

楽しいイベント  
いっぱい

食文化館

冬のイベントスケジュール!



12月



- 2 (土) おすすめ体験・りんごのホイルケーキ
- 9 (土) おすすめ体験・りんごのホイルケーキ
- 16 (土) 季節の調理体験①おせち料理 (小浜風の祝い肴)
- 23 (土) 季節の調理体験②おせち料理 (小浜風の祝い肴)

1月



- 14 (日) おすすめ体験・バター餅
- 20 (土) おすすめ体験・バター餅
- 21 (日) 季節の調理体験①発酵食品 (小浜風に)
- 27 (土) 季節の調理体験②発酵食品 (小浜風に)

2月



- 10 (土) おすすめ体験・バレンタインスイーツ
- 17 (土) 季節の調理体験①行事食 (節分と初午)
- 18 (日) おすすめ体験・バレンタインスイーツ
- 24 (土) 季節の調理体験②行事食 (節分と初午)

### 挽きたて!打ちたて!そば打ち教室

日時:令和5年12月17日(日)  
①10:00~12:00 ②14:00~16:00

場所:食文化館 1階キッチンスタジオ  
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)  
料金:1,200円(1セット6食分)  
定員:10セット分(お申込みは1人1セットまで)  
定員になり次第締切となります。

申込:令和5年12月4日(月)より開始  
※2人で1セット調理のお申込みも可能です。  
感染対策のため3人以上での1セット調理は  
お断りしています。



詳細は食文化館まで

### MIKETSUKUNI MIKKE DECKで イベントを開催しよう!

御食国若狭おばま食文化館では、MIKETSUKUNI MIKKE DECKを活用し、これまで以上に多くの人が集まり「つながる場所」とするため、イベント開催に補助金を交付しています。

対象:市内に活動拠点がある団体  
市内に主たる店舗を有している事業者  
市内の一次産業者

補助金額:5万円を上限とし、経費の全額を補助  
交付団体数:5団体まで  
募集期間:令和5年10月1日(日)から随時  
実施期間:令和5年度(令和6年3月末まで)



▲詳細はこちら

### ▼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

FAX 0770-53-1036

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



# 食文化館だより

Vol.061 冬/2023

- 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



食文化館1階のウッドデッキエリアは、小浜湾を見渡す素晴らしい景観に加えて、足湯も楽しめるので、癒しの場所として、市民や観光客に人気があります。

今年、食文化館が開館20周年となることから、館内と同様にこの場所ももっと活用していただくこと、屋根や床板の改修および、音響や照明機器の整備、さらに新たな愛称「MIKETSUKUNI MIKKE DECK」のロゴデザインも制作し、装飾しました。

そして、9月17日には、お披露目もかねて、「SUNSET BEER DECK」を開催。MIKETSUKUNI MIKKE DECKには飲食や物販、メダカすくいやキッチンカーなど多くの団体が出展し、家族連れや若者など幅広い世代の方々が集まり、食事や音楽、おしゃべりを楽しんでいただき、夜遅くまで賑わいました。

本市が進めている「食のまちづくり」では、めざす将来像に「ウェルビーイング(実感できる幸せ)」を掲げていますが、拠点施設である食文化館が、展示見学や体験ができる場であるとともに、ここでの催しに集う人々が、出会いやつながりの中から大切な何かを見つけ(MIKKE)、そのことで個々の、そして小浜市全体のウェルビーイングを高めていく、そのような場として成長していきたいと考えています。

現在、このMIKETSUKUNI MIKKE DECKでイベントを開催する団体を募集していますので、関心のある方はお問い合わせください。



新たに制作した  
ロゴデザイン



## 伝統行事と食文化



## オイケモノ

平成25年12月、日本人の伝統的な食文化である「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。登録にあたり「正月などの年中行事との密接な関わり」が特徴のひとつとして挙げられています。

年中行事とは「一年ごとに、同じ日もしくは、暦によって決められた日に繰り返される一連の行事」のことで、このような際には、食べる目的以外にも食物が用いられることがあります。

例えば、小浜市加茂区の加茂神社で行われる「オイケモノ」(国指定無形文化財)と呼ばれる神事では、その年の農作物の作柄を占うためにいろいろな食物が用いられます。牛の舌餅と呼ばれる餅、トコロ、クリ、シイの実、干し柿、ギンナン、カヤの実、ドングリが木箱に収められ、上宮境内にある神木の根元に埋められます。一年後、掘り出された木箱を開け、区長や神社総代、保存会会長を筆頭とする参加者によって、厳粛な雰囲気の中で、木の実の発芽状態が確認されます。発芽状態が良好であればその年の農作物の作柄も良好であるということです。

大自然を敬い、その恵みとともに生きる日本人らしさが感じられる行事です。



神事に用いられる食物

## 家庭に伝わる食文化

にしんのすしは身欠にしんと大根を麴で漬け込んだ、若狭地方を代表する伝統的な冬の保存食です。

江戸時代から明治時代にかけて、大阪と北海道を繋いでいた北前船の寄港地であった小浜湾では、にしんや昆布など様々な文物が行ききました。古くより、海産物を「なれずし」として加工してきた食文化や発酵技術がある若狭地方と、北の地域から運ばれてきたにしんが出会ったことで生まれたのが「にしんのすし」だと言われています。

にしんのすしは、冬の保存食として、特に正月料理として珍重されており、令和3年には文化庁が認定する「100年フード」に認定されました。

※「100年フード」とは、国内の多様な食文化の継承・振興を行うために、地域で世代を超えて受け継がれてきた食文化を100年続く食文化として認定する文化庁の事業です。



にしんのすし

## 「わたしのひとさら」

小浜の伝統食や豊かな山の幸、海の幸。季節によって毎回表情が違うので、いつ来ても楽しい。山や海、街と共にあるそれぞれの暮らしのリズムを知ることが好きです。そこには深いストーリーがあって、宝物のような先人の知恵がギュッと凝縮されている。今日と違って、情報が手に入りやすい時代からも日本人は季節に寄り添いながら心身を食と照らし合わせ、健やかな日常を目指していました。このストーリーは、その土地土地を過ごすそれぞれの人々の食養生に密接に関係しています。食べることやその食物の背景を知るとは、人生において、体だけでなく心の豊かさを作る上でも大きな要因になってきます。

精進料理を作るお坊さんが仰っていた、忘れられない言葉があります。

口に入れるものはその人の身体になりうる。その食事がそのままその人になり、体から思いや行いが表れる。食事を整えると生活、心、体が整う。さすれば穏やかな気持ちを維持出来る。

簡単にはなかなか真似できませんが、少しでも近づこうと日々意識しています。

プラス、こんな言葉も頭の片隅に常にあります。品位は髪型に出る・性格は言葉使いに出る・丁寧さは文字に出る・誠実さは話すスピードに出る・信用性は時間厳守に出る・そして食べ方には育ちが出ると。日々気をつけたいことばかりですが、中でも食がどれだけ人の心身に影響するかを思い知らされる言葉の数々です。

しかし、食とは食べる癒しでもあるべきだと私は思っています。薬食同源のように食物は体や心にとって薬にもなるけれど、口に運ぶ行い自体に癒し効果があります。楽しく食べてこそ、人間は自然治癒力が上がり、本当の意味での養生になると思うのです。

私の料理好きは、何でも手作りしてくれた祖母からの影響がとても大きい。いつも滋養と滋味と慈愛が溢れていました。私もそんな「わたしのひとさら」を作れるように、楽しみながら精進したいと思っています。

## 井澤 由美子

IZAWA YUMIKO

テレビ・書籍・広告・雑誌・イベント・講演会等で活躍中の幅広い年代に人気がある日本を代表する料理家。

特に発酵食や薬膳に造詣が深く、季節の食材とその効能を生かした身体を健やかに保つ美味しいレシピを数多くのメディアで発信されている。

食文化館においても小浜の発酵食品を使った料理教室の講師を務めるなど、本市の食のまちづくりにご尽力いただいている。

