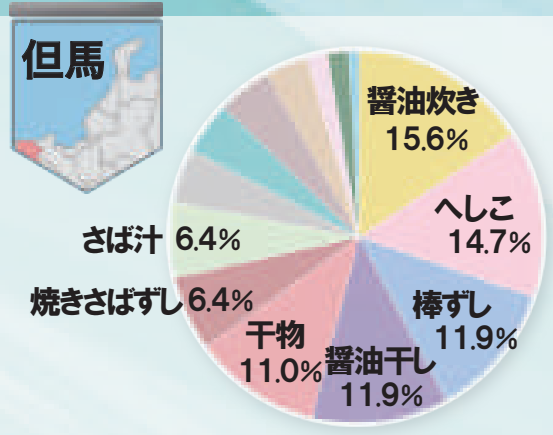
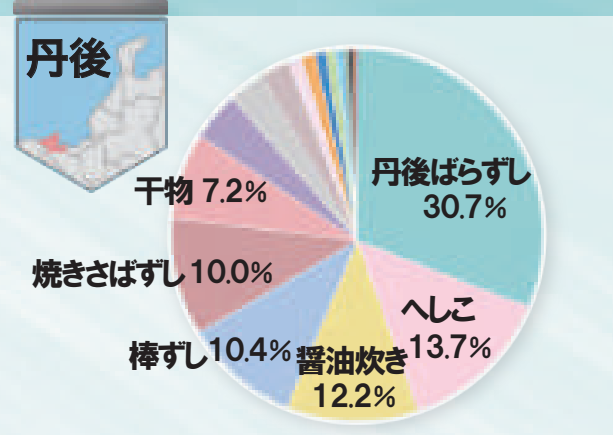
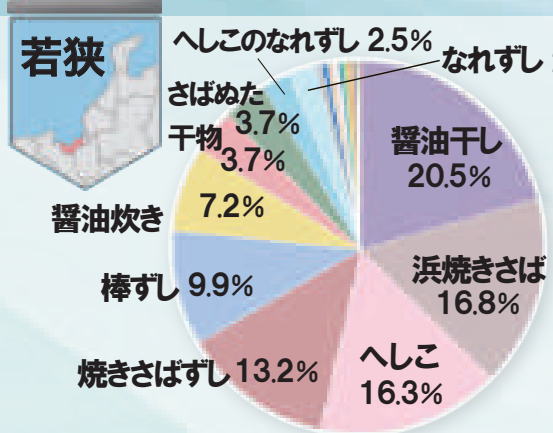
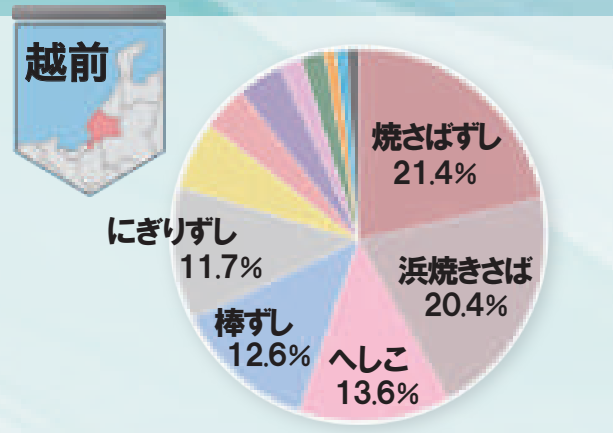
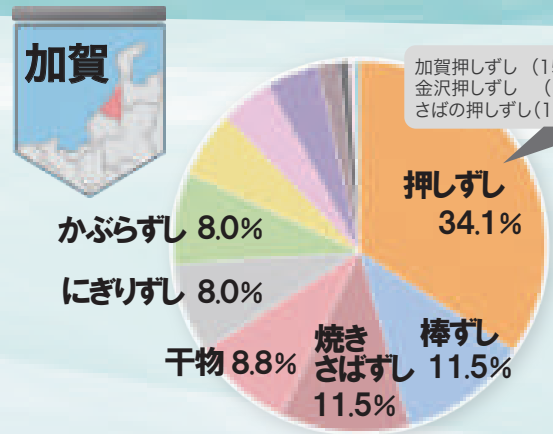
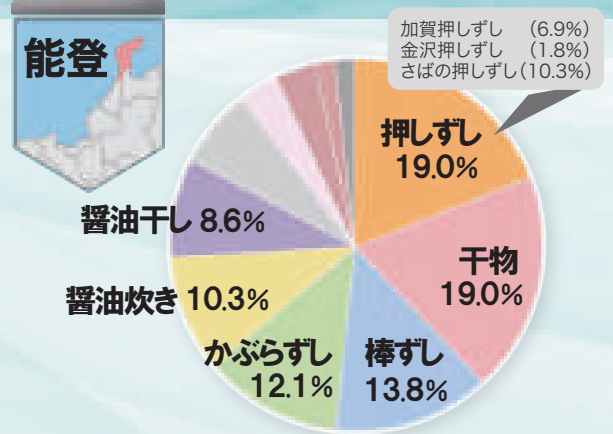
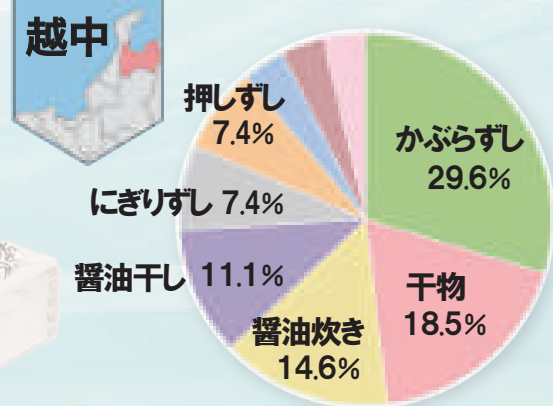


食べなれた郷土料理



アンケート結果は、令和6年1月末時点の集計結果です。

へしこ



さばを塩と米糠を使って漬け込む伝統的な食品です。その製造方法は地域、加工場などによりさまざまで、強いうまみと色合い、独特の香りを特色とするものです。

発酵・熟成したへしこを、かつては米糠を軽く取り除き、切り身にして炙って食べるのが一般的でしたが、近年は、チャーハン、パスタなど、調味料としても使われるようになりました。

その製造は一般に、背開きしたさばに、塩を入れて桶に積層し、1週間程度塩漬けにした後、糠漬けにします。長期間、乳酸発酵させるものは1年程度漬けるものもあります。

また、食べ手の苦手な部分として、塩分の濃さを指摘する意見もあります。



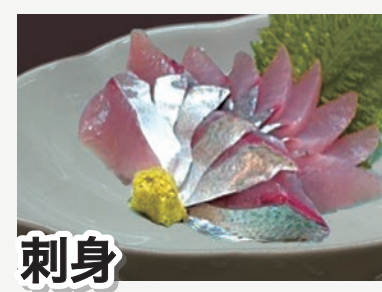
へしこの漬け込み



お茶漬け



パスタ



刺身

本パンフレットのより詳細な調査内容を記した調査報告書は、京都府立丹後郷土資料館ウェブサイトに掲載しております。

本事業で取り組んだアンケート調査、聞き取り調査、またタウンミーティングにご参加いただいた皆様、さらに手紙、電話で意見や情報をいただいた皆様にお礼申し上げます。

制作協力 青木水産(株)、(株)飯尾醸造、石川県教育委員会、石川県立歴史博物館、(株)伊根浦漁業、上野陽一(陽洋丸)、旨いもんや笑ら、お食事処兵四楼、(株)小谷常、加賀押しすし研究会、(株)加悦ファーマーズライス、(有)川又商店、京丹後市観光公社、京丹後塾、(公財)京都府水産事業団、京都府漁業協同組合(本所・伊根支所・宮津支所)、朽木屋、五箇山民俗館、(株)崎田商事、(株)さとう、(株)SEA CRAFT、世屋蔵、(株)千鳥苑、(株)にしがき、(株)野木源、浜文商店、兵庫県香美町教育委員会、福井県立若狭高等学校、(株)福井缶詰、福知山公立大学、舞鶴かまぼこ協同組合、三宅商店、民宿佐助、(有)森廣商店、(株)やまいち、(有)料亭ふみや

協力機関 宮津市、京丹後市、伊根町、与謝野町、舞鶴市、福井県小浜市、京都府関係機関

制作・発行 京都府立丹後郷土資料館 〒629-2234 京都府宮津市字国分小学天王山611-1 令和5年度 文化庁補助事業(「食文化ストーリー」創出・発信モデル事業)

【出典】

さばの姿ずし：農林水産省Website<https://www.maff.go.jp/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/sabanosugatazushi_kochi.html>
金沢押しすし：農林水産省Website<https://www.maff.go.jp/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/oshizushi_ishikawa.html>
なまくさ汁：農林水産省Website<https://www.maff.go.jp/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/namagusa_jiru_fuku.html>
せじ加工さばめた：農林水産省Website<https://www.maff.go.jp/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/sabanuta_fuku.html>
せじ加工さば汁：農林水産省Website<https://www.maff.go.jp/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/40_23_hyogo.html>
せじ加工へしこ/へしこのなれすし/なれすし：福井県公式観光サイト「ふくいドットコム」<https://www.fuku-e.com>



日本海・若狭湾沿岸の

さば食文化

さまざまな郷土料理

—その魅力と担い手の技—

日本海・若狭湾沿岸では、古くからさばがよく獲られており、さばを使った郷土料理やさまざまな加工食品が、地域の食文化として定着しています。

鉄道や自動車が普及する以前、若狭湾で獲られたさばを行商が京都に運ぶ道はその物流の多さから「鯖街道」と呼ばれ、若狭湾沿岸はさばを京都へ送り出す地域として、歴史的によく知られています。

「鯖の生き腐れ」ということばがあるように、さばは傷みが早く腐りやすい魚として知られています。冷凍技術が普及する以前、焼きさばや干物、塩漬けや糠漬け、さらにお寿司にしたりと、地域の風土にあったさまざまな保存方法がとられました。

近年は、地域の特色ある食文化として、発酵食品、加工食品、お寿司、干物、焼き物、汁物、鍋物に加え、パスタやチャーハンなど、さまざまな料理が展開しています。そこには、他の地域にない人々の「こだわり」やそれを支える担い手のわざをみることができます。



● 地域に広がる食嗜好

棒すし



巻き簾に酢でしめたさばをのせ、その上に酢飯をのせ巻くようにして巻き簾で形をととのえたもの

焼きさばすし



酢飯に焼きさばをのせ、巻き簾で形をととのえたもの

にぎりすし



酢でしめたさばを一口大にそぎ切りにして、酢飯の上のにせ握ったもの

さばの姿ずし



新鮮なさばを背開きにして酢でしめる。切り取った頭などを豪快にもりつけたもの

なれすし



塩漬けにしたさばに、ご飯を詰めて、発酵させたもの

さばめた



塩をして酢でしめたさばに、味噌、からし、砂糖、酢、塩などを合わせためたと和えたもの

地域別にみた郷土料理と加工食品

～富山県(越中)、石川県(能登・加賀)、福井県(越前・若狭)、京都府(丹後)、兵庫県(但馬)に居住している方々への調査～

(調査期間：令和5年11月～令和6年1月)



アンケート結果から

※越中は南砺市の方々から、丹後は京丹後市・伊根町・与謝野町・宮津市・舞鶴市の方々からの回答をもとにしています。

若狭湾沿岸とその周辺では、さばの干物・醤油炊きへの食嗜好が、伝統的に「広く」定着しています。さらに近年は、これまであまり見られなかったさばの棒すし・焼きさばすし・にぎりすしへの食嗜好が顕著で、中でも焼きさばすしは、越前、若狭でかなり定着しつつあります。

地域の食文化といえる郷土料理には、丹後ばらすし、但馬から越前のへしこ、若狭のなれすし・へしこのなれすし、醤油干し、さばめた、越中・能登のさばのかぶらずし、越前・若狭の浜焼きさば、但馬のさば汁等を指摘することができます。

これら郷土料理は、地域の生活文化と密接にかかわっています。家庭で、家族と食べることも多く、かぶらずし、へしこのなれすしは冬に、押しすしは年に1回食べる慣習が残っています。丹後ばらすしは祭り・行事などのハシの日に子供といっしょに食べるものと多くの人に記憶されています。

また、丹後ばらすしは、材料の多くを地元のスーパーから調達、へしこや焼きさばすしは、ノルウェーから輸入されたさばを使い、地元のスーパーや道の駅で販売されるなど、さまざまな食品食材流通のかたちを垣間見ることができます。

● さまざまな郷土料理

干物 伝統的に広く定着

薄塩をして半干しにしたもの

醤油炊き 伝統的に広く定着

ぶつ切りのさばを醤油で煮たもの。内臓まるごと醤油の煮付けにすることがあります。

なまぐさ汁 若狭

焼きさば入りのすまし汁

さば汁 但馬

焼きさばの頭と昆布でとった出汁に醤油、酒、みりんなどで味をつけ、切り身のさばと野菜で炊いたもの

浜焼きさば 越前・若狭

腹わたを取り出したさばに竹串(またはかやの串)を刺して焼いたもの。食べる時には、そのまま生姜醤油をつけて食べる。次いで、焼きたてもしくは温めて食べる方が多いようです。一方で、骨が面倒、串を抜くのが難しいとの意見もあります。
なお、季節を問わず食べる一方、祭り・行事など、特別の日に食べるところもあります。

丹後ばらずし 丹後

さばの缶詰から作ったおぼろ(そぼろ)を使うのが特徴です。まつふたを使い、酢飯の間にそれを敷き詰め、表面に錦糸卵や紅生姜、かまぼこなどをちらします。最後に、それを切り分けて食べることが、地域の祭り・行事でみられました。

丹後ばらずしの具材-かまぼこをつくるわざの継承-

かまぼこは、その弾力が食べた時の食感を左右しますが、それは原料のすり身の品質が魚種、獲れる海域、季節に影響を受けるからだと言われています。現在の流通網が発達する中で、地域の伝統的な製法を継承し、特色あるかまぼこの品質を守るわざが、この地域には残されています。

若狭湾沿岸とその周辺のさば食文化

— 漁獲・生産から消費まで —

へしこ 但馬から越前

塩漬けた魚を米の糠で樽に漬けた保存食

へしこのなれずし 若狭

さばのへしこをさらに米と麴で漬けたもの

醤油干し 若狭

新鮮なさばに醤油たれをつけて、半干しにしたもの

出典：国土交通省国土地理院地図を基に一部加筆

能登半島、輪島、高岡、富山、金沢、石川県、富山県、越中、加賀、福井、福井県、越前、若狭湾、若狭、丹後半島、香住、豊岡、丹後、宮津、舞鶴、小浜、京都、兵庫、但馬

かぶらずし 越中

一晩塩漬けたかぶにさばを挟み、桶に甘酒と麴、さばを挟んだかぶ、にんじんなどを重ねて重石をのせたもの。2週間ほどで食べることができます。

押しずし 金沢

木枠の型に、酢でしめたさばとすし飯、紺のりを重ね、一晩押ししてなじませたもの

押しずし 加賀

熊笹や柿の葉の上に酢でしめたさばのせ、その上におにぎりにしたすし飯と桜エビや紺のりをのせたものを、木枠の型に並べて一晩押ししてなじませたもの。「笹ずし」「柿の葉ずし」とも呼ばれています。

舞鶴漁港の魚の集配施設

▲舞鶴や金沢、境港などの水揚げ量の多い、物流の拠点となる漁港には、大型の製氷・冷蔵施設・魚の選別機などの設備が整備されています。

丹後の港では「浜売り」という魚の直売が行われています。

▲丹後の港では「浜売り」という魚の直売が行われています。

日本海のさば

▲産地卸売市場では、「セリ」が行われ、「仲買人」が魚の価値を評価して買い取り、消費地へ流通させていきます。

さばの漁業と流通・輸入

日本近海のマサバ

マサバの回遊域(太平洋側)と主な漁港(青色)、ノルウェーさばの輸入拠点(橙色)

まき網漁業
魚群探知機、ソナーなどで魚群を発見すると1,500m以上も長さがある網でまき、魚群を丸ごと漁獲します。大中型まき網漁業は、網船、探索船、運搬船など、数隻で船団を組み、さばなどの浮魚を漁獲します。

定置網漁業
丹後では主に沿岸近くの魚の通り道に網を設置する定置網漁業でマサバが漁獲されています。

出典：国立研究開発法人水産研究・教育機構の資料を基に一部加筆

京都府のマサバ、マイワシの漁獲量

マサバの漁獲量(千t)とマイワシの漁獲量(千t)の推移。マサバの漁獲量は昭和51年(1976)にピークを記録し、その後減少傾向にある。マイワシの漁獲量は昭和61年(1986)にピークを記録し、その後減少傾向にある。

さば類の出荷量(31漁港)を用途別にみると、首位は「養殖用又は漁業用飼料向け」でほぼ半数を占め、次いで「缶詰向け」、へしこや浜焼きさば等の「その他食用加工品向け」となります。

出典：上記、棒グラフ、円グラフともに 漁業・養殖業生産統計(農林水産省)

ノルウェーさば(タイセイヨウサバ)の特長と輸入量

ノルウェーさば(タイセイヨウサバ)は、日本のマサバなどに比べて、はっきりした縞模様があり、脂肪分が多いのが特徴で、その脂肪含有量は2~3割に達するとされています。まき網でとられたものが主で、ノルウェーから輸入されており、その量は、ここ数年5~6万tで推移しています。

マサバ(銚子・石巻など水揚げ、中国・ロシアなどからの輸入) 鯖缶製造(八戸など)

店頭、加工場