

食文化館 だより

vol.025
冬/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/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/れんぼ



*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/スパニッシュオムレツ/スイートポテト
かぶの生ハム巻き/洋風松風焼/塩麹クイックピクルス

日時:①和編12/7(日) ②洋編12/21(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(ない場合はパック等でも可)

食文化館は、2015年3月14日(土) ミュージアムとインフォメーション機能を強化して生まれ変わります。

翌3月15日(日)は、ミラノ国際博覧会出展を想定した
国際交流「キッズ・キッチン」「箸研ぎ体験」を開催します。

*参加希望の方は電話にてお問い合わせ下さい。(2/27まで/多数の場合抽選)

JAPAN
EXPO 2015 MILANO

GISPRI
愛・地球博
成果継承発展
助成事業



【工事期間のお知らせ】全面休館：2015年3月8日(日)－3月13日(金)

ミュージアム&インフォメーションゾーンのみ休館：2015年2月26日(木)－3月7日(土)

*1F キッチンスタジオ&2F 若狭工房、3F「濱の湯」、お食事処「濱の四季」は通常通り開館・営業。



年間企画「若狭おばまの海と鯖街道」展の関連イベント! 講演 & 調理体験



漁業の先進地・若狭小浜から運んだ海産物が、京都や近江の食文化を豊かにしました。近世以降の漁業と流通についてお話しいたします。

若狭おばまの海編(講演)「若狭の漁業と鯖街道」
 日時: 12月14日(日) 14:00-15:30 対象: 高校生以上
 講師: 藪本金一氏(元若狭東高等学校校長/現若狭高校産業人材コーディネーター)
 費用: 無料 定員: 20名(定員になり次第締切)



鯖街道沿いに、小浜の濱焼き鯖を使ったそうめん料理があります。今回は高島市の女性グループの皆さんに、「鯖そうめん」のほか、琵琶湖の幸で作る惣菜、竹の皮で包んで蒸し上げる羊羹などを教わります。

鯖街道編(調理体験)「高島市の鯖街道料理」
 日時: 12月1日(月) 10:00-13:00 対象: 高校生以上
 講師: あどがわ女性ネットワークゆう(郷土料理伝承の会 高島市)
 費用: 700円 定員: 20名(定員になり次第締切)
 内容: 鯖そうめん エビ豆 麩めた 丁稚羊羹(竹皮) ご飯

レストランシェフに教わる! 「クリスマス料理」「谷田部ねぎ料理」



レストランの味を家庭でも! 子どもから大人まで大満足のパーティ料理をプロから学びます。託児希望の方は申込みの際にお申し出下さい。

日時: 12月9日(火) 10:00-13:00 対象: 高校生以上
 講師: 和伊和伊亭 オーナー 竹中淳二氏
 費用: 700円 定員: 20名(定員になり次第締切)
 内容: チキンフリカッセ(若鶏のホワイトソース煮込み) バターライス添え
 海の幸のマリネサラダ 手作りカスタードクリームのパフェ仕立て



毎冬講師をお迎えして開催の「谷田部ねぎ」料理講習会。やわらかくて甘味の強い谷田部ねぎは洋風メニューにもピッタリ! お楽しみに♪

日時: 1月12日(月/祝) 10:00-13:00 対象: 高校生以上
 講師: キッチン・ラガー オーナー 新谷裕和氏
 費用: 700円 定員: 20名(定員になり次第締切)
 内容: 谷田部ねぎの簡単グラタン 谷田部ねぎのハンバーグ
 炊き込みご飯

食達デリ「今年の暮れはマイ蕎麦で迎えよう」



年末恒例の大人気蕎麦打ち講座。リピーターも歓迎します。

日時: 12月13日(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: 700円 定員: 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

焼チョコ&折染ペーパーバッグを作ろう!



バレンタインギフトに最適! お一人様でも参加できます。

日時: 2月1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800円 定員: 15組(定員になり次第締切)
 内容: かわいい焼チョコ 折染ペーパーバッグ

*写真は全てイメージです。

ウェルカムボードを作ろう!



タイルにサンドブラストで図案を彫り、着色して仕上げます。

期間:12月1日(月)-2月28日(土)
 時間:60分(*目安) 対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)
 費用:1,600円(*限定30枚)
 申込:電話/食文化館(0770-53-1000)もしくは、
 メール/若狭工房HP (<http://wakasa-koubou.com/>)



医食同源vol.10「あなたの「がん」知識古くないですか?」

8月9日、京都市立病院外科医長(元 杉田玄白記念公立小浜病院外科主任医長)の伊藤鉄夫氏に「がん」について教わりました。

がんは、今や3人に1人が亡くなる国民病だが、患者の2人に1人は治ること、遺伝は全体の5%以下でしかなく、生活習慣が影響する病気であることなどを踏まえ、上で、「がんとは?」「がんにかからないためには?」「がんと診断されたら?」についてお話していただきました。

調理体験では、「バランスのとれた基本の食事」を念頭に、ボリュームたっぷりだけれどカロリー控えめの「キャベツのメンチカツ」や、彩りとごま油の香りがいい「グリーンアスパラとパプリカのきんぴら」など計5品を作って試食しました。

若狭小浜港「海の駅フェスタ2014」

11月9日、第2回目の「海の駅フェスタ」は、カニ漁解禁(11月6日)にちなんで「カニ」をテーマにして開催しました。

食文化館会場のキッチンでは「セイコガニ攻略法」、マリンデッキは「子ども縁日」「食文化館運営サポーターのふるまいと物販」が開催され、親子連れで楽しむ姿が多くみられました。

また、市場・お魚センター会場では、市場価格による「カニ茹で即売会」や「カニ汁の販売」のほか、昨年も好評だった「マグロ解体ショー」や「七輪焼き広場」を始めとした物販などが行われました。終日雨模様ではありますが、どのブースも多くの人で賑わいました。



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。これは、多くの市民の方々に、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たものです。出前講座などをご希望の方は、食文化館までご相談ください。

●食の語り部 部門 (敬称略)

若狭の語り部	岡本 美智子
若狭の語り部	河島 智恵子
若狭の語り部	杉崎 康代
若狭の語り部	深谷 怜子
若狭の語り部	藤本 靖子
若狭の語り部	湯川 君子
鯖街道	杉谷 長昭

●食の達人・食の語り部による「出前講座」を受け付けています。

●食の達人 部門

(敬称略)

豆腐	川口 義弘
ふぐ・てっさ	河原 佳都雄
はんぺん・天ぷら(魚肉加工品)	川淵 昭一
釜炒り茶	倉谷 千恵子
釜炒り茶	遠敷地区ふるさとづくり推進会
蕎麦	高鳥 重郷
とちもち	田口 正栄
ニシンの糍漬・梅干・梅ジャム	竹下 智恵子
へしこ・なれずし	森下 佐彦
へしこ・なれずし	田烏さばへしこ、なれずしの会
味噌	岡崎 豊
雑穀	長谷川 政明
家庭料理	吉見 妙子
鮎(養殖)	仲野 實
鮎(釣り)	林 工
赤唐辛子の糍漬	宮川 勢紀子
のっぺい	食生活改善推進員連絡協議会 中名田地区
餅・餅加工品	もちっ子 咲



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



冬季の『季節の調理体験』は、「お正月の食卓(12月)」、「豆(1月)」、「だし・うまみ(2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



冬季の『キッズキッチン』、12月は「幸せを願うハレの日の食事」をテーマにハレの日に込められた願いや祈りを学びます。2月は「節分と豆」をテーマに様々な大豆料理を作ります。

また「かけはしサポーターの『町家であそぼう!』」も同時開催(10-12時)。12月は門松と福笑い、2月は鬼の面とマスをペーパークラフトで作ります。(無料、対象制限なし)



毎年大好評の「濱の四季バイキング」
今年は2/5(木)-17(火)に開催!お楽しみに♪

● イベントスケジュール ●

- 12/ 1[月] 年間展示イベント「高島市の鯖街道料理(調理体験)」
- 2[火] 元気食生活実践ガイド講習会(13-15時)
- 7[日] おせちを作ろう!<和編>
- 9[火] レストランシェフに教わる①クリスマス料理
- 13[土] 食達デリ「今年の暮れはマイ蕎麦で迎えよう!」
- 14[日] キッズ・キッチン「幸せを願うハレの日の食事~お正月料理~」(12/5申込締切)
- 14[日] かけはしサポーターと町家であそぼう!
- 14[日] 年間展示イベント「若狭の漁業と鯖街道(講演)」
- 16[火] 季節の調理体験(12月編)
- 18[木] 季節の調理体験(12月編)
- 20[土] 季節の調理体験(12月編)
- 21[日] おせちを作ろう!<洋編>
- 1/ 11[日] 元気食生活実践ガイド講習会(13-15時)
- 12[月] レストランシェフに教わる②谷田部ねぎ料理
- 15[木] 季節の調理体験(1月編)
- 17[土] 季節の調理体験(1月編)
- 19[月] 季節の調理体験(1月編)
- 2/ 1[日] 焼チョコ&折染ペーパーバッグを作ろう!
- 1[日] キッズ・キッチン「節分と豆」(1/23申込締切)
- 1[日] かけはしサポーターと町家であそぼう!
- 15[日] 季節の調理体験(2月編)
- 16[月] 季節の調理体験(2月編)
- 17[火] 季節の調理体験(2月編)

- 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)

● 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、
- 12/27、1/3~4(11:00~14:30)短縮営業

■ 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。

食文化館運営ボランティア

かけはしサポーター

かけはしサポーター

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、イベントの企画運営、若狭おばまの食文化に関する研究を中心に活動しています。

『かけはしサポーター』では楽しく賑やかに、一緒に活動してくださるメンバーを随時募集しています。関心のある方は事務局までお問い合わせ下さい。



「まいってんのう(地蔵盆)」



地方創生と日本の食文化

2013年12月、アゼルバイジャンで開催されたユネスコの政府間委員会において、「和食：日本人の伝統的な食文化」が無形文化遺産に登録されることが決まった。「和食」の食文化が自然を尊重する日本人の精神を体現したものであり、世代を超えて受け継がれる中で家族や地域コミュニティの結びつきを強める社会的慣習であると評価された。特定の料理や調理法ではなく日本の食全体にまつわる文化・習わしが認められたものであり、「新鮮で多様な食材の使用」「自然の美しさ・季節の表現」「年中行事との関わり」といった「和食」のもつ特色は、日本の四季や地理的な多様性と密接に関連している。

私の生まれ育った若狭地方は、暖流と寒流がぶつかる絶好の漁場である若狭湾を北に臨み、南には豊かな地下水をたたえる美しい山々があることから、海の幸・山の幸に恵まれている。また、「京は遠ても十八里」、その道のりは京都まで約70キロという地理的条件によって、日本海側の各地方から船で運ばれてきた物資や若狭湾で水揚げされた豊富な魚介類が、ここから次々と京の都へと運ばれた。中でも鯖が多かったことから、いつしかその道は「鯖街道」とよばれるようになり、「へしこ」や「鯖鮓」といった特徴的な鯖料理も生まれるなど、「御食国」としての豊かな食文化が世代を超えて受け継がれてきた。

日本は今、人口減少という深刻な問題に直面している。全国で最も出生率の低い東京などの大都市に人口が集中し、地方では高齢者の減少と若者の流出が重なって人口減少が進み、2040年には現在約1,800ある地方自治体のうち896の自治体が消滅するおそれがあるとも指摘されている。地域の特色ある食文化は、その土地でとれる自然の食材を、そのまちで古くから伝わる伝統的な調理法によって守られてきたものであり、地方の消滅は日本の豊かな食文化がひとつひとつ消えていくことにほかならない。

「和食」の食文化が無形文化遺産に登録されたことは、海外における「和食」のアピールとなり、日本の農水産物や食品の輸出増加につながると期待される一方、日本はその伝統的な食文化の保護を国際社会に対して約束したということである。政府が6月に発表した成長戦略の中で「活力ある地方の実現無くして成長戦略の成功は無い」としているが、活力ある地方の実現無くして日本の食文化の継承も無い。小浜市は今、「“日本食文化”小浜から世界へ」をスローガンにその魅力の発信に取り組んでおり、地域の伝統や食文化を伝える「御食国若狭おばま食文化館」への期待もますます大きくなっている。日本経済の再生、食文化の継承のために地方が果たす役割は大きく、私も微力ながらそのお手伝いできればと思っている。

(文：小林栄三／こばやしえいぞう)

若狭おばま御食国大使

寄稿文



伊藤忠商事株式会社
取締役会長

小林栄三

<小林氏と小浜市の関係>

若狭町出身。日本を代表する総合商社のトップとして、小浜市内で開催の講演にご登壇のほか、郷里の産業の発展にもご尽力いただいている。

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。