

新しい「明石の味」づくりに取り組んで

明石市漁協婦人部連合会
理事 中村 則子

1. 地域の概要

明石市は瀬戸内海に面し、来る4月には本州と淡路島を結ぶ世界一の吊り橋“明石海峡大橋”が開通することでも知られている。また、東経135度線上に位置し、日本標準時を刻む“子午線の町”としても有名である（図1）。

2. 漁業の概要

明石市における沿岸漁業は、古くから好漁場として知られる「鹿ノ瀬」漁場を中心に、小型底曳網漁業、船曳網漁業、一本釣漁業などが営まれ、タイ、タコ、シラス、イカナゴ、タチウオ、スズキなどが漁獲される。また、海苔養殖も盛んである。

3. 研究グループの組織と運営

明石市漁協婦人部連合会は、明石浦、林崎、江井島、東二見、西二見の市内5漁協婦人部の連合体として昭和38年に設立された。各婦人部から1名ずつ選ばれた5名の役員と約600名の部員をもって構成されている。

各単協婦人部毎の活動では、予算的にもまた活動範囲も限られてくる。そこで連合会を組織して力を合わせることで、地域ぐるみのより大きな事業を効果的に進めることができ、統一した活動を続けることが可能となった。また、これにより婦人部相互の連帯感も一層強めることが出来た。

主な活動には次のようなものがある。

①魚食普及活動

地先水産物の消費拡大のため、様々な団体を対象に料理教室を開催している。

代表的な料理に《イカナゴのくぎ煮》がある。以前はイカナゴといえば、多獲される割に養殖餌料としての利用が多く、食卓にはほとんど上ることのない魚であった。しかし、今では春の風物詩として欠かすことのできない郷土料理となっている。

②交流会

農山村などとの交流を行うことで様々な意見を聞き、漁家経営に役立てている。

現在は丹波篠山町の郡家農業生産組合と、お互いの特産物の販売をしたり、現地を訪問し農産物の収穫を体験したり、また当地に招き料理教室を開催するなどの交流を続けている。

③環境保全活動

漁村、港の環境美化のため各浜毎で浜清掃や天然石鯛の普及に努め、私たちの生活の場である海を守る活動を行っている。

④学習会

各種学習会や研修会などに積極的に参加し、婦人部員の知識向上に努めている。

4. 発表課題の選定の動機

様々な活動の中でも、特に力を入れているのが魚食普及活動である。

料理教室については明石市漁婦連と単協婦人部の開催を合わせると年間12～13回行っている。教室では前浜の魚を使って、さばき方などの下ごしらえから調理方法までを講習している。

中でも、地域特産の素材を使った魚料理の普及には力を入れており、婦人部独自の様々な料理づくりを手がけてきた。それは、未利用資源の有効利用といったものだけではなく、誰にでも手に入る魚を素材とした新しい料理や伝統の味を守り、さらに発展させようと考えた料理などである。これらは料理教室などで実習と試食を行っている。

5. 実践活動状況および効果

これら魚料理開発の経緯と普及状況について紹介する。

まずタチウオを素材にした料理について。

明石のタチウオは釣りで漁獲され、特に丁寧に扱われるので高級魚として売られている。白身であっさりした味の魚で食べやすく、西日本では人気のある魚で、最近ではスーパーなどでもよく売られるようになってきた。このタチウオを素材にした料理には次のようなものがある。

《タチウオのロールフライ》

ごぼう、ニンジン、三度豆などの野菜を芯にして、3枚におろしたタチウオで巻き、フライにしたもの。子供にも食べやすく、バランスのとれた一品として考え出されたもので、「魚も野菜も一緒に食べられる」と若いお母さん方にも好評を得ている。

《タチウオの釘煮》

炊き方や調味料はイカナゴのくぎ煮とほぼ同じで、ざらめ、醤油、みりん、酒で炊き込んだもの。煮上がると身が自然と棒状に割れてくる。

県の農林漁業祭や明石祭りなどで出品し好評を得ている。

《タチウオのきずし》

臭みのない魚なので刺身にもできるが、酢でしめるとさらにおいしく、見た目もきれいである。タチウオが刺身にできることなど、一般には料理方法があまり知られていなかったもので、大変めずらしい一品として好評を得ている。

次に海苔を素材としたものについて。

全国で生産される15枚に一枚は明石海苔と言われるほど、明石では海苔づくりが盛んである。その加工の途中で、破れたり、穴があいてしまうものができるので、これを有効利用して《佃煮》にする。市販されているものと違い、漁家手づくりの無添加食品として紹介している。

次に特産の明石ダコを素材にした料理について。

昔から、明石ダコは“麦わらダコ”と呼ばれる初夏のころが、最もおいしいと言われている。潮流が速く、エサの豊富な明石海峡で育ったタコは身がしまっており、日本一と評価されるほど有名である。

明石の味を代表するこの素材を生かした料理には次のようなものがある。

《タコのスライスチップ揚げ》《タコの煮つけ》《タコのポテトコロッケ》などである。タコ料理の中でも重点を置いているのが《たこめし》で、料理教室でいつも紹介しており、

大変好評を得ている。

また、兵庫県や明石市で催される農林漁業祭などのイベントでも試食と販売を行った。さらには、平成7年1月の阪神・淡路大震災の時には、生活改善実行グループと合同で《たこめし》を弁当にし、明石市内の被災者の方々に地元料理を食べて、元気になってもらおうと配布した。

ここで《たこめし》の作り方を紹介すると、まず、材料（4人分として）は
米 4合、 “干しだこ” の足 4本、淡口しょう油 80cc、
あわせ調味料に 酒 大さじ2、みりん 大さじ2、塩 少々、
そして 水 4カップを用意する。

次に作り方は、

- ① まず“干しだこ”を堅くならない程度に軽くあぶる。
- ② これをを小さく削ぎ切りにして、1～2時間ぐらいあわせ調味料につけ込む。
- ③ 米を洗ってざるにとる。
- ④ 米と同量の水と調味料につけておいた“干しだこ”と、淡口しょう油を加えて炊きこむ。

《たこめし》は漁師の母ちゃんの味として伝えられてきたものである。

タコを天日干しにした“干しだこ”を使ってお米と一緒に炊きあげる点が大きな特徴であり、伝統的なところである。生のタコを使った炊き方もあるが、“干しだこ”を使えばタコ独特の風味を良く引き出すことができる。

もともと“干しだこ”は、保存食として作られてきたものである。細く割った竹をタコの頭と足にあてて形を整えて、夏のカラッとした日に二、三日で干し上げる。この竹を通された“干しだこ”が風に泳いでいる風景が初夏の風物詩として、浜のいたるところで見ることができる。

今、兵庫県では「おいしいごはんを食べよう県民運動」が展開されているが、この会議の席でも《たこめし》を紹介して好評を得た。また、農家との交流会では、農家から持ってきてもらった兵庫県産のおいしいお米と明石ダコを使ってさらにおいしい《たこめし》を作っている。

料理教室では、その時々に応じた旬の魚を使って料理を実習、紹介しているが、《たこめし》は材料となる“干しだこ”を冷凍庫で保存しておけば、参加者の期待を裏切ることなく、いつでも料理に加えることができる。

料理教室を続けてきて感じるのは、私たちが行ってきた活動がどれだけ普及しているのかということである。そこで、長年料理教室を通して交流している地元の婦人団体を対象にアンケートをとってみた。特に、《たこめし》について参加者への普及状況を調査することにした。アンケートの結果を図2～4に示す。

まず「《たこめし》をどこで知りましたか？」（図2）の問いに対しては、45%が「前から知っていた」という回答であった。次いで31%と多かったのが「漁協婦人部の料理教室に参加して知った」という回答であった。回答者のほとんどが明石市在住であったが、このように地元でも料理教室に参加したことによって初めて知った人が多くいることがわかり、料理教室がただ広く世間に広めるだけでなく、明石の食文化を守る活動になっていたことを再認識した。さらに「家で作ってみようと思いますか？」（図3）の問いに

対しては、「是非作りたい」と「機会があれば作りたい」という回答を合わせると95%で、ほとんどの人が《たこめし》に興味を持っていることがわかった。しかし、作る上では問題もあり、その理由として「作る上で何が一番問題ですか」(図4)という問いに対しては、28%の人が「材料がそろわない」という問題をあげていた。

6. 波及効果

料理教室も回数を重ねることにより、明石の魚の良さやの調理方法を消費者に広く知ってもらうことができ、魚料理に親しみが持たれてきた。

料理を紹介するにあたって、難しかった点はそれぞれの婦人部で、料理の方法や工夫が違ったので、それを統一しなければならなかったことである。特に《たこめし》は浜ごとで独特な炊き方があったので、各浜の特徴を損なわないようまとめるのに苦勞した。このために、納得いく味になるまで試作を繰り返してきたことが婦人部員の意識の高揚につながった。

7. 今後の課題

《たこめし》の材料である“干しだこ”は、手間がかかることから、さほど多く作られているものではないため、限られた場所でしか売られておらず、容易に手に入るものではない。これを考えると、《たこめし》は家庭で頻繁に作れる料理ではないかもしれない。しかしながら先にあげたアンケート調査では、多くの人が《たこめし》に興味を持っているという結果が得られており、これを受けて、今後、普及を図るには、料理教室の内容にタコの干し方を加えるなど、講習方法を見直す必要がある。

私たちは漁家の生活安定のため、一般家庭で魚を食べる機会を増やし、魚の消費を拡大することを目的に活動を展開してきた。その成功例の1つが兵庫県の特産である《イカナゴのくぎ煮》であり、今では全国的にも有名になっている。

これまで述べてきたように、第2のイカナゴのような事例を作ろうと各地の婦人部が力を合わせ活動に取り組んでいる。今後も地域の特産物の持ち味を創意と工夫によって最大限に引き出し、全国の消費者に喜んでもらえるような、新しい「明石の味」づくりとともに《たこめし》のような伝統的な味の普及に積極的に取り組んでいきたいと思う。

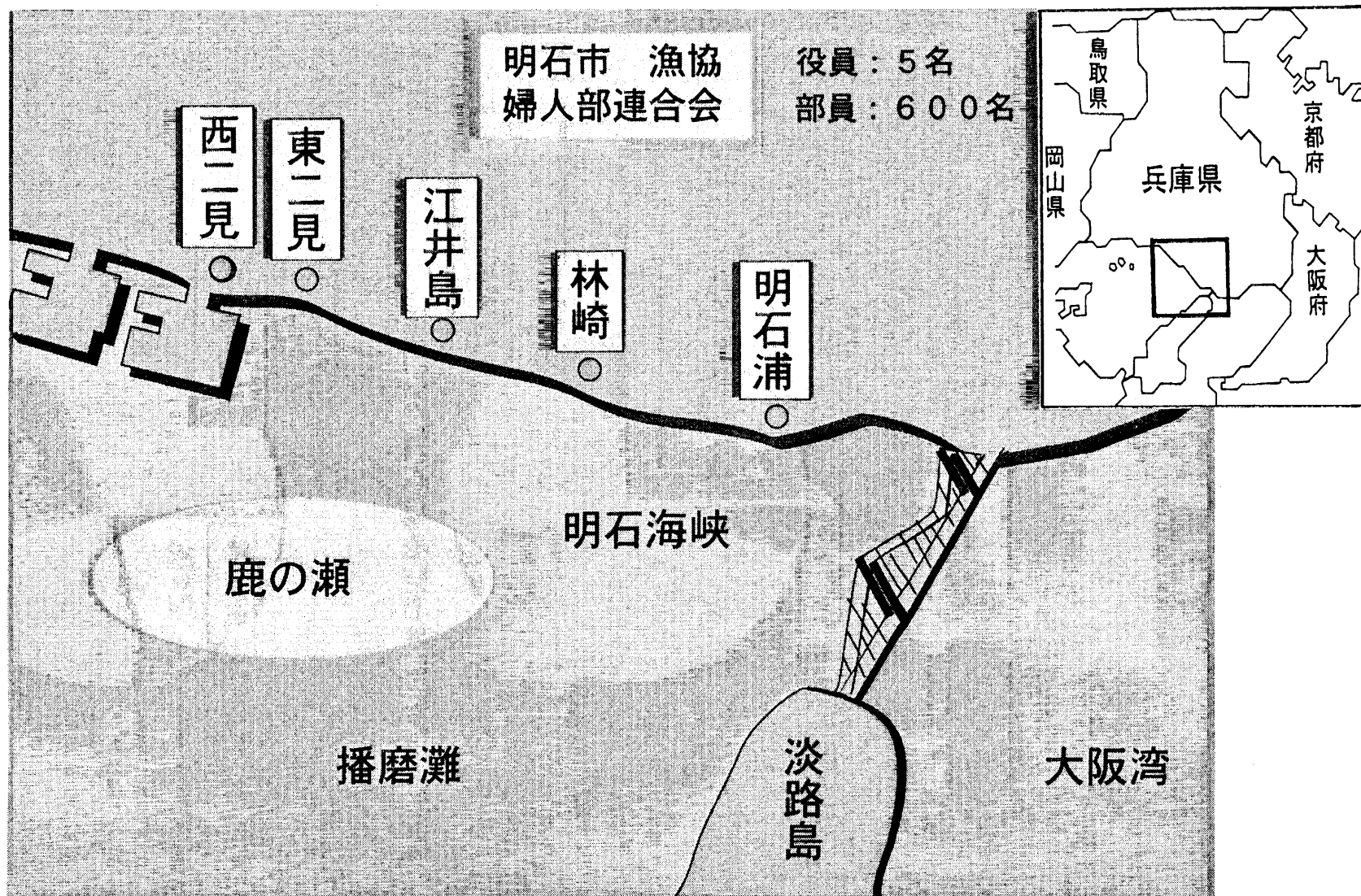


図. 1

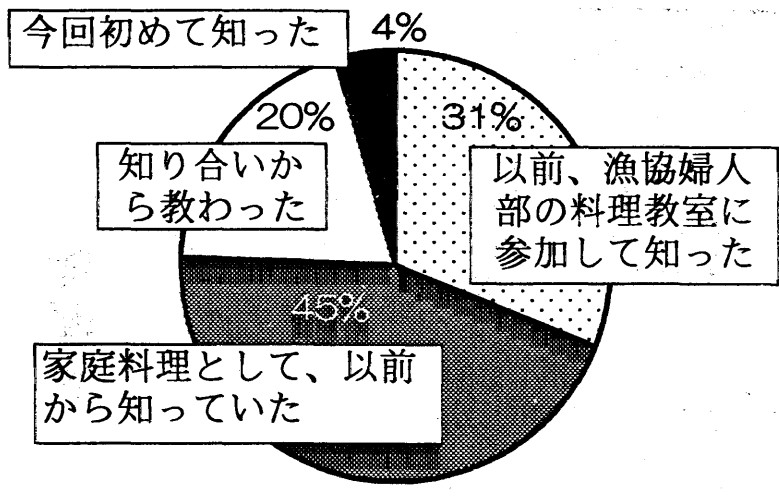


図.2 たこ飯をどこで知りましたか？

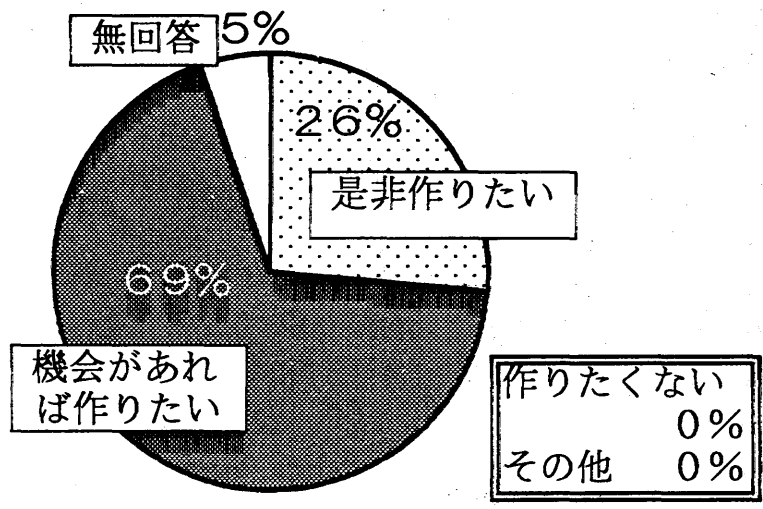


図.3 家で作ってみようと思いますか？

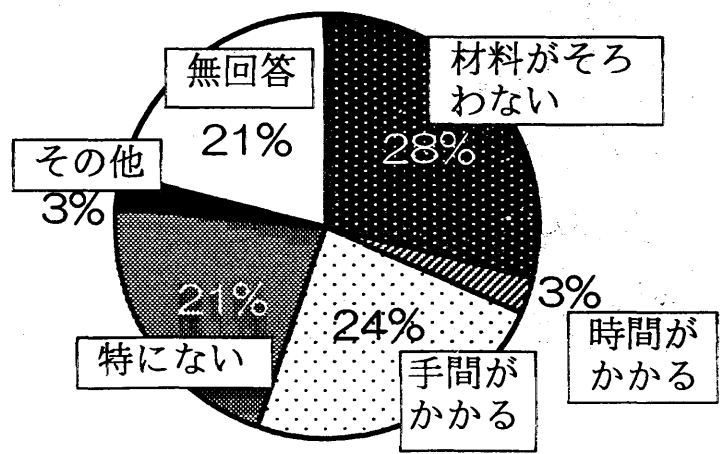
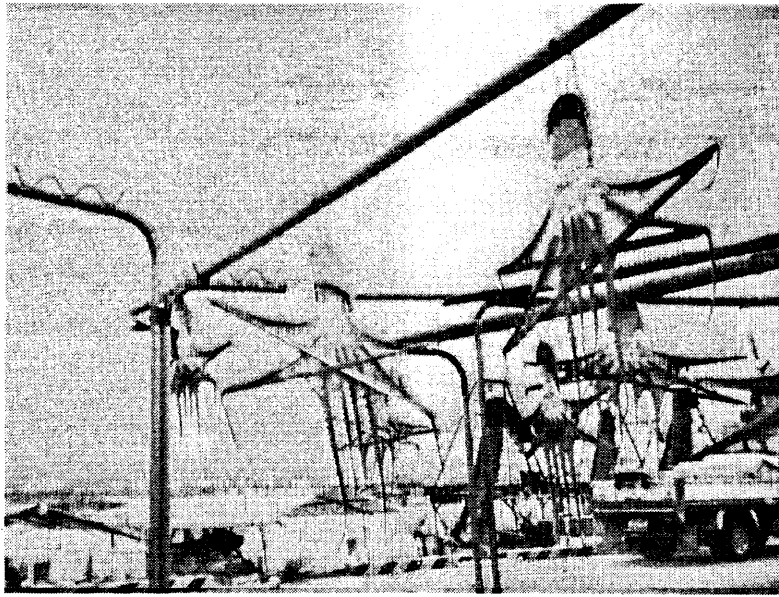
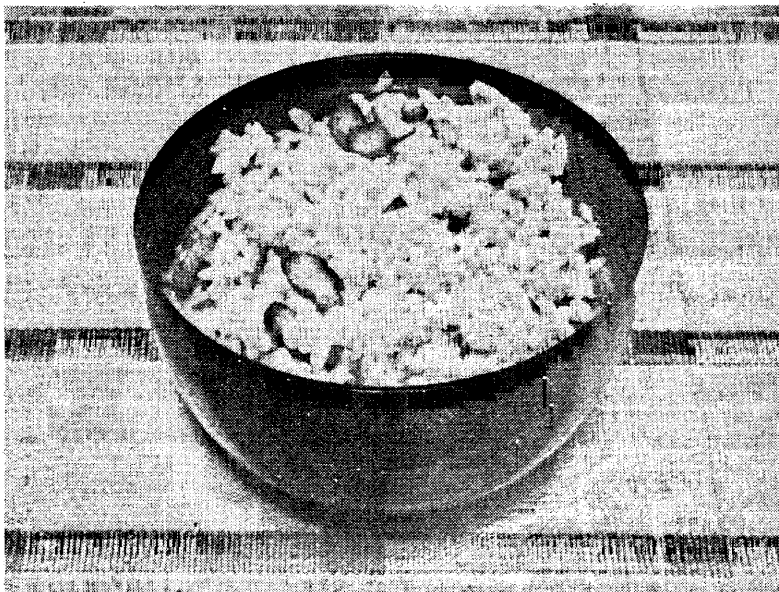
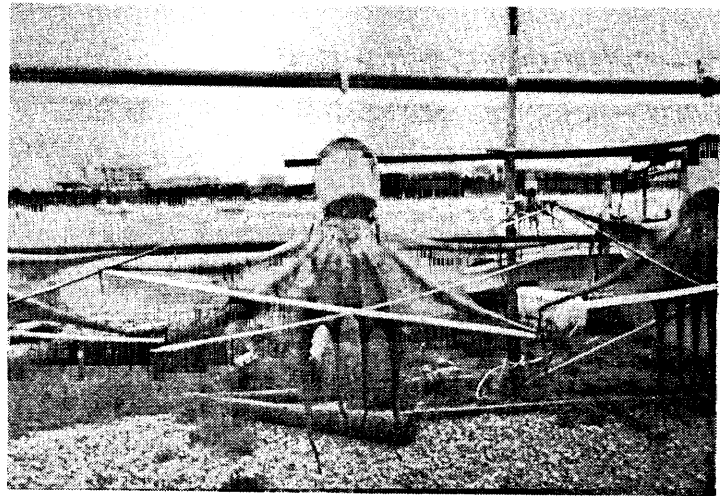


図.4 作る上で、何が一番問題ですか？



干しだこ

夏の風物詩として、明石の浜のいたるところで見ることができる。



明石の特産
『たこめし』
干しだこを使って炊きあげると、タコの独特の風味が引き出されます。