

# 食文化館だより

vol.004 秋号

●問い合わせ●

食文化館 (1F ミュージアム&キッチン, 2F 工房)  
tel:0770-53-1000 fax:0770-53-1036  
食文化館 (3F 濱の湯)  
tel:0770-53-4126 fax:0770-53-4130  
濱の四季  
tel:0770-53-0141 fax:0770-53-0408

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>

## 若狭工房はこんなところ…

現在、若狭おばまに残る伝統工芸品には、「若狭塗」「若狭めのう」「若狭和紙」「若狭瓦」の4つがあります。

食文化館2F若狭工房では、箸の研ぎ出しやめのう磨き、瓦の表札作りなど、伝統工芸を身近に感じていただける体験を用意しています。

それぞれの工芸を実際に体験するスペースのほか、各コーナーの正面には、職人が実際作業に使う道具や作品も展示しています。

たとえば、若狭塗コーナーでは、「風呂」という漆器を乾かすための大きな設備があったり、若狭和紙コーナーでは、それぞれ異なる手法で漉いた色鮮やかな和紙のタペストリーが天井から吊り下げてあったり。

若狭めのうコーナーでは、石を磨く機械や、薄くスライスしためものうに後ろから照明を当てて展示しています。色とりどりのめものが光に透け、まるで自然のステンドグラスのようです。そして若狭瓦コーナーでは、真っ赤な壁面を背に、若狭瓦製のしゃちほこを展示しています。

ここで少し若狭瓦について触れてみたいと思います。若狭瓦は江戸時代の小浜城築城から本格的に生産されるようになったといわれています。一般に普及するにしたがって町家にも広く使われ、今に残るおばまの町並みの景観に欠かせないものとなっています。

しゃちほこの尾を高くそり上げた姿は、お城の屋根に燦然と輝くイメージがありますが、実はこれが飾られていたのは、北海道の小樽というまちです。

一見、何の関係もないように思える二つのまちを結びつけたのは、江戸時代中期頃から明治

## ●イベントスケジュール●

- 9/8[火] ◆季節の調理体験 (長月編)
- 11[金] ◆季節の調理体験 (長月編)
- 13[日] ◇キッズ・キッチン「お魚大好き！」(受付: 8/25~9/5)
- 19[土]
- 20[日]
- 21[月] ◆開館6周年記念イベント
- 22[火]
- 23[水]
- 25[金] ◇男子厨房 (受付: 9/10より先着)
- 26[土] ◆いっしょにつくろっ
- 10/22[木] ◆季節の調理体験 (神無月編)
- 23[金] ◆季節の調理体験 (神無月編)
- 24[土] ◇キッズ・キッチン「栄養バランスの良い食事」(受付: 10/6~16)
- 30[金] ◆メンズキッチン③「食欲の秋ヘルシー料理で脱メタボ」
- 11/3[土] ◆てらこや食文化館②「若狭かれいと若狭汁~稚狭考より~」
- 10[火] ◆季節の調理体験 (霜月編)
- 16[月] ◆季節の調理体験 (霜月編)
- 21[土] ◆いっしょに食べよう
- 27[金] ◇男子厨房 (受付: 11/10より先着)



●お問い合わせ●

- ◆: 参加者募集中 食文化館までお問合せ下さい。
- ◇: 小浜市役所/食のまちづくり課 (tel:53-1111/内線362) までお問合せ下さい。

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。イベントスケジュール情報はメール配信も行っています。(QRコードを携帯のバーコードリーダーで読み取るか「M0090973@rmini.mag2.com」を入力・空メールして、登録手続き下さい。)



にかけて活躍した「北前船」でした。

小樽は、北前船の交易地として大変にぎわったといわれ、現在も、運河とずらりと並んだ倉庫の風景がその名残をとどめています。

若狭瓦は、良質の粘土を使い、十分に焼き締めるため、凍結による割れに強いという特長があります。航海する船を安定させる重石がわりに船底に積み込まれて運ばれ、寒さの厳しい小樽で倉庫の屋根瓦として使用されました。

昭和60年に倉庫を博物館として再生する際、屋根から降ろされた瓦を調査したところ、そこに刻まれた歴史を知った当時の学芸員が、わざわざ若狭まで復元をお願いに来られたそうです。そうして完成した新しいしゃちほこは、今では小樽市総合博物館「運河館」となった建物の

上にそそり立ち、役目を終えた1体は、はるか海を渡り、その先の人々にも若狭の文化が認められた証として博物館内に展示されています。倉庫の再生時に新しく作り直したしゃちほこの一部と実寸図面は、現在食文化館にも展示しています。

若狭工房の4つの工芸体験を通じ、職人の代々受け継がれてきた技や、ものづくりの心を、皆さんにも自由に感じていただければと思います。



## てらこや食文化館より

### さしそば 「刺鯖」



長い竹串を頭から尾まで通し、一本丸ごと香ばしく焼き上げた浜焼き鯖。夜通し、鯖街道を京へと運ばれた一塩ものの鯖。糠漬けにして半年間以上じっとり熟成させる鯖のへしこ。しめ鯖と地元の谷田部ねぎを酢味噌で和えたためたなます。お正月のごちそう鯖のなれずしは、へしこから作るのが小浜風―

若狭のみならず、鯖は日本人にとって、昔から鰯や秋刀魚などとともに「大衆魚」として身近な存在でした。足の早い（痛みやすい）鯖を、出来るだけ長い間、しかもおいしく食べるための智恵や工夫が、これらの料理となって私たちの生活に根づいていることからわかります。

ところで、江戸時代の小浜の暮らしを記した史料『稚狭考』<sup>わかさう</sup>では、小浜の漁村で「刺鯖」<sup>さしそば</sup>という加工品を作って各地へ出荷していた様子が紹介されています。

刺鯖は、背開きにした鯖に塩をし、乾かしたものです。暑い夏の日差しに当てて干し、赤紫色に変色したものがよいとされました。二尾の鯖を使い、一方のエラブタにもう一方の頭を差（刺）し込んで一セットという、ちよつと変わった形をしています。

これが7月（陰暦）の行事、つまりお盆にかかせない「刺鯖」として必要なので、たくさん作って、遠く関東方面にまで送っていたというのです。

最近では、お盆というと「夏の休み」とい

イメージですが、本来は、盆には祖先の霊を供養するとともに、生きている両親や仲人にも挨拶に行く風習がありました。（生いきみたま御魂ともいいます）

その際の贈り物として刺鯖は使われたのです。

ちなみに、刺鯖は二枚一对で一つと数える外見からか、両親が健在な家の者だけが盆にお供えした後のお下がりを食べることができるといいます。

調査では、残念ながら現代の小浜市内では刺鯖のような加工品は作っておらず、鯖を盆の贈り物に使うという話を聞くことはありませんでした。

かつては記録に残るほどたくさん出荷していたのに、おそらく風習が廃れていくとともに作られなくなっていった刺鯖。

食文化館では、そんな、今は見られなくなった、ちよつと不思議なおぼまの食も展示しています。

○これは、6月に実施した講座「てらこや食文化館」で取り上げたテーマを元にまとめました。



「かけはしサポーター」で活動するメンバー



食文化館運営ボランティア

かけはし  
サポーター

ただいまメンバー募集中!!

問合せ：食文化館 (tel/0770-53-1000)

「かけはしサポーター」は、食文化館の運営全般のサポーターとして平成16年に結成されました。

ふだんは、館を訪れた方々に楽しいひとときを過ごしていただけるように、館内に季節の花を飾ったり、館の周囲にプランター植えの花々を設置しています。

また、郷土食である「へしこ」や「釜炒り茶」に着目し、実際にへしこの漬け込みや、茶葉を摘んでの釜炒り茶作りも行っています。

食文化館を中心に開催されるイベントでは、このへしこを使った料理や釜炒り茶をお客さまに試食してもらい、伝統的な食について広く紹介するとともに、理解を深めていただけるように工夫しています。

最近では館内での活動にとどまらず、積極的に館外のイベントにも参加して交流を行い、多岐にわたって活動の幅、範囲を広げています。

これからも、食文化館とお客さまの『かけはし』となるように様々な活動を行っていきたいと思います。

食文化館では、男性を対象とした料理教室「メンズキッチン」を開催しています。

家庭でもすぐに実践できるメニューを通し、初心者の方にも楽しみながら毎日の食生活に関心を持っていただくことを目的としています。

ここで、去る6月26日(金)に開催した第1回目の様子をご紹介します。

20〜40代の男性18名が、和食の基本である「だし」をテーマに、野菜のみそ汁や鶏肉の照り焼き、若狭小浜の夏の風物詩くずまんじゅうなど、4品に挑戦しました。

慣れない調味料の計量や鶏肉の扱いなどに悪戦苦闘されている場面も見られましたが、わきあいあいとした雰囲気の中、一品ずつ丁寧に料理が完成していききました。そして、ついに出来上がった料理を前に、とても満足そうな笑顔が、大変印象的でした。

参加者からは、「今後、魚のさばき方や煮物の作り方なども勉強したい」といった



声も聞かれました。

この「メンズキッチン」は、今年度はあと3回開催する予定で、次回(第3回目)は、10月30日(金)に「ヘルシー料理で脱メタボ」と題して開催いたします。

皆様のご参加をお待ちしています。



鶏肉の照り焼き

<作り方>

- (a)タレをボウルに混ぜ合わせる。
- (b)鶏肉は筋を切り、厚さを均一にする。鶏肉をバットに並べ、Aをふりかけ10分ほどおく。その後、ペーパータオルなどで、水分をふき取る。
- (c)フライパンを中火で熱し、鶏肉の皮目を下にして並べ、フライ返しで押さえながら4〜5分焼く。
- (d)皮に焼き色がついたら、ひっくり返す。
- (e)フライパンをいったん火からおろし、タレを回し入れ、再び中火にかける。
- (f)煮立ったら弱火にし、フライパンを傾けながら、たまったタレをスプーンなどですくい、全体にかけながら2〜3分煮る。タレにトロミがついたら、火を止め、鶏肉を取り出す。あら熱が取れたら、食べやすい大きさに切り分け、皿に盛り付ける。残ったタレを回しかける。

=野菜炒め=

- (a)キャベツは大きめの千切りにする。人参は皮をむき千切りに。ピーマンは、種を取り除き人参と同様に切る。極太もやしは、流水で洗う。
- (b)フライパンにサラダ油を入れ熱し、野菜を入れ塩・こしょうをして炒める。

<材料：4人分>

材 料	分 量	
鶏もも肉	4枚(800g)	
A	塩	小さじ1/2
	(料理)酒	大さじ4
タレ	しょうゆ・砂糖・水	各大さじ4
	みりん	大さじ2
キャベツ	600g	
極太もやし	1袋	
人参	50g	
ピーマン	1個	
塩・こしょう	少々	



## オノマトペで歌会を

オノマトペ（擬態・擬音語）を織り込むというテーマでの歌会が、食文化館町家にて行われました。

最初に、キッチンスタジオで、小豆餡のほか、小浜の夏の野菜である一寸空豆餡や、越のルビーの甘煮を餡にした「変わりくずまんじゅう」を作り、試食を行いました。つぎに、その工程から感じたことを率直に歌に詠んでもらいました。

参加者は、小学2年生から70代、そしてアメリカからホームステイで小浜に来られた方などで構成され、個性豊かな歌が詠まれました。なお、この歌会で詠まれた歌は食文化館町家に展示いたします。是非、ご覧下さい。



# 夏休み



## おもしろふしぎクッキング

毎日みんなが飲んでいる牛乳。この牛乳のヒミツを探る"おもしろふしぎクッキング"を開催したところ、多くの小学生が参加してくれました。

牛乳ににがりを加えて、レンジでチーン！さあ、何ができたかな？みんなでレンジの中を覗き込むと牛乳豆腐の出来上がりです。

生クリーム（牛乳）を瓶に入れて、ひたすら振ります。みんな真剣な顔つきで瓶を振っています。瓶の中の様子がガラッと変わると『できたー！』と目を輝かせてバターの出来上がりを教えてくれました。

小学校の理科の先生のご協力のもと、みんな一緒に楽しくできました。

## 魚のプロに教わる！魚の買い方・さばき方

魚に親しみを感じ、地元の水産業や食の安心安全について関心をもってもらうことを目的に、セリの見学から魚の選び方、そして調理までを一括して体験していただくイベントを開催しました。

まずは市場でセリを見学、次は近くのお魚センターでお店の方から魚の買い方を、さらに食文化館で地元の水産高校の教諭と生徒から魚のさばき方を教わりました。「魚のプロたち」の熱心な指導に、小学1年生～70代の参加者から普段体験できない貴重な体験ができたこと喜びの声があがりました。

今回ご協力いただきました漁連、お魚センター、水産高校のみなさん、ありがとうございました。



# 6th Anniversary

## 今秋、御食国若狭おばま食文化館は開館6周年を迎えます。

御食国若狭おばま食文化館は、平成15年9月に食のまちづくりの拠点施設としてオープンし、おかげさまをもちまして9月14日に開館6周年を迎える運びとなりました。

また、去る5月には開館以来150万人ものお客様をお迎えすることができました。

これからも、皆さまに愛される博物館となれるようスタッフ一同頑張って参りますので、今後ともよろしく願いいたします。また、皆さまのご意見・ご要望をお待ちしています。

### ●9月20日(日)～22日(日/祝) 開館6周年記念イベント『(テーマ) 塩』

(なお、秋の大型連休期間中の9月19日・23日は「当日参加OK!!くずまんじゅう作り体験」を行います。)

\*詳細は、「チャンネルO (ch9,11)」や「(メール配信) 食文化館ニュースレター」で追ってお知らせいたします。