させるところから名前が付いたという説が有力です。素朴ながら滋味深く、冬至や祝いの席に親しまれてきた伝統の一品です。



## 海の記憶

東京で文書やデータに向き合う日々の中、20年前に小浜で暮らした頃の海の香りをふと思い出します。川崎の食文化館で潮風に包まれながら、御食国として、朝廷に海の幸を届けてきた宮みが、小浜に息づいていたことを感じました。

現在、東京で農林水産省の仕事に携わりながら、佐賀大学医学部の研究チームとオンラインで「アジアンフラッシュ体质」の研究をしています。これは、日本人の約半数が持つ、アルコールを分解する酵素（ALDH2）の働きが弱い体质のことです。お酒を飲むと顔が赤くなる体质です。

我々の研究で、この体质の人がCOVID-19に対して防御的であることが分かりましたが、一方で飲酒により食道がんを起こしやすいことも知られています。魚を好まない傾向も報告されています。体质とはまさに一長一短です。古代、大和朝廷の人々の中にも、この体质を持つ人が多かったと考えられています。

私自身もこの体质ですが、小浜で暮らしていた頃、港から揚がったばかりの魚や、焼きたての浜焼き鰯は、この上なく美味しく、どこか懐かしい安らぎを感じました。そのひと口が、身体と心をつなぎ直してくれたようでした。食とは、体质や栄養を超えて、その土地と人の記憶を結ぶものだと感じました。

小浜を離れても、時折小浜の魚や浜焼き鰯の香りを思い出し、胸の奥が温まります。その味は、海とともに息づく原風景であり、私の中で今も静かに波打ち続けています。

医学監修：佐賀大学医学部社会医学講座環境医学分野  
松本 明子教授、土器屋 美貴子博士研究員

## 高島 賢 TAKASHIMA SATOSHI

農林水産省職員  
佐賀大学医学部客員研究員

〈高島氏と小浜市の関係〉

2003年4月より3年間小浜市に出向。食文化館館長として、食のまちづくりの礎を築くとともに、2005年には小浜市政策幹として、市政全般にご尽力いただいた。

