

# 食文化館だより vol.008 秋号【2010】

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>

1F ミュージアム&キッチン、2F 工房

3F 濱の湯

濱の四季

● tel:0770-53-1000 fax:0770-53-1036

● tel:0770-53-4126 fax:0770-53-4130

● tel:0770-53-0141 fax:0770-53-0408

## 若狭塗箸の「秘密」

若狭地方には、縄文時代から漆塗り文化が存在していました。このことは、若狭町にある鳥浜貝塚から、漆の木の枝や漆塗りの櫛などが出土していることからわかります。また、近代においても、戦前まで名田庄や熊川の間部部では、摺漆といわれる手法を用いて、床の間や食器などに漆を塗っていたことから、うかがい知ることが出来ます。

今日いわれる「若狭塗」は、慶長年間（1596～1615）、中国から入手した存星（ぞんせい）という技法の漆塗りの盆を、小浜の豪商、組屋六郎左衛門が藩主酒井忠勝公に献上したことに始まります。酒井忠勝公は、城下の御用塗師

である松浦三十郎に似せて作らせました。それをもとに、三十郎が海底の様子を模様にした菊塵塗を考案しました。そして、三十郎の門人の西脇紋右衛門らがその技法を継承し、紋右衛門はさらに海辺にさまざまなみの打ち寄せる様子を模様にした磯部塗を考案しました。万治年間（1658～1661）になると、金銀箔や卵殻が使われるようになり、酒井忠勝公がこれを「若狭塗」と命名し、現在の華やかな意匠を特徴とする若狭塗の技法が完成しました。

する規格基準の検査を受けます。そして規格に適合したものだけが、市場に流通し、私たちの手元に届けられます。一方で、天然漆の箸や塗装をしていない竹・木の箸に関しては、自然素材のため検査義務の対象外となっています。割り箸は、国内では主に、抗菌作用のある杉と檜の間伐材を使用して作られています。間伐は森林保護の観点から今後とも必要とされています。ただ、そうした国産割り箸は国内では10%しか流通していません。

「箸」の始まりは諸説ありますが、現在の棒二本で一組とするかたちの箸は、奈良時代からで、庶民も竹や木を削った箸を使うようになりました。鎌倉時代には、箸のみを使用する（他の米粒文化圏は匙なども使用）日本独自の食事が、室町時代には、調理済の食事を箸で挟んで食べるだけ（切り分けるなどの工程がない）という日本料理の原型が出来上がりました。また、江戸時代になると、日本全国の漆器産地において、各々の特色・技法が確立され、各産地の技法を駆使した「塗箸」が作られるようになりました。

箸のまちな小浜市では「マイ箸」を推進していき、素敵なことだと思えます。箸選びのポイントに堅牢性を挙げる方も多いようです。強度は、材質の硬度ではなく、塗料の塗り重ねた回数にあります。また、幾重にも塗られたお箸は剥げを気にせず使えるので、結果として長く使えます。長持ちさせるコツは、塗の状態を保つことにあります。直射日光を避けて保存すること、使ったら漬け置きをせず直ぐに洗い自然乾燥させること、たまに乾拭きすることなどが挙げられます。日々のちょっとした心掛けで、塗りの状態を保つことが出来ます。

カビが生えにくく衛生的で日本人気質に合うこと、口や手に持ったときのあたりが柔らかいこと、多彩な表現で多様化した好みに対応できることなどを要因に箸の主流となりました。

若狭塗は、幾重にも塗り重ねた漆を平滑に研ぎ出して模様を表す「研ぎ出し変わり塗技法」でつくられます。この技法は、華やかな意匠だけでなく、口や手に持ったときのあたりが柔らかくて使いやすい、強度や耐久性など実益にも長けた「若狭塗箸」の秘密も生み出しました。華やかな意匠に惚れ込んだ酒井忠勝公と、高品質

塗料が開発され、塗箸の大量生産が可能となったのを機に、今では日本の塗り箸の80%以上が、小浜で生産されるようになりました。

「若狭塗箸」の技法ってちょっと凄いですね。

右下：食文化館の体験メニュー

「箸の研ぎ出し体験」では、かぶれにくいカシューナッツの木から採取した天然の漆を塗った箸で体験を行っています。



## ●今回の『医食同源』は、とてもにぎやかでした。

シリーズ第3回目は、子どもの健康と食育をテーマに開催されました。

講演は、杉田玄白記念公立小浜病院小児科医長 原 慶和先生を講師にお招きして、『みんなで楽しむ“にぎやか”食事』というテーマで、小児の食習慣と体づくりについてご講演いただきました。小児の体づくりは、すでに生まれる前から始まっており、3歳までの食習慣がその後の体づくりに深く関わっていることなどを紹介されました。また、家族みんなでにぎやかに食事を楽しむこと、小さいうちから様々な食材をバランスよく食べることの大切さについてわかりやすくお話していただきました。

講演終了後は、「いっしょにつくろっ！体にやさしいおやつ」をテーマに、米粉のポンデケージョ、米粉のミニクレープ、ぐるぐるオレンジゼリーを作りました。親子で一緒におやつを作り、参加者みんなでの楽しい食事の時間を過ごしました。

○シリーズ『医食同源』とは？

日頃からバランスのとれた美味しい食事を取る事で病気を予防し、治療しようとする考え方、『医食同源』をテーマに、講演と調理体験をセットにしたプログラムです。



原先生と、講演のあとに行われた調理体験

講演中は、町家にて若狭東高校の皆さんによる『食育かるた』と『食育紙芝居』が開催されました。やさしいおねえさんと楽しく学べるとあって、子どもたちに大好評！あったかい気持ちになれるお手紙をいただきましたのでご紹介します。

「食育カルタと食育紙芝居のポランテアに参加して」

若狭東高校 生活科学科 2年  
太田 千晶 高瀬 菜実 藤井 真結

私は、今回の体験で「保育士」という自分の夢をさらに強いものにする事ができました。最初は、なかなか子どもたちが近寄ってきませんでした。声をかけると近寄ってきて、「一緒に遊ぼう」と感じました。カルタ遊びや紙芝居をした時はにぎやかにしていた子どもたちが、一斉に静かになり、落ち着きが見られました。紙芝居を子どもたちの前で読んだときは、とても恥ずかしかったです。しかし、そんな気持ちで読んでいたら、紙芝居の話が伝わらないと思い、自分なりに声を変えて工夫して読んでみました。その後は、紙飛行機を作って飛ばしあいつこをして遊びました。帰る際、子どもたちが笑顔で手を振ってくれてもうれしく、やりがいを感じました。それが、また「保育士になりたい」という夢を強く思わせてくれました。こんな機会があれば参加したいです。ありがとうございます。



## ●冷凍庫に入れなくてもアイスクリームができる!?

奈良時代、若狭地方一帯では、塩づくりが盛んに行われており、この塩は税として都に納められていました。

このような歴史に基づいて食文化館では、海水から塩を取り出すイベント“おもしろふしぎクッキング～塩のふしぎ～”を開催しました。

小浜の海水を鍋で煮詰めていくと、塩の結晶が現れます。水分が少し残っている間にろ紙でこすと、にがりと塩に分かれます。残った塩をフライパンで煎るとサラサラの塩ができあがります。できた塩を試食した参加者からは、「お店で売っている塩より、おいしい」と大好評でした。

塩には、料理の味付けに使う以外にも、漬物や塩鮭のように“食べ物を腐りにくくする力”や野菜の塩もみのように“水分を出す力”魚のヒレや尾に塩をたくさんつけて焼くと焦げないという“焦げるのを防ぐ力”などいろいろな力があります。

その他にも、氷に塩を加えるとさらに冷たくなるという“温度を下げる力”があります。今回は、この力を利

用して、冷凍庫に入れずにアイスクリームを作ってみました。

最初に、発泡スチロールの容器に氷と塩を入れて混ぜ合わせます。そこへ、牛乳などで作ったアイスクリームの素をビニール袋に入れ、セットします。あとは、容器のフタをして、一生懸命振るのみです。参加した子供たちからは、「疲れた～」「腕が痛い～」と言う声もありましたが、みんな無事完成です。冷凍庫に入れていないのにしっかり固まった、おいしいアイスクリームができました。

ふしぎな力をたくさん持っている塩は、人間や動物が生きていく上で、なくてはならないものですが、取り過ぎてしまえば体に悪い影響を与えてしまいます。小浜の歴史と深い関わりがある塩と上手に付き合いたいものです。





# 食文化館 の秋

10月9-10日

## 食欲の秋

- 会場：1Fキッチンスタジオ  
「プレミアム料理教室」  
10月9-10日に開催される「OBAMA食の祭（仮称）」の関連イベント。
- 販売：1Fインフォメーション  
グループマーメイド  
「季節の調理体験レシピ集（平成21年度版）」  
昨年、メニュー別のカロリーなどが一目でわかって使いやすいと大好評！今年も平成21年度版を販売します。

## 芸術の秋

- 会場：2Fシアター  
若狭工房「仕事の道具展」  
作品・製品づくりに欠かせない「道具」。若狭工房の職人さん所有の道具を展示します。道具から工程や意匠の謎を探ります。

## 健康の秋

- 会場：3F濱の湯  
「お楽しみ変わり湯」  
当日入湯してみてのお楽しみ♪

### ●カニ解禁日にセリを見学しよう！

酷暑が続いた8月初旬、第2回目の『魚のプロに教わる！（魚の加工工場を見学しよう！）』が開催されました。

小浜海産物株式会社では、「ちくわ」や「小鯛の笹漬け」の製造工程を見学し、焼きたてのアツアツちくわの試食や製品管理する-40℃の冷凍庫に入りました。工場といえども基本は熟練スタッフの手による製品であること、焼きたてのちくわの味や冷凍庫のひんやり体験に、感嘆の声があがりました。福井缶詰株式会社では、鯖缶の製造工程を見学し、製品検査（試食つき）をしました。丁寧につくられていること、美味しいだけじゃなく栄養価と安全性がとても高い製品であることがわかりました。

キッチンスタジオでは、工場で作られた加工食品と季節の食材で、鯖缶そぼろと小鯛の笹漬けの手まり寿司やカニ缶を使ったスープなど計5品を調理しました。

今回は、カニの解禁日に行きます。（\*天候によりカニのセリが行われない場合もあります。ご了承ください。）小浜市漁業センターでセリ見学を行ったあと、若狭おばまお魚センターにて特別お買いものパスポートを使ってお買

○『魚のプロに教わる』とは？

魚に親しむ機会と地元水産業への理解と関心、食の重要性和安心・安全についての知識を高めるため、見学と調理体験をセットにしたプログラムです。

い物を楽しみます。キッチンスタジオでは小浜水産高校の生徒さんに魚さばきを教えてもらいます。

日時：11月7日（日）7:30-12:00 参加費：1,000円  
定員：30名 対象：小学生以上（低学年は保護者同伴）

左は、製品検査と冷たい冷凍庫入室



### ●3ヶ月集中プログラム『おもしろ食』を行います！

本来の食事とは、単なる栄養補給ではなく、大切な人と手料理を囲む時間を味わうものではないでしょうか。

しかし、身体やお口の具合は、生まれてからずっと同じではなく年を重ねるとともに楽しく味わって食べることが難しくなりがちです。身体やお口の変化は、誰もが経験することです。気にせず向き合っていきましょう。

おいしい食事をつくってあげたい！いくつかになっても楽しんで食事をしたい！でも、「糖尿病や熱量・脂肪制限がある」「むせやすい」「かたいものは苦手」「飲み込みにくいものはちょっと・・・」などの理由から、どうしたらいいのかわからないという方！スタッフはもちろん、参加者みんなで食事づくりを考えませんか？

時間：10:00-13:00 会場：キッチンスタジオ  
定員：15名（先着）

**和食**をつくりましょう 第1回：9月18日（土）  
参加費：700円

- ・浜焼き鯖の混ぜご飯
- ・蒸し魚の銀あんかけ
- ・大根とあげの味噌漬
- ・卵豆腐
- ・牛乳かん

**メニュー**をつくりましょう 第3回：11月20日（土）  
参加費：300円（試食つき）

「和食をつくりましょう」と「洋食とおやつをつくりましょう」で学んだことを生かしてメニューづくりをします。

○『おもしろ食』とは？

大切な人への心を込めた手料理のことをいいます。今回は、お年寄り向けの軟らかく、飲み込みやすい食事作りを一緒に考えます。



**洋食とおやつ**をつくりましょう 第2回：10月16日（土）  
参加費：700円

- ・人参ピラフ
- ・白菜と団子のスープ
- ・かぶのサラダ
- ・パンプディング 他

## ●食の達人『蕎麦打ち名人』高鳥重郷さん

12月に食文化館でも  
そば打ち体験を  
行う予定です!

これから旬を迎える「蕎麦」打ちの達人、太良庄の高鳥重郷さんをご紹介します。

そば打ち歴20年。趣味から始まった“そば打ち”は、今や、体験施設の運営にまで広がっています。

また、「安全・安心」な素材を求め、自家栽培した有機食材にこだわりをもっておられます。

小学校でのそば打ち講座やNHK連続テレビ小説「ちりとてちん」の俳優さんにそば打ち指導をするなど、広範囲にわたり、そばの普及に努められています。そんなそばの道を歩む高鳥さんに、そばを美味しく食べるコツを伺いました。

蕎麦の3たて：①ひきたて！②うちたて！③ゆでたて！

もうすぐ、新そばの季節がやってきます。

ぜひ一度、家族や地域の皆さんで、そば打ちを体験して下さい。

自分で打ったそばは、格別に美味しく感じることでしょ。

【そば打ち体験施設 寧茶庵】

料 金：1名様 ¥1,500～（約6人前ができます）

所要時間：約60分

可能人数：2～6名様が一度に体験できます。

※希望者多数の場合は、出張指導も可能です。

場 所：小浜市太良庄

※詳細は、右記までお問い合わせ下さい。 TEL 0770-56-2677



○～食の達人・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もっておられる方を「食の達人」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します。

食文化館運営ボランティア



### メンバー大募集！

私達と一緒に食文化館で活動しませんか？

「古墳ワークショップ」で塩づくり

6月12日、瓜生公民館で行われた「古墳ワークショップ」に参加してきました。今回は、若狭町歴史文化館サポーターと合同で、若狭の海水を煮詰め塩を作り、この塩を使っておにぎりを作りました。ミネラルたっぷりのお塩のおにぎりは、大好評でした。

若狭町歴史文化館では、今回の「古墳ワークショップ」について企画展示（8月31日まで）されています。

食文化館の「かけはしサポーター」の有志を見に、若狭町歴史文化館へもどうぞお越しください。



「まいてんのお～」と終戦直後の「盆のご馳走」

8月21-23日、かけはしサポーターが子どもだった頃に行っていた地蔵盆を再現・お祭り展示しました。

23日は、メンバーが終戦直後に食べたすいとんの再現・試食を行いました。若い層には新しく、メンバー世代には懐かしいと好評でした。

もうひとつの「まいてんのお～」は9月中旬まで展示します

西津地区の方々にご協力いただき制作した、現在の「西津の化粧地蔵」を紹介しています。

鮮やかな色づかひの化粧で全国に知られる西津のお地蔵さん。食文化館で堪能した後は、館で配布している地図を持って、お地蔵さん参りにでかけましょう！



## ●イベントスケジュール●

- 9/11[土] ◆キッズ・キッチン中級編「イカの秘密」(受付: 8/24~31)
- 12[日] ◆季節の調理体験 (長月編)
- 13[月] ◆季節の調理体験 (長月編)
- 18[土] ◆おもいやり食①
- 21[火] ◆季節の調理体験 (長月編)
- 10/ 8[金] ◆季節の調理体験 (神無月編)
- 9[土]-10[日] ◆食文化館の秋
- 12[火] ◆季節の調理体験 (神無月編)
- 16[土] ◆おもいやり食②
- 23[土] ◆キッズ・キッチン初級編「バランスの良い食事」(受付: 10/4~12)
- 11/ 5[金] ◆季節の調理体験 (霜月編)
- 7[日] ◆魚のプロに教わる！～市場見学編～
- 18[木] ◆季節の調理体験 (霜月編)
- 20[土] ◆おもいやり食③



●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。

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@r.mini.mag2.com」を入力・空メールして、登録手続き下さい。）

