

食文化館 だより

vol.023
夏/2014

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】

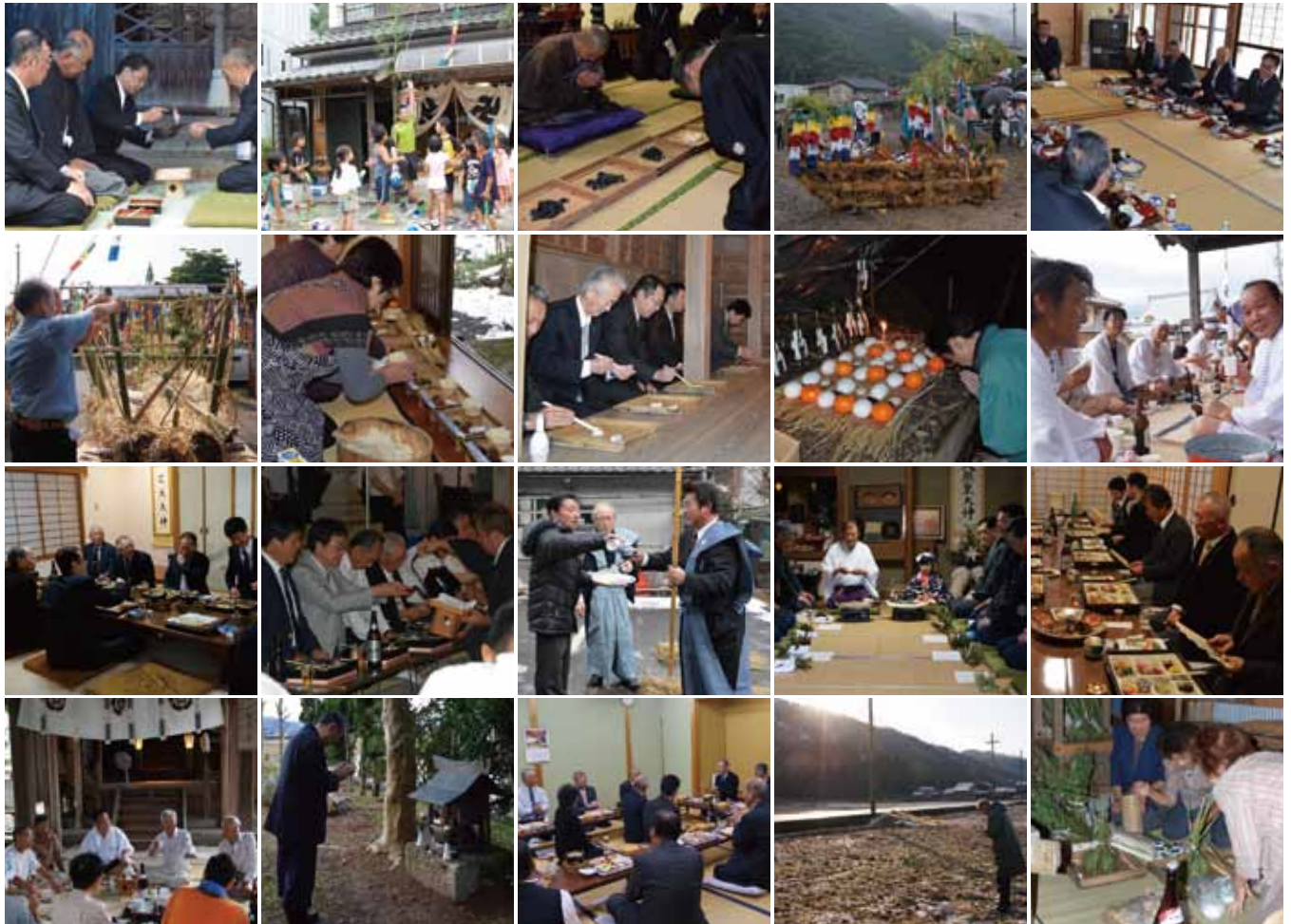
お食事処 濱の四季/tel:0770-53-0141 fax:53-0408

「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第2弾 『和食』がなぜ日本文化なのか-「民俗文化財の宝庫 若狭」からの再発見-

昨年末、食文化館では「和食」がユネスコ無形文化遺産登録されたことを受け、記念イベントを開催しました。これを機に、食によるまちづくりを推進してきた小浜市は、「日本食文化ー小浜から世界へー」をスローガンに、各種事業を進めることになりました。

一方、昨年度、食文化館では多くの市民の皆様にご協力いただき、小浜の伝統行事を「食」から捉える調査をしてきました。

今回は、ユネスコ無形文化遺産登録記念イベント第2弾として、調査報告と調査から見てきた特色について、諸先生方にお話させていただきます。あまり知られていませんが、「和食」のユネスコ無形文化遺産登録の副題は「日本人の伝統的な食文化」です。わが国の風土や生活に密着した伝統行事の中にごそ、和食文化の根幹を見ることができます。今回は民俗文化財の宝庫と例えられる若狭から、命の根源である食と私たちの祖先が大切にしてきた文化を読み取り、日本の食文化について考えます。お楽しみに♪



日時：6月22日(日) 13:00-16:00 対象：高校生以上 費用：無料

内容：①記念講演/神崎宣武氏(文化審議会文化財分科会無形文化遺産保護条約に関する特別委員会委員長)

②調査記録上映

③調査報告/市川秀之氏(滋賀県立大学人間文化学部教授)

④座談会/神崎宣武氏 市川秀之氏 金田久璋氏(福井県文化財保護審議会委員・若狭路文化研究会会長)

*開会前に小浜の伝統行事食のふるまいを行います。(先着100食)

主催：小浜市 若狭路文化研究会 後援：小浜市の歴史と文化を守る市民の会



父の日は親子で魚をさばろう!



近海で水揚げされた旬の魚(鯛や鰯などを予定)を、親子でさばいて調理し、持ち帰っていただきます。終了後は、大きなお風呂で汗を流し、料理は家に帰ってから家族でご試食くださいね。

日時:6月15日(日) 13:30-15:30 対象:父と子(保護者同伴のため年齢制限なし)
費用:1人700円(父子1400円) 定員:親子15組(30名/定員になり次第締切)
内容:魚をさばき、3品ほど調理(試食なし。持帰り容器持参)
特典:小学生以下の参加者、当日に限り入湯無料(提供:濱の湯)

おもしろふしぎクッキング!



毎夏大好評の「おもしろふしぎクッキング」。今年は定番の塩作りのほか、オレンジを丸ごと使って実験や菓子作りを行います。お楽しみに♪

日時:①8月1日(金) 10:00-13:00「塩をつくってみよう!」

②8月2日(土) 10:00-13:00「オレンジで実験!」

対象:小学生以上 費用:各300円

定員:各20名(定員になり次第締切)

内容:①塩作り かまど炊き変わりおむすび

②オレンジで実験 スタンプとパウンドケーキ作り

持物:②絵具用筆(太・細)

医食同源vol.10「あなたの『がん』知識古くないですか?」

日本人の死因第一は、1981年より「がん」がトップで、今や総死亡率の約3割を占めています。誰でもかかる可能性がある疾患ですが、早期発見や治療成果の向上によって、現代は「がん」と上手く長く付き合っている方も多数おられます。今回は、消化器系がん手術を専門とされる先生から、がんの発見から付き合い方まで、がん医療の現在についてお話していただきます。調理体験では、栄養のバランスがとれた基本の食事について学び、普段の食生活を振り返ります。正しい情報で知識をアップデートしましょう!



講演と調理体験がセットになったシリーズです。講演は1時間程度を予定しており、講演が終了次第、調理体験を行います。

日時:8月9日(土) 10:00-13:00 対象:高校生以上
講演講師:杉田玄白記念 公立小浜病院 外科主任医長 伊藤鉄夫氏
費用:700円 定員:20名(定員になり次第締切)
調理内容:しらたきご飯 なすとインゲンの味噌汁
グリーンアスパラとパプリカのきんぴら
キャベツのメンチカツ きなこ風味の羽二重餅

サンドブラストで夏色プレートを作ろう!



ガラス皿にサンドブラストで夏に使いたくなる絵付けをします。皿は多目的に使いやすい20cmです。記念プレートにも!

期間:6月1日(日)-8月31日(日) 時間:60分(*目安)

対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)

費用:700円*限定30個 受付:食文化館2F若狭工房

*写真は全てイメージです。

●食の達人『田烏さばへしこ、なれずしの会』の皆さんを訪ねました。



後列左から：羽田祐一さん・山下良典さん・森下道子さん・山下扶美子さん・橋本伯麻子さん
前列左から：山下隆雄さん・橋本勝さん・熊谷実さん・森下佐彦さん

かつて、まき網(巾着)漁法で鯖が大量にとれた田烏では、大漁の時に配当された鯖を「へしこ」にして食べる習慣がありました。また、冬にはこれを「なれずし」にし、ご馳走として食べていました。

「へしこ」とは、塩漬けにした魚を、塩と糠で再度漬け込んだもので、土用(夏の暑い日)を越して1年以上発酵させたものです。この「へしこ」は、悪天により船が出せないときの保存食として重宝されていました。

「なれずし」とは、名誉館長石毛直道氏によれば、主に魚介類を塩と米で乳酸発酵させたものを指します。地域や家庭によって材料や製法に違いがありますが、ご飯のみで発酵させた「なれずし系」と、ご飯に麴を混ぜたもので発酵させる「いずし系」と大別しています。

田烏の「なれずし」は、生の魚を用いずに、「へしこ」を用いるところに特色があります。そのへしこを水で塩抜きし、麴などを混ぜた米飯で漬け込み、2週間ほど発酵させて作ります。家庭や作る時期などによって、用いる魚と調味料(甘味)や塩出しなどに違いがあるため、その都度味が異なります。そして、この異なる味を持ち寄り、これらの文化を継承していこうと、平成19年『田烏さばへしこ、なれずしの会』が発足しました。以後、食文化を継承することを目的に、技術指導や製造と販売などに尽力されています。

後継者不足など課題はありますが、「昔は、へしこは時化(海が荒れた)の時の食べもんやったし、子どもの頃のなれずしは、すっぱくて(昭和20年代までは米飯のみでつくられていた)あんまりおいしいとは思へんかったわ。今はそんなへしこやなれずしが脚光を浴びて、不思議な気持ちやわ～」とやりがいに笑顔がこぼれる皆さんでした。

○～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。

サバのぼり・かぶとを作ろう!

かしわ餅を作ろう!

いちご大福を作ろう!

お楽しみかみしばい

くずまんじゅうを作ろう!

若狭子ども将棋名人戦

さばバーガーを作ろう!

小浜市公認キャラクター「さばトラなちゃん」

食文化館のウイークエンド

楽しんでました

はたらく乗り物大集合!!

達人に教わる! 楽しい鯖街道ツアー!

餅つき&お楽しみ食べ比べ

子どもの日プレゼント!

豆つかみ大会!

第二のふるさと小浜

明治38年生まれの私の父「つきぢ田村」初代 田村平治は福井県小浜の今宮の魚屋問屋「柴幸(しばこう)」の長男として生まれましたが、父は4歳の時に父親を亡くし、おじいさんに育てられました。14歳の時「柴幸」を妹に任せ、魚の使い方等を勉強して来いと京都の料理店「瓢樹(ひょうき)」と云うお店に修行に出されました。

その後、昭和7年東京の料理屋「蘭亭(らんてい)」に料理長として迎えられ、東京で所帯を持ち昭和8年私が生まれ、小学5年生の時太平洋戦争による疎開先として小浜の「柴幸」さんに預けられました。小浜小学校、小浜中学に通い、中学1年の時終戦となりました。当時の思いの一つとして、小学校の校庭の先に汽車が煙を吐いて走って居たことを今でも思い出します。

戦後2年目に財界の方のご援助を受け築地本願寺の脇にお店を開くことができました。現在まで親子四代お店を守り68年目になります。父は、常々物を大事に使い切れ、神から授かった食材だからと申して居りました。聞くところによれば、日本で1年間に廃棄処分される食材が2400万屯もあると伺い大変驚いております。また、料理も器も熱い物は熱く、冷たい物は冷たくお出しする事と申して居り、今ではいずれも「つきぢ田村」の家訓となっております。

私もおかげ様で今年81歳、「若狭おばま 御食国大使」を拝命して居り、小浜の食材である甘鯛、越前かに、鯖等の名品をお送り頂き、お客様にお出しし喜ばれて居ります。また、福井県東京事務所の方々との御縁も有り、越前和紙の便箋、越前焼の茶碗を作って頂き、お客様に父の生地が小浜である事を申し添え差し上げて居ります。

これからも「若狭おばま 御食国大使」としてお役にたつべく努めます事をお約束いたしますと共に、小浜市のますますの繁栄を願って居ります。(文と画:田村暉昭/たむらてるあき)



若狭おばま御食国大使 寄稿文



つきぢ田村
会長

田村暉昭

<田村氏と小浜市の関係>

創業68年目になる東京築地の料亭「つきぢ田村」の2代目。戦争が始まった小学校5年生より中学生までの間、父親の故郷である小浜に疎開。

御食国大使は、小浜市にゆかりのある方々で、本市の食のまちづくりに対して提言をいただくとともに広くPRにもご協力いただいております。

小浜から伝える食育の大切さ

御食国若狭おばま食文化館・開館 10 周年を迎えられ、まことにおめでとうございます。

小浜市にゆかりのある関係者の皆さまに支えられ 10 年の月日を御食国大使として活動させて頂いたことを心から誇りに感じ、光栄の至りと感謝申し上げます。

小浜市へ赴くたびに市内のあちらこちらから食のまちづくり理念や歴史・伝統・文化、さらに地域の皆様の力強いパワーを感じる事ができます。やはり先進的な取り組みを後押ししているのは地域を愛するマンパワーであることを実感致します。そのマンパワーの源こそ、食のチカラ・食の恵みと言えるでしょう。

現在、私たちはお金さえあればいつでもどこでも食糧が手に入る恵まれた環境にあります。便利な生活を手に入れた代わりに自分に必要な食糧を選び手に入れること、それを工夫して食べる知恵や技術がおろそかになってきたように思われます。

“食べること”これは毎日の営みであります。

1 日 3 食、1 年 1100 食、人生 80 年として 87000 食もの食の積み重ねが大切な命を育てるわけです。1 食ぐらい…なんてたいしたことのないように思いがちですが、幼いころより身に付いた習慣は年を重ねるに合わせて身体に大きく影響することは間違いありません。

“食べること”は身体を育て健康を維持増進するだけでなく、地域の文化、豊かな社会、感謝の気持ちなど「地域社会」や「人の心」をも育ててくれます。

小浜市が幼少期より継続的に食育を行う自治体として先見の目があることは一目瞭然です。ただ、全国に先駆けて食の情報発信することは大変な苦勞もあることと思います。しかし身体が元気に健康に育つのも、若々しく美しくなれるのも全て自分自身が作っていくのです。大切な命を育むため・・・そのために食文化館は大切な役目を担っているのです。

そして我がふるさとの味を次世代へ伝えること、先祖から受け継がれた身体（遺伝子）と心（文化）を次世代に伝えてこそその食育です。

料理の味付けの変化や四季折々の季節感、郷土色を感じられるからこそ脳からも多彩なアイデアや柔軟な発想が生まだされるのです。

食卓では食事をしながら人との関わりも礼儀も会話もみんな一緒に食べているのです。そしてそれ全部が味わいの記憶としていつまでも心に残るのです。

さあ、10 年の道のりをこれからの未来へ・・・さらに世界へ向かって健やかで素晴らしい人生を味わっていきましょう。

今後のさらなる飛躍を期待しております。

(文：浅田容子/あさだようこ)

若狭おばま御食国大使

寄稿文



浅田クッキングスクール
校長

浅田容子

<浅田氏と小浜市の関係>

浅田クッキングスクールのほか、健康ランチレストラン「クイーン・アリス」も経営(福井市)。食のまちづくり課発足時より指導をいただく。

御食国大使は、小浜市にゆかりのある方々で、本市の食のまちづくりに対して提言をいただくとともに広く PR にもご協力いただいております。



キッチンスタジオ&濱の四季の運営員

グループ マーメイド



夏季の『季節の調理体験』は、「減塩の工夫と塩の種類(6月)」、「発酵食品(7月)」、「ファイトケミカル(8月)」をテーマに開催。お楽しみに♪



子どもの食育推進グループ

キッズ☆ サポーター



今年度も、いよいよ『キッズキッチン拡大編』が始まります。初回の6月は「和食の一汁三菜」、続いて8月は「箸」をテーマにした内容です。

また、キッズ・キッチン開催日の10～12時には、かけはしサポーターの『町家であそぼう!』も同時開催。6月は「七夕飾り作り」です。こちらもどうぞ。

さらに運営スタッフ『キッズ☆サポーター』では、家庭と育児や仕事を大切にしながら、一緒に活動して下さるメンバーを募集しており、6月3日と6日(13～14時)には、メンバー募集の説明会を開催致します(事前申し込み必要、子ども同伴可)。運営を通して学ぶことは、家庭でも即実践できることばかりです。関心のある方は、是非、説明会にお越しください。



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、季節感を重視した食文化に関するしつらいや管理、イベントなどをメインに活動をしています。その他、若狭おばまの食文化に関する研究なども行っています。

『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。



● イベントスケジュール ●

- 6/ 3[火] キッズ☆サポーター募集説明会①
- 6[金] キッズ☆サポーター募集説明会②
- 9[月] 季節の調理体験(6月編)
- 12[木] 季節の調理体験(6月編)
- 14[土] 季節の調理体験(6月編)
- 15[日] お父さんと魚をさばこう!
- 21[土] キッズ・キッチン「和食の一汁三菜」(6/13申込締切)
- 21[土] かけはしサポーターと町家であそぼう!
- 22[日] 「『和食』がなぜ日本文化なのか」講演会
- 23[月]-27[金] メンテナンス臨時休館
- 7/11[金] 季節の調理体験(7月編)
- 12[土] 季節の調理体験(7月編)
- 14[月] 季節の調理体験(7月編)
- 8/ 1[金] おもしろふしぎクッキング①「塩」
- 2[土] おもしろふしぎクッキング②「オレンジ」
- 3[日] キッズ・キッチン「お箸のまち小浜」(7/25申込締切)
- 3[日] かけはしサポーターと町家であそぼう!
- 7[木] 季節の調理体験(8月編)
- 9[土] 医食同源vol.10「あなたの『がん』知識古くないですか?」
- 10[日] 季節の調理体験(8月編)
- 18[月] 季節の調理体験(8月編)
- 23[土] かけはしサポーターの地蔵盆「まいってんのう」

● 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日前までにお申込みください)

● キャンセルの連絡はお早めをお願いします ●
(前日・当日のキャンセルは食材やスタッフの調整に影響が出ます)

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。

