

食文化館 だより

vol.021
冬 /2013

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:8080/obm/mermaid
mermaid@city.obama.lg.jp

【食文化館】

1Fミュージアム&キッチン, 2F若狭工房/tel:0770-53-1000 fax:53-1036
3F 濱の湯/tel:0770-53-4126 fax:53-4130

【食文化館 別館】

お食事処 濱の四季/tel:0770-53-0141 fax:53-0408

おせちを作ろう! <和編/洋編> 2回開催!

■おせち作り<和編>:内容

伊達巻/長芋白煮/栗きんとん/梅人参/鶏の松風焼/菊花かぶ
しいたけ含め煮/海老銀杏/たたきごぼう/手綱こんにやく



*内容は変わる場合があります。写真と同等のものをお持ち帰りいただけます。また、イベント中は飲食を行いません。



■おせち作り<洋編>:内容

白ねぎコンソメ煮/海老の黄金焼/人参グラッセ
ゆり根バターソテー/オリーブと枝豆のマリネ/スクランブルエッグ
スイートポテト/かぶの生ハム巻き/洋風松風焼/ピクルス

日時：①和編12/1(日) ②洋編12/15(日) 各回14:00-17:00

対象：小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 費用：各1,500円

定員：各24名(定員になり次第締切)

持物：20cm角の重箱1個(詰め方も指導。ない場合はバック等でも可)

谷田部ねぎを美味しく食べよう!



やわらかくて甘味の強い谷田部ねぎの美味しさの秘密は、2度の植えかえと2度の伏せかえにあります。地元食材を知りつくした高野氏を講師にお迎えして、美味しい谷田部ねぎ料理を作ります。

日時：1月13日(月) 10:00-13:00 対象：中学生以上

講師：キッチンBOO 高野滋光氏

費用：700円 定員：30名(定員になり次第締切)

内容：打豆ご飯 谷田部ねぎと豚肉の味噌汁 柑なんば添え
谷田部ねぎのめた 谷田部ねぎと鯖の煮物
さつま芋くずもち

ほっとする冬のふるさと料理を作ろう!



全国に分布する精進料理が原型といわれる「のっぺい」。今回は、中名田地区に伝わる「のっぺい」を中心に、懐かしくてほっとする冬のふるさと料理を野勢氏に教わります。

期間：12月14日(土) 10:00-13:00 対象：中学生以上

講師：中名田地区食生活改善推進員 野勢恵子氏

費用：700円 定員：20名(定員になり次第締切)

内容：白ご飯 のっぺい 魚の甘辛カツレツ あさり汁
ほうれん草と焼しいたけの白和え 豆乳白玉団子

*詳しくは食文化館設置のチラシをご覧ください。



食達デリ「今年の暮れはマイ蕎麦で迎えよう」



好評のため今回は2回開催する高鳥氏の蕎麦打ち講座。蕎麦打ちは奥が深いと毎回参加の方も、もちろん初心者も大歓迎致します。

日時:①12/20(金)14:00-16:00 ②12/21(土)10:00-12:00

対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)

講師:高鳥重郷氏(小浜市認定・食の達人)

費用:各700円 定員:各10組(1組あたり4名まで、定員になり次第締切)

内容:6食(1組あたり。試食・持ち帰り内訳自由) 持物:持ち帰り容器

食達デリ「鮮やか5色だんご作り」



講師に河南氏(右ページ)をお迎えして、紫芋やよもぎなどを使っただんごを作ります。小学生は保護者同伴でなくても参加できます。

日時:12月21日(土)14:00-15:30 対象:小学生以上

講師:もちっ子 咲 河南セツ子氏(小浜市認定・食の達人)

費用:400円 定員:20名(定員になり次第締切)

内容:5色だんご作り 紫芋餡餅の試食

持物:持ち帰り容器

若狭ふぐを美味しく食べよう!



*写真はイメージです。

地元の特産品と言っても、自分で調理する機会がない若狭ふぐ。ふぐ調理師が処理したものを使って、ふぐの美味しい家庭料理を学びます。

日時:1月23日(木)14:00-16:30 対象:中学生以上

講師:河原佳都雄氏(小浜市認定・食の達人)

費用:2,000円 定員:20名(定員になり次第締切)

内容:ふぐの手まり寿司 てっさ 干柿とふぐのデザート(予定)

食達デリ「大豆加工品で簡単料理」



県外でも美味しいと評判の豆腐店が、料理に合わせてオリジナル大豆加工品を用意します。普段とはひと味違う料理を、皆でわいわい作りましょう!豆腐好きにはたまらない!こんな機会、なかなかないですよ!

日時:1月26日(日)14:00-16:30 対象:中学生以上

講師:川口義弘氏(小浜市認定・食の達人)

費用:700円 定員:20名(定員になり次第締切)

内容:特製がんもめ煮 簡単豆腐ステーキ 豆乳ごまゼリー

持物:持ち帰り容器

チョコ&キャンディポットを作ろう!



ポップでかわいい食べてビックリのチョコを作り、キャンディポットにサンドブラストで模様を彫ります。また、当日は町家にて鬼の面とマスク作り(無料)も行っています。ちょっと早めに来てお立ち寄り下さいね♪

日時:2月2日(日)14:00-16:30

対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)

費用:1組1,000円 定員:20名(定員になり次第締切)

内容:お楽しみスポンジチョコ(ミルク・ホワイト)作り
キャンディポットにサンドブラストでデザイン

医食同源番外編「高血糖を防ぐ食事」



調理体験のみで開催する医食同源の番外編。今回は、病院食のプロから高血糖を防ぐ食事作りとコツを学びます。

日時:2月8日(土)10:00-13:00 対象:高校生以上

講師:杉田玄白記念 公立小浜病院 食事療法科長 柴田美幸氏

費用:700円 定員:20名(定員になり次第締切)

内容:豚肉とキャベツ、オクラのさっと煮 れんこんバーグ
りんごとさつまいものんにく炒め きのこの炊込みご飯

再現料理「昭和30～40年代人気の玉子料理」



高度経済成長期には、「巨人、大鵬、玉子焼き」が国民の人気三役といわれました。今回は、昔も今もみんな大好き♪食卓界のスーパースター「卵」を使って、当時の人気メニューを再現します。

日時:2月16日(日)10:00-13:00

対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)

費用:700円 定員:24名(定員になり次第締切)

内容:パuffyオムレツ フルーツソース 厚焼玉子
玉子のクリームコロッケ 玉子巻寿司 オムライス

次回(3/9)のテーマは、「学校給食を作ろう!」です。現在実施中の『あなたの食べたい学校給食はどれ?』投票結果(12/27まで実施)をもとにメニューが決まります。アンケートに是非ご協力下さい。

鯖の人気料理を極めよう!



食文化館では、来館者の皆様に「鯖料理30種」の中から「好きな」「食べてみたい」料理を投票(8/1～10/14)していただき、10/27の開館10周年記念イベントにて上位5品をふるまいました。今回は、イベントでふるまった料理を中心に鯖づくし料理を作ります。なお、作った料理はお持ち帰りとし、鯖の美味しさを共有・広めていただくことも目的としています。

日時:2月23日(日)14:00-16:00

対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)

費用:700円 定員:24名(定員になり次第締切)

内容:鯖のみそ煮 鯖の竜田揚げ 鯖のマヨネーズグラタン
鯖の和風マリネ 鯖の押し寿司

持物:持ち帰り容器

●食の達人『餅・餅加工品』もちっ子 咲(代表 河南セツ子さん)を訪ねました。



神事や年中行事など、古くからハレの食事に登場してきた餅。

孫の守りが終わった加斗の仲良し女性3人組が、地元の美味しいもち米を使って何かできないかと平成18年に起業したのが「もちっ子咲」です。

主力商品は「かきもち」と「あられ」で、12～2月に仕込んだ餅を、出荷する直前に揚げています。ふっくらした食感と、搗きこんだ素材がほんのり香るかきもちは、美味しいと評判になり、あっという間に口コミで広がりました。

また、出来るだけ地元の材料を使うこと、添加物は使わないことなど、安心安全に対するこだわりが好評で、遠方からも問い合わせや礼状が数多く届きます。

そのほか、草餅、紫芋餅、桜餅、柏餅、やきもち、芋団子、白餅、赤飯なども、時節や祭り、家族のリクエストなどに応じて作るなど、受注製造・販売も行っています。

現在はJA若狭直売所(遠敷、上中、加斗)、Aコープ小浜店、水土里直売所(松永)、高浜市場きな一れの6か所に出荷していますが、「他のメンバーに時間の余裕ができたなら、もっと広く展開できるように思う」と笑う河南さん。これからのさらなるご活躍が楽しみです。

* 食文化館では、河南さんを講師に来たる12月21日(土)、『食達デリ』にて五色団子作りを開催します。奮ってご参加下さい!

○～食の達人・食の語り部認定事業～

小浜市では、「食」に関する優れた技術や知識をお持ちの方を「食の達人・食の語り部」として認定しています。多くの市民に、その技術や知識を知っていただくとともに、後継者の育成を促進することを目的としています。



サンドブラストでマグカップを作ろう!



マグカップに、自分でデザインした図柄をサンドブラストで吹き付け、オリジナルのマグカップを作ります。

期間:12月1日(日)-2月28日(金)

時間:40分(*あくまで目安です)

対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)

費用:(1個)700円*限定30個

受付:食文化館2F若狭工房

食文化館運営ボランティア



かけはし サポーター

おもてなしの心をモットーに、四季や行事に関するしつらいや管理、イベントなどを行っています。また、若狭おばまの食の研究なども行っています。

冬季は「正月」「節分」「雛飾り」のしつらいのほか、2/2(日)は11:00~14:30に町家にて「ペーパークラフトで鬼の面とマスを作ろう! (無料)」を行います。遊びにいらして下さい。

また、かけはしサポーターでは、楽しく賑やかに、一緒に活動して下さるメンバーを随時募集しています。関心のある方は気軽にお問い合わせ下さい。

「和食 日本人の伝統的な食文化」ユネスコ無形文化遺産登録(仮)記念イベント

先日、「和食 日本人の伝統的な食文化」について、ユネスコの補助機関が記載を勧告しました。最終決定は12月ですが、これは、このまま正式決定されるものとみられています。これを機に、かねてより食のまちづくりを推進してきた小浜市の方向性や役割、可能性について考えるイベントを開催します。



熊倉功夫氏 石毛直道氏

日時:12月8日(日)10:00-16:10 対象:中学生以上 費用:無料

内容:①キッズキッチン(*参加対象:年中児・年長児・小学1年生/要予約)

②記念講演「日本の食文化は世界の無形文化遺産」

講師:熊倉功夫氏(日本食文化の世界無形遺産登録に向けた検討会会長)

③鼎談「若狭の文化 食にあり」

登壇者:石毛直道氏(御食国若狭おばま食文化館名誉館長)

熊倉功夫氏 松崎晃治(小浜市長)

予約:11/9より席の予約開始。(先着200名限定)*予約なしでも観覧可。

主催:小浜市 協賛:公益財団法人味の素食の文化センター

毎年大好評の「濱の四季バイキング」 今年は2/6-25に開催!お楽しみに♪

● イベントスケジュール ●

- 12/ 1[日] おせちを作ろう!<和編>
- 7[土] キッズ・キッチンオプション「餅つき」(申込11/18-28)
- 8[日] キッズ・キッチン「おせち料理」(申込11/18-28)
- 8[日] 「和食 日本人の伝統的な食文化」ユネスコ無形文化遺産登録記念イベント(仮)
- 10[火] 季節の調理体験(12月編)
- 13[金] 季節の調理体験(12月編)
- 14[土] ほっとする冬のふるさと料理を作ろう!
- 15[日] おせちを作ろう!<洋編>
- 20[金] 食達デリ「今年の暮れはマイ蕎麦で迎えよう!」
- 21[土] 食達デリ「鮮やか5色だんご作り」
- 21[土] 食達デリ「今年の暮れはマイ蕎麦で迎えよう!」*内容は20日と同じ
- 22[日] 季節の調理体験(12月編)
- 1/13[月] 谷田部ねぎを美味しく食べよう!
- 14[火] 季節の調理体験(1月編)
- 16[木] 季節の調理体験(1月編)
- 18[土] 季節の調理体験(1月編)
- 23[木] 若狭ふぐを美味しく食べよう!
- 26[日] 食達デリ「大豆加工品で簡単料理」
- 2/ 2[日] ペーパークラフトで鬼の面とマスを作ろう!
- 2[日] チョコ&キャンディポットを作ろう!
- 8[土] 医食同源番外編「高血糖を防ぐ食事」
- 9[日] 季節の調理体験(2月編)
- 13[木] 季節の調理体験(2月編)
- 16[日] 再現料理⑩「昭和30~40年代人気の玉子料理」
- 17[月] 季節の調理体験(2月編)
- 23[日] 鯖の人気料理を極めよう!

● 参加者募集中! お問い合わせ・お申し込みは食文化館まで ●
(キッズ・キッチン以外は3日前までに申込みください)

● 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 毎週水曜日
*年末年始 12/28~1/1休館、1/2~5(10:00~16:00)臨時開館

■ お食事処 濱の四季

● 営業時間 平 日11:00~14:30
土日祝11:00~20:00(14:30~17:00喫茶のみ)
*各30分前ラストオーダー

● 休業日 毎週水曜日
*年末年始 12/28~1/1休業、1/2より通常営業

■ 濱の湯

● 営業時間 10:00~24:00 ● 休業日 第3水曜日
*年末年始も休まず営業 1/1~3(7:00~24:00)延長営業

この食文化館だよりは食文化館で常時配布しています。
HPからのダウンロード(カラー版:pdf)も可能です。



おもしろミュージアム

御食国若狭おばま食文化館を訪れる人びとは、同館をどのような施設だと思つて来館されているのだろうか。

食に関するミュージアム、食文化の調理・加工体験館、若狭おばまの伝統工芸品の販売と工芸体験館、あるいは温浴施設。このようにさまざまな機能をかねそなえた、いわば「おもしろミュージアム」的な複合施設である。開館一年后、隣接地にお食事処「濱の四季」がオープンしたが、構想当初は市内の店との競合からレストラン機能は見送られ、ほかに一時期水族館構想もあった。いずれにしても「食のまちづくり」の拠点施設であり、ミュージアム機能をあわせもつ、全国的に非常にユニークな施設として平成15（二〇〇三）年9月に開館した。

福井県内では、その前後にあいついで数多くのミュージアムがオープンしている。主なものとして、福井市橘曙覧記念文学館、若狭三方縄文博物館、越前がにミュージアム、福井県立恐竜博物館、織田文化歴史館、九頭竜川資料館、福井市立郷土歴史博物館の新築移転、山川登美子記念館、若狭町歴史文化館、福井県こども家族館、はたや記念館ゆめおーれ勝山、福井県立こども歴史文化館等々。

従来のミュージアムでは、一般的に多様な資料の展示公開を中心に展開してきた。一九九〇年ごろから生涯学習機関の一つとして位置づけられ、以前にもまして地域における拠点施設として、重要な社会的役割がさらに期待されるようになったのである。また参加・体験の要素を多く取り入れた教育・普及活動、市民参画の運営、情報発信などにも力点が置かれるようになってきた。

そのような観点でみると、食文化館は開館以来さまざまな体験やイベントを開催し、また「食育」ブームに準じての活動や地域の人々との協働の取り組みは、他の施設にも少なからず影響を与えてきたといえる。しかも施設内だけの活動にとどまらず、地域産業の振興、健康・教育など、人づくりにつながる活動が展開されていることも大きな特徴である。

今、食文化館の十周年を契機に同館のリニューアルが計画されている。それとともに食のまちづくり事業がさらに拡大・成長していくことで、市民が誇り、いままで以上に集える施設となっていくのではないか。

来年度には舞鶴若狭自動車道の小浜―敦賀間が開通し、北陸自動車道と接続する。小浜を訪れる観光客もより増加が見込めるが、そ

の一方で小浜は単に通過点となる懸念も考えられる。そのためにも小浜から全国各地へ、さらには国外への食に関する文化情報の発信で、食のことなら「食文化館へ」という機運がより高まっていくことを期待している。

この9月末からNHKの朝の連続テレビ小説「ごちそうさん」がはじまった。かつて放送され話題になった「ちりとてちん」は、小浜市も主な舞台で、放送終了後、館内に和田家のスタジオセットが展示された。今回のドラマでは、たくさんの料理や食材のシーンが登場するようである。番組をとおして改めて食文化を見直してみる機会にもなり、食への関心がよりいっそう深まればと思つている。

（文：宇野文男）

元福井大学教育地域科学部教授（博物館学）

宇野文男



日常生活を観光にするという試み

食のまちづくりのことである。日々の暮らしを支えている朝ごはん。これを観光資源にする。進めるための主題は3つ。1つはもちろん普通の家庭の朝ごはんの普及。2つ目は観光地とは一見無縁な普通の農村地帯の活用。そして3つ目は一日の始まる早朝の時間帯での活動の展開。

観光資源で旅人を楽しませることでお金を落とさせて観光地を潤すことがこれまでの観光振興の典型だった。そこには観光を仕事にしている人たちの活動が前提にされている。この話題はそれとは違うものだ。

青森県鶴田町。人口約一万四千の農村。津軽地方の農業を支える大きなため池があり、鶴が越冬する町として命名された。平成16年3月に朝ごはん条例が制定された。健康長寿のための社会運動を進める制度である。今年はその十周年目。鶴田町で採れた米や野菜を使う「身土不二」の朝ごはん。食生活改善推進員の活動と学校給食を起動役に進められてきた。平均寿命が日本で最も低い短命県の青森県において、この健康長寿に向けた町民運動は貴重な社会運動である。これを定着させる。食のまちづくりとして、もう一歩前進させたい。その試みが朝ごはん運動「観光」で

ある。

5月のゴールデンウィークに本州最北のさくら祭りでは二百五十万人の観光客を集める弘前市から20キロほどの場所。また、8月初旬に20数メートルの高さの山車で百五十万人の観光客を集める『立ちねぶた』の五所川原市に隣接している。それが鶴田町。典型的な観光都市にはさまれた越冬鶴を待っている農村なのである。ここにはこれまで50万前後の観光客が毎年訪れているが、新たな観光を始めようとしている。

その中心に置くのは朝ごはん運動。早朝から町の中心地を歩かせる。青森県の弘前駅から秋田県の能代駅をつないでいるJR五能線。鶴田町の中心地の駅は陸奥鶴田駅。鶴のかたちをした駅舎。その朝も夜明けの5時、6時。弘前駅からの早朝電車をねらう。30分もあれば、陸奥鶴田駅に到着する距離である。駅をおりると、そこから津軽訛なまぢの強いお年寄りが案内。言葉がわかりにくいことが外来者と案内人の身ぶり手ぶりを引き出す。街なかの鶴のマークを探しながらのうちとけたまち歩き。

農村の朝は早い。夜明けとともに、起きて体操をし、草取りなどをしている。朝食はそんな生活スタイルの中にある。街なかの温泉

はすでに開いている。そこで朝ごはんをとってもらおう。朝湯の時間を入れても2時間ではない。観光地の間に挟まれた健康志向の町。そこでの爽快さが売り。朝ごはん運動観光への客。夢物語なのか。豊か過ぎる社会。家庭と一緒に朝ごはんを食べなくなった社会。家庭の食をテーマに人を集める。それを地域の観光として振興する。乱食・過食の現代でこの普通の生活を売りにする鶴田町は本気である。小浜市は全国の食のまちづくりの首都である。これまでの十年、地域の食の資源を使った発信が続けてきた。鶴田町の生活目線からの観光をどのように受信されるのか興味は尽きない。

(文：檜楨貢／ひまきみつぐ)

弘前大学大学院地域社会研究科長教授

檜楨貢

