

食文化館 だより

vol.026
春/2015

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

食文化館オープンイベント①会場：1Fミュージアム&マリンデッキ



リニューアル
オープン

インフォメーション(イメージ)

ミュージアム(イメージ)

食文化館リニューアルオープンイベント「大お披露目会」(3月14日)
内容：一般開放、石毛直道名誉館長ほかによるギャラリートーク(10:30～)
雑煮食べ比べ!(東京・京都・小浜)大試食会(11:30～)
費用：無料



(イメージ)

クラフトマーケット(3月14-15日/10:00-16:00)
内容：マリンデッキで手作り品を販売します。
トンボ玉、石鹼、陶器、皮製品など



(イベントイメージ)



ミラノ万博出展イベント(3月15日)
内容：「国際キッズ・キッチン」(11:00～)「国際交流箸の研ぎ出し体験」(13:00～)
対象：年中～小学1年生(4～7歳)の日本人・外国人20人(申込多数の場合抽選)
申込：日本人10名のみ募集(～2月27日) 費用：無料 *のぼり旗を宝くじの助成で作成しました。

小浜醤油干し試食会



日時：3月14日 12:00～13:00
会場：七輪焼き広場(若狭小浜お魚センター内)



食文化館オープンイベント②



若狭工房「若狭伝統工芸無料体験(小中学生のみ)」
期間:3月14日(土)-15日(日) 10:00-15:00(受付14時まで)
内容:若狭塗(箸の研ぎ出し)
若狭めのう(磨いてペンダント、キーホルダーにします)
対象:小中学生 費用:無料
*混雑時や大人数での参加はお待ちいただく場合があります。ご了承ください。

濱の湯「さくらのアイスクリーム」をプレゼント
期間:3月14日(土)-15日(日) 11:00-23:00
内容:お食事の方に「さくらのアイスクリーム」をプレゼント。
期間中の替わり湯は「さくらかすみ風呂」です。お楽しみに♪

濱の四季「若狭わかめ入り手作り米粉クッキー」プレゼント
期間:3月14日(土)-15日(日) 11:00-14:30、17:00-20:00
内容:お食事の方に「若狭わかめ入り手作り米粉クッキー」をプレゼント。

季節の調理体験(3月編)



月ごとにメニューが異なります。同メニューを月に3回開催しています。

期間:3月16日(月)、17日(火)、21日(土) 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:30名(定員になり次第締切)
内容:黒豆ご飯 ひき肉と豆腐の人参煮 菜の花の天ぷら
はまぐりのすまし汁 いちご大福

食文化館隣に「海のガーデン」がオープン!



今年の春は、食文化館の隣に多目的広場「海のガーデン」が完成し、川崎地区がより一層にぎやかになります。広場のオープン日には、市民の有志による県内最大の屋外型音楽イベント「マーメイドJAZZフェスティバル」と、食や手作り品の販売「Food&Craft MARKET」を開催します。そのほか企画は盛りだくさん!詳細は後日食文化館設置のチラシ、ホームページでご確認下さい。お楽しみに♪

海のガーデンオープンイベント「マーメイドJAZZフェスティバル」
日時:5月16日(土) 13:00-20:00 会場:海のガーデン
費用:入場無料

「長谷川平蔵が生きた『江戸時代の食』展



平成27年度の年間企画展は、リニューアルの年にふさわしく、当館所蔵の「奥村彪生コレクション」より、最も点数が多く人気が高い「江戸時代の食」を設置致します。今回は大人気小説『鬼平犯科帳』に登場する食とともに、「江戸時代の食」をご覧いただけます。また、展示に併せた調理体験等のイベントも多数企画しています。お楽しみに♪

期間:平成27年4月25日(土)-平成28年3月22日(火)
費用:無料

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/>)

*写真は全てイメージです。



絶品プロの味! 簡単ピザとサンドイッチ作り

11月15日、ブランジェリー OKAMOTO のシェフ岡本剛司氏を講師に、家庭で簡単にできるピザとサンドイッチ作りを学びました。ピザは、ビニール袋を使い手軽にできる生地作りを学び、顔よりも大きなピザが出来上がると、大きな歓声があがりました。サンドイッチは、シェフがイベント用に焼いたパンに、フルーツや卵、野菜などをサンドして仕上げました。和気あいあいと、楽しい親子の調理体験となりました。



医食同源vol.11 「骨粗鬆症&腰痛の予防と対処法」

11月29日の医食同源は、杉田玄白記念公立小浜病院整形外科医長の竹野建一氏から、腰痛の原因(病気)は多岐に渡ること、急性腰痛の場合は、通常の活動を継続した方が早く回復できて慢性化も防ぐことができるなど、多くの事を学びました。



調理体験は、骨粗鬆症予防のための日々の食事をテーマに、カルシウムやビタミンDを多く含むメニューで行いました。

参加者からは、先生のお話がわかりやすいと好評で、腰背部痛の場合は子宮筋腫や心筋梗塞の疑いがあることには驚いたという声がかきられました。



若狭おばまの海と鯖街道展イベント①「高島市の鯖街道料理」

12月1日、鯖街道を通して隣接する高島市から、あどがわ女性ネットワークゆうの皆さんにお越しいただき、食を通じた文化の交流会を行いました。

小浜にも鯛そうめんを食べる地域や丁稚羊羹がありますが、今回は高島の鯖そうめん、高島の丁稚羊羹(竹皮で包み蒸して作る)などを教わり、素材や手法の違いによる異なる食感や味を楽しみました。また、琵琶湖でとれるスジエビ(川エビの一種)や特産の丁字麩などの料理を学び、地域ならではの食材にも触れることが出来ました。

同じ食材や同じ呼び方をする料理でも、地域によって様々な違いがあり、話に花が咲きました。



若狭おばまの海と鯖街道展イベント② 「若狭の漁業と鯖街道」

12月14日、年間企画展「若狭おばまの海と鯖街道」の関連イベントとして、「若狭おばまの海」をテーマに、藪本金一氏にご講演いただきました。

沢山の資料をもとに、根拠を読み解いていく作業は大変楽しく、また質疑応答も盛んに行われ、大変有意義な時間となりました。



食達デリ 「今年の喜れはマイ蕎麦で迎えよう!!」

12月13日、食の達人(小浜市認定)の高鳥重郷氏に美味しい蕎麦打ちを教わりました。

蕎麦粉の粉質や室温によって混ぜる水の量が変ること、蕎麦粉と小麦粉の割合によって食感の違いが楽しめることなど、蕎麦粉の特徴について教えていただきました。

生地をこねる、延ばす、切る、湯がくの各工程にポイントがあり、蕎麦の奥深さを知る機会となりました。

蕎麦打ちには道具が必要ですが、麺にしまなくても、練ったままで(蕎麦がき)汁物に入れる食べ方についてもご提案いただきました。



レストランシェフに教わる①クリスマス料理

12月9日、和伊和伊亭(若狭町)のオーナー竹中淳二氏に、クリスマス料理を教わりました。パーティ料理がテーマで、託児サービスがあったことから、申込みが殺到しました。

カスタード作りの注意点や、サラダの味の付け方など、洋食料理作りのコツをじっくりと教わりました。また、調理器具の扱い方についても学びました。



レストランシェフに教わる②谷田部ねぎ料理

1月12日、キッチン・ラガーのオーナー新谷裕和氏に、「伝統の福井野菜」に指定されている谷田部ねぎをふんだんに使った料理を教わりました。

豚肉の和風ハンバーグは、谷田部ねぎをミンチに混ぜたり、ソースにアレンジしたりと、玉ねぎとは異なる風味が楽しく、さらにサイズも大きいことから、心もおなかも大満足となりました。

伝統の福井野菜とは、①生産者自らが、種をとり栽培している。②100年以上前から栽培されている。③地域に根ざした作物である。の3点を満たした野菜です。
近隣では、高浜町の立石なす、若狭町の山内かぶら、美浜町のくぼ丸なす、敦賀市の黒河マナなどが挙げられます。



キッチンスタジオの運営員

グループ マーメイド



春季の『季節の調理体験』は、「ハレの日の食卓(3月)」、「健康長寿の秘訣(4月)」、「豆腐、油揚げ(5月)」をテーマに開催。お楽しみに♪

季節の調理体験レシピ集(H25年度版)追加販売!



旬の食材を美味しく！
「栄養成分表示」付!

平成26年10月に発売開始した「平成25年度版」は、なんとわずか2カ月で完売してしまいました。問い合わせ多数のため、増刷して追加販売することになりました。購入できなかった方は是非どうぞ♪

食材は近くのスーパーで入手できる旬のものばかりを使用しています。各料理ごとの栄養成分表示(エネルギー、たんぱく質、脂質、カルシウム、食物繊維、塩分)も大好評!家族の健康作りにどうぞ。

発売:3月1日(日)より 1冊:500円
販売:食文化館1Fインフォメーション

子どもの食育推進グループ

キッズ☆ サポーター



平成27年度の『キッズ・キッチン』と「かけはしサポーターの『町屋で遊ぼう!』」の募集要項は、4月中旬に幼稚園・保育園や小学校を通じて配布、ならびに食文化館に設置(ホームページでも閲覧可)します。13年目を迎え、ますますパワーアップ!お楽しみに♪



『郷土食研究』

『花壇整備』

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、一緒に活動して下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。

食文化館運営ボランティア



かけはし サポーター



● イベントスケジュール ●

- 3/ 14[土] 食文化館リニューアルオープンイベント「大お披露目会」
- 15[日] ミラノ万博出展イベント「国際交流「キッズ・キッチン&着研ぎ体験」
- 16[月] 季節の調理体験(3月編)
- 17[火] 季節の調理体験(3月編)
- 21[土] 季節の調理体験(3月編)
- 4/ 12[日] 季節の調理体験(4月編)
- 13[月] 季節の調理体験(4月編)
- 14[火] 季節の調理体験(4月編)
- 25[土]-5/6[水祝] 食文化館のゴールデンウィーク
- 5/16[土] 海のガーデンオープンイベント「マーメイドJAZZフェスティバル」
- 18[月] 季節の調理体験(5月編)
- 19[火] 季節の調理体験(5月編)
- 23[土] 季節の調理体験(5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)

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。



若狭
おばまの食は
世界に誇る
美味しさだ！
ほくほへしが好きです♡

(文・絵：木村行伸／きむらゆきのぶ)

若狭おばま御食国大使

寄稿文



詩人
いろは出版代表

きむらゆき(木村行伸)

<木村氏と小浜市の関係>

小浜市出身。20歳で出版会社を設立し、著作の総売上は累計123万部を超える。雑貨ブランド「AIUEO」や似顔絵「WORLD1」なども展開。

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。

小浜は何もなにかから美しい

生まれ育った小浜の地を離れて、気がつけば他所の地で暮らした時間の方が多くなった。そこで暮らしていると案外考えなかった「ふるさと」という意識も年を重ねる毎に増すものである。

そんな中でも、幼少の頃から祖母が晩御飯のために用意してくれた献立が、近頃妙に懐かしく、食の記憶をたどり、味の記憶を思いだし、そうするとその年代の家庭での食事の光景にまで、記憶のベクトルは馳せるものである。

福井への出張の際に、ホテルの朝食に「ズイキ」や「麩とキュウリのからし和え」等が並ぶと、この郷土料理にワクワクしたりする。単純に懐かしい。

昨年 11 月に 68 歳で亡くなったアートディレクターの浅野矩美氏に、以前小浜を旅していただいた。「前野の感性を育んだ土地を感じてみたい」という浅野さんの希望。同級生に小浜の観光案内などしてもらい、美味しい海の幸を堪能してもらった結果、浅野さんから出た言葉は、意外な以下の内容だった。「小浜は何もないから良い。古刹の寺社にも、欲をかけた土産物屋もない。ただ、そこで草むしりをしている婆さんがいい。『何にもあらへんけど、わざわざお出でいただいて、ありがとう』という謙虚な感謝が美しい。これからの時代はモノでなく、心の時代だ。だからこそ、いい風といい水といい米といい人が観光資源だと気付けるかだ。何かがあるから行ってみたい時代から、何もない美しさを求めて人が移動する時代に。いよいよ小浜の出番じゃないか。若狭湾に沈む太陽に今日一日を感謝したい」と。

福井県の子供は、学力体力で日本一。諸先輩が培った努力と教育の賜物。もちろん食事の文化も、その成果に何かしらの貢献をしているのは間違いない。現代の我々が、未来の子供たちの心に蒔ける種があるとしたら、何だろう？御食国小浜から発信できる文化とは何だろう？それは、「いのちに対しての感謝教育」に特化する『種』を蒔くこと、ではなかろうか？食を通じた「いのちに対しての感謝」、花を切るという殺生をすることからしか始まらない「いけばな」の世界にある「いのちに対しての感謝」、共通することも多い。いのちに敏感な感性を小浜から発信していただきたいものである。今の自分の作品にも、幼少時代に観た小浜の景色の記憶が大きく影響を及ぼしているのは間違いない。自然の中で、夜は夜の漆黒の闇のある小さな故郷が、華道家前野博紀の感性の源泉である。

今の自分を感性を磨いてくれた御食国若狭小浜に感謝し、たまには、あの幼少時代の味覚に酔いたいものである。

(文：前野博紀／まえのひろき)

若狭おばま御食国大使

寄稿文



華道家
株式会社花匠前野 代表取締役

<前野氏と小浜市の関係>

小浜市出身。全国的に活躍する傍ら、宮川小学校で NHK「課外授業ようこそ先輩」を撮影、若狭東高等学校で華道講義を行うなど市民に貢献。

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。