富山の伝統的魚食文化

富山伝統的食文化研究会

「富山の伝統的魚食文化」の発刊にあたって」

田中　晋

地方の各地には、祭りなどの伝統行事がまだ数多く残っており、民俗学の対象としてまた無形文化財として記録されてきている。しかし今日、山村漁村の過疎化に加え核家族化と少子高齢化社会への変化が、これら伝統行事の消滅を招く危機を迎えている。伝統的食文化においても然りである。

山の幸、海の幸に恵まれた富山県にあって、ファーストフードやインスタント食品、冷凍食品が食卓を占拠する事態となっては悲しい。母から子へ、また姑から嫁への伝統的食文化の継承が途切れないような施策が必要となっている。それには農業や漁業の後継者育成が欠かせない要因のひとつである。

富山の伝統的な食文化に関しては、1989 年に発行された「聞き書　富山の食事」（農山漁村文化協会）があり、その概要を知ることができる。これを見れば、地域ごとに周辺で採れる物産をさまざまな方法で利用している様子がうかがえる。タイトルに聞き書とあるように、地域ごとの伝統的な暮らしをしている人たちが実際に食している内容を細かに聞き取って記録した貴重な文献である。このような試みがさまざまな形で繰り返されることが伝統的食文化見直しの契機となると思う。

平成 18 年に発足した富山伝統的食文化研究会は、平成 18 年度から平成 21 年度にかけての３年間、富山県の日本海学推進機構よる「日本海学研究グループ支援事業」の採択を受けて富山の伝統的魚食文化に関する調査を行った。初年度は文献調査、２年度は、地域として特徴的な魚食文化が継承されている富山県東端にあたる朝日町宮崎地区を対象に精細な調査を実施し、３年度は宮崎地区の魚食文化を支えている漁業の映像記録と食文化の源であるレシピを作成するための調査を行った。これと並行して魚津の珊瑚エビ・弁慶エビ、すり身、及び射水市のイナダの製造法に関する聞取り調査を行った。さらに、富山の魚食文化の中でもっとも有名な「鱒の寿し」に関して、文献などからそのルーツをたどる考察を行った。

本報告書は、平成 18 年度から３カ年にわたる富山の伝統的魚食文化に関する調査の結果をまとめたものである。３カ年という期間の制約と少数の調査員では、富山県の全域を調査するには不足で、調査は主として呉東地域に限られたが、富山県の東端にある朝日町宮崎地区の魚食文化に関し精細に調査、記録することができた。豊富な魚介類に恵まれた富山県にあって、鮮魚店の店頭を覗くと見慣れない魚介類を目にすることがある。どうやって食べるのだろうか、興味は尽きないのであるが、多くの場合チャレンジする勇気がなく通り過ぎてしまう。本書にあるような記録を見ていれば味わうことも可能になるのではないか。巻末には、宮崎地区で現在も食されている漁獲物によるレシピを聞き取り掲載した。このような試みがさらに継続し発展することを願っている。（富山伝統的食文化研究会会長）

目　次

第１章　調査の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1
第２章　富山県に継承される魚食文化・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3
１．引き継がれている魚食文化・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3
２．市町村誌（史）にみられる魚食文化・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3
(1) 宮崎村の歴史と生活－舟と石垣の村－：昭和 29 年（1954）
(2) 魚津町史：明治 43 年（1910 年）
(3) 魚津市史　下巻　近代のひかり：昭和 47 年（1972 年）
(4) 魚津市史　下巻　現代のあゆみ：昭和 47 年（1972 年）
３．聞取り調査・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・7
(1) 珊瑚エビ・弁慶エビ
(2) スリカマボコ
(3) イナダ
４．富山の鱒の寿し・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・11
(1) 延喜式
(2) 越中資料
(3) 神通川誌
(4) 鱒の寿しのルーツについて
第３章　朝日町宮崎地区に継承される魚食文化・・・・・・・・・・・・・・・・・・16
１．宮崎地区の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・16
２．聞取り調査・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・18
(1) 灰付きワカメ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・18
①ワカメの口開け
②ワカメ採りは家族総出の分担作業
③灰付きワカメの作り方（過去－現在）
④ワカメ漁から完成まで
⑤灰付ワカメの今昔
⑥灰付きワカメの食べ方
(2) ヒメガイ（イガイ）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・26
①営利目的でないヒメガイになぜ口開けが残るのか
②ヒメガイ漁
③ヒメガイの食べ方
(3) タラ汁・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・30
①タラ汁の起源
②タラの食べ方
(4) オイボ（オオクチイシナギ）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・34

①幻の魚「オイボ」
②オイボの食べ方
(5) モズク・・37

参考文献・・38

おわりに・・41

附録　宮崎地区の伝統的魚食文化レシピ
１．灰付きワカメの食べ方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・（１）
下準備
(1) 味噌汁
(2) 刺身
(3) メカブの酢の物
２．ヒメガイの食べ方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・（５）
塩茹
３．タラの食べ方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・（６）
(1) タラ汁
(2) タラの一本焼き（浜焼き）
(3) 干ダラ
４．オイボの食べ方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・（８）
(1) 刺身
(2) 皮の酢の物
(3) 残を使った潮汁
５．モズクの食べ方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・（９）
酢の物

第１章 調査の概要

富山伝統的食文化研究会では、平成 18 年度から平成 20 年度の三ヵ年に亘り、富山県に伝承されている伝統的な魚食文化について調査した。

富山県は、日本列島の日本海側中央部に位置し、標高 3,000m級の北アルプス立山連峰を背に、水深 1,000mを超す富山湾に面している。陸域には背後の山地から流れ出す多くの河川がある。県東部では日本でも有数の急流河川として海に流れ込み、県西部では比較的流れのゆるい下流域や潟を形成している。このような地形が淡水魚を含めた多様な水生生物の生息場所となっている。

北方に能登半島がある富山湾には、日本海の表層を流れている黒潮から分流した対馬暖流が入り込んでいて、冬でも水温が８℃前後と温かである。しかし、水深 300m以深には水温１～２℃の日本海固有水が存在している。

このような富山県の複雑な水環境は、多様な水生生物を育む土台となり、それが豊かな魚介類の存在となって、古くから特有な魚食文化を生み出してきた。その中には、加工品や料理などの形で現在まで伝承されているものも多い。今回の調査では伝統的魚食文化の対象を、狭義の魚類だけに限らず、広く水産生物となる魚介類を対象とした。

現代日本は、様々なものが猛烈なスピードで変化する社会として特徴づけられる。食生活においても同様で、次々と新しい食文化が導入され、伝統的な食文化は伝承されずに廃れてしまう危機に瀕している。伝統的な食文化の見直しは急を要するすことであり、ここでは魚食文化に限ってではあるが、文献調査によって古い資料を発掘し、また伝統的魚食文化の残る地域において、年配の方々からの聞取り調査を実施した。富山伝統的食文化研究会は、富山県内の魚食文化研究事業を行うため平成１８年に創設され、平成 18 年度から平成 21 年度にかけて、日本海学推進機構よる日本海学研究グループ支援事業の採択を受けて調査を実施した。

平成 18 年度は、富山県で昭和後期まで引き継がれてきた伝統的な魚食文化に関し、富山県全域を対象に文献を調査し、記録の収集にあたった。特に、伝統的な魚食文化が掲載されている県内の市町村誌（史）の記載を念入りに調べた。また、特徴的な魚食文化が現在も残っている朝日町宮崎地区において、ヒメ貝とオイボに関する聞き取り調査を行い、さらに水産加工品である「魚津のスリカマボコ」、「珊瑚蝦・弁慶蝦」についての聞き取り調査を実施した。またこれとは別に、「富山の鱒の寿し」のルーツに関する検証を行った。（以上の調査結果は「平成 18 年度日本海学研究グループ支援事業　魚食文化研究事業報告書」として取りまとめた。）

平成 19 年度は、地域として特徴的な魚食文化が継承されている朝日町宮崎地区を対象に、平成 18 年度の調査結果をうけてさらに精細な調査を行った。宮崎地区には、乱獲防止のために漁獲の期間を制限する「口開け制度」があり、現在でもワカメ、ヒメ貝、オイボなどの漁に維持されている。この制度の維持が伝統的な食文化の継承につながって

いることが考察された。（この調査結果は「平成 19 年度日本海学研究グループ支援事業魚食文化研究事業報告書」として取りまとめた。）

平成 20 年度は、宮崎地区の魚食文化の源となっている漁業の映像撮影と魚食レシピ作成のための調査を行い、加えて射水市の水産加工食品であるイナダなどの聞取り調査を行った。

本書は以上の３ヵ年にわたる魚食文化調査研究の総合報告書であるが、料理を再現したい方のために、一部内容が第３章と重複するが付録として宮崎地区の伝統的魚食文化のレシピを付けた。

なお、本書の監修は田中が行った。調査全体の取りまとめと第１章、第２章の執筆は稲村が、第３章と付録の執筆は不破があたった。

第２章　富山県に継承される魚食文化

１．引き継がれている魚食文化

現在に引き継がれている富山県の伝統的な魚食文化に関しては、一般的な文献として「聞き書　富山の食事、1989：農山漁村文化協会」が代表的な文献といえる。また、同協会の「日本の食文化⑥北陸、2006」も写真の多い文献である。

同書の中で取り上げられている魚食にかかわるものを抜き出すと、対象魚介類も料理の種類も多様である。その中で、生食、焼き魚、煮魚、干物など基本的な調理方法を除外し、特徴のあるものを抜き出すと下記のようになる。なお以下、魚介類名や料理などの表記は文献にあるものをそのまま用いた。富山に生まれ育った人たちでも、この中のいくつぐらいをご存知であろうか。

イワナの骨酒、イワナずし、アユずし、ドジョウのかばやき、タニシとこんにゃくの味噌煮、オキノジョロウの田楽、イカの黒作り・赤づくり、サバずし、ニシンのこんぶ巻き、ニシンのこんか漬け、こんかイワシ、イワシのすり身かまぼこ、イワシのぬた、イワシの生漬、タラのこぶじめ、たら汁、三平汁、棒だらの炒り煮、ホタルイカの甘露煮・酢味噌あえ、シロエビのてんぷら・酢のもの、ゲントの煮なます、ブリの残と大根の煮もん、棒ノリのつくだに、べっこう、おせずし。

さらに、市販されていない重要な文献として、富山県水産加工業協同組合連合会・富山県食品研究所による「とやまの水産加工、2002」がある。この中には、古今の水産加工品がほぼすべて網羅されており、専門的な知見に基づいた記載がなされている。この書には、富山・石川県に共通する伝統食品として、イナダ、カブラずし、糠いわし、いしる（いしり）が、また富山県の水産加工品として、塩ブリ、氷見イワシ、煮干し、ホタルイカ加工品、シラエビ加工品、黒作り、マスずし、かまぼこが取り上げられている。

２．市町村誌（史）にみられる魚食文化

漁獲物としての水産生物ではなく、加工品や地域の特色がある水産物に基づく魚食文化に関し、富山県内の市町村誌（史）を中心に調べた。調査した市町村誌（史）を以下の一覧表にまとめた。

市町村誌（史）一覧表

文献名	発行年月日	魚食文化に関連した記載内容
舟と石垣の村 宮崎村の歴史と生活	昭和 29 年 8 月 20 日	灰付ワカメ、モヅク、鱈、雛鱈、オイボ、い貝
朝日町誌　文化編	昭和 59 年 8 月 1 日	特になし
入善町誌	昭和 42 年 8 月 15 日	二番鯣、塩乾鰮、煮乾鰮、煮乾えび、塩

		鰮、塩ぶり
黒部市史	昭和 39 年 11 月 1 日	塩干魚、昆布、かまぼこ
魚津町誌	明治 43 年 10 月 20 日	素乾：鰹節・鯣（スルメ）・田作（カタクチイワシ）・蛍烏賊・鱶鰭・干蝦、塩乾：鰮・鯖・鰺・鰤・鱈・鰹（シイラ）・似鱚・干鰰（ハタハタ）、煮乾：鰮・蛍烏賊・蝦・珊瑚蝦・摺蝦・翁粉、塩製：鰮・鯖・鮪・蝦・鰹・黒作・湯出烏賊・塩鰹
魚津市史　下巻 近代のひかり	昭和 47 年 3 月 25 日	弁慶エビ、珊瑚エビ
魚津市史　下巻 現代のあゆみ	昭和 47 年 3 月 25 日	雑煮（福来魚：フクラギ）、スルメイカ、イワシ（塩乾物・煮干し・塩蔵・味酬干し）、蒲鉾（ニギス）、塩干し（ニギス・カマスひらき）、弁慶エビ、珊瑚エビ、ホタルイカ（煮干し・桜煮・串焼き・佃煮・みりん干し）
滑川市史　通史編	昭和 60 年 12 月 25 日	烏賊の黒作り、ホタルイカ加工品（煮干・干マツイカ・塩マツイカ・儀助煮・金波煮・金波糖・桜煮）、塩漬け（カツオ・イワシ・アジ）、乾燥物（ほたるいか・アジ・イワシ・スルメイカ）、こぬか漬け（カツオ・イワシ）
富山市史　通史 上巻	昭和 62 年 1 月 10 日	鱒・鮎は鮨に、鮭は新巻きに加工。
富山市史　通史 下巻	昭和 62 年 1 月 10 日	冬　ブリのフト（内臓）やブルカゲ（えら）を買って、大根のカブシにして食べた。干鱈、サケの塩引き、ボウユレン（干にしん）、ヒシコ（煮干し）
婦中町史　通史編	平成 8 年 7 月 31 日	ドジョウカバヤキ、ムシベシコ（煮干イワシ）、シファラ（干だら）
新湊市史	平成 4 年 3 月 25 日	素乾（田作）、塩乾（真いわし）、煮乾（真いわし・背黒イワシ・ほたるいか）、塩製（真いわし・背黒イワシ・さば・ぶり・さけ・たら）、雑類（かまぼこ類）、塩ブリ、青ブリ（イナダ）、ベッコウエビ、黒作り
庄川町史	平成 14 年 10 月 5 日	特になし

福岡町史　続編	平成 16 年 12 月 20 日	養鯉（慶応 2 年に大和の国郡山から稚鯉を移入したのが始まり）
福野町史	昭和 39 年 9 月 18 日	越中国誌に「小矢部川　鮴鯒（ゴリ・ウグイ）」
井波町史　上巻	昭和 45 年 5 月 30 日	生魚はほとんど食べず。ときおり、干鰯、ニッシンボ（身欠鰊）、干鱈
氷見市史	昭和 38 年 4 月 25 日	名吉ずし（ボラ）、煮干（マイワシ）、丸干イワシ（ウルメイワシ）
富山県史　資料編 Ⅶ　近代下	昭和 57 年 12 月 11 日	煮乾鰮、桜干鰮、鼈甲蝦、煮乾蛍烏賊、塩鰤

次に旧宮崎村と旧魚津町、魚津市の市町村誌の内容を見てみる。

(1) 宮崎村の歴史と生活－舟と石垣の村－：昭和 29 年（1954）年 8 月 20 日発行

明治 42 年に発刊された下新川郡史稿によると、宮崎村は、鰮地曳 1、刺網４、配縄 83、釣 83、採藻６の漁業権を有していた。採藻とは、ワカメ及びモヅクの採集であり、「宮崎のワカメ・モヅク」として古来著名であった。ワカメは灰にまぶして乾燥し、モヅクは乾かすか生のままで売り出した。このような状況は江戸時代も同様であったと考えられる。

タラ：「宮崎の名産　鱈」として、藩政時代には新川郡より初鰤と共に初鱈を藩主に献上する慣例になっていた。このことは、「文政４年（1828）　初鱈 170 本（田村旧記）」、「年未詳 初鱈 200 本（魚津町史）」とあることからうかがえる。また、「海の幸　宮崎の雛鱈」として、「鱈の餌には赤イカ（蛍イカ）が最もよい」「鱈汁」と記されている。

わかめ：「和布の口明は５月半頃で、日はきまっていない」「舟で刈りとる」「子供や女達は藁灰の用意をする」「和布を熱い藁灰の中に放り込んで、混ぜ合わせて丁寧に砂や小砂利の上に拡げて乾かす」「もとは浜辺に縄を張って吊って干したらし。一番取りは値も高く品質も極上で、その後、二番、三番取り→自由取りになる」と記されている。しかし、「宮崎わかめ」の灰付加工の起源については、記録も伝承も残っていないと記されている。

また、「オイボは６月 27 日の御絵様迎えの日が口明け。岩礁地帯が中心で、孟宗竹で作ったツケを沈めた。」との記載がある。

水産統計の記録として、明治 29 年「い貝」23 円、明治 34 年「い貝」15 円とあるが、これ以後の記載はない。

(2) 魚津町史：明治 43 年（1910 年）1 月 10 日発行

漁業の盛んな魚津町の記録には、鱈、鰤、鮫、鮟鱇などの漁獲物としての魚の名前が数多くあがっている。加工品に関する記載も多く、明治 37 年から 41 年の「魚津町水産製造物統計表」には、

素乾：鰹節、鯣（スルメ）、田作（カタクチイワシ）、蛍烏賊、鱶鰭、干蝦

塩乾：鰮、鯖、鰺、鰤、鱈、鰯（シイラ）、似鱚、干鰰（ハタハタ）
煮乾：鰮、蛍烏賊、蝦、珊瑚蝦、摺蝦、翁粉
塩製：鰮、鯖、鮪、蝦、鰯、黒作、湯出烏賊、塩鰹
とある。

この中の「珊瑚蝦」について、「下新町には本町（魚津町）の重要物産たる、珊瑚蝦を製造するものあり（四十万半右衛門外 12 名）」とあり、また、「下猟師町に稲垣榮吉というあり、故濱田興五郎と協力して水産業に関し大いに尽力したる結果、現に其の影響を受けつつあるものありと、そして同人は現に盛に干魚を各地に輸出するを業とすという、又本町の珊瑚蝦は元同人の工夫に基づくものなりと、本町の為め幸に健在なれ。」という記述がある。

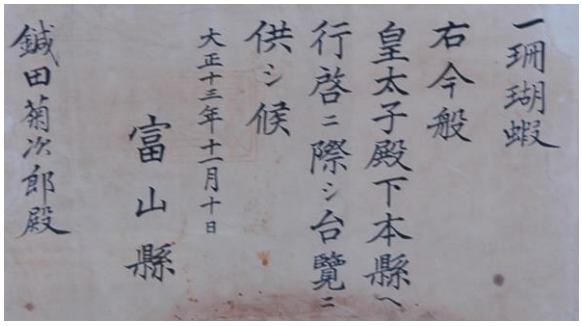
(3) 魚津市史　下巻　近代のひかり：昭和 47 年（1972 年）３月 25 日発行

魚津市の史跡・観光として「タイ網と弁慶エビ」が取り上げられている。その記載を見ると、「弁慶エビ」は、観光魚津にとって、見過ごすことができない名産品とされ、名前の由来は、古来無双の豪傑として、また満身の力をこめたときに真っ赤な顔でも後世の人びとに伝え親しまれている、かの弁慶になぞらえて名付けられたものであるという。

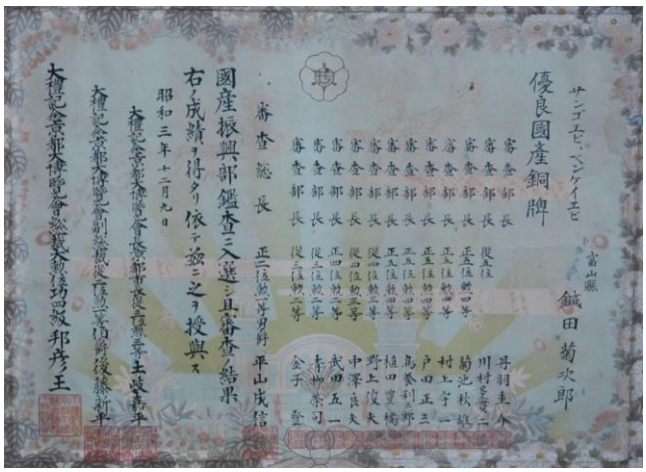
弁慶エビ製造の元祖は、高月三四郎（滑川の高月出身）といわれており、藩政時代に魚津で廻船問屋と水産業を業としていた。当時、年に一度は加賀藩に献上していた。明治になって、彼の末裔は高橋姓を名乗り、姻戚の鍼田家とともに、今日にその製法を受け継いでいる。

かつて、大正天皇が皇太子のころ、魚津でタイ網を台覧されたおりに、魚津名産として献上されたのをはじめとして、大正 15 年（1925 年）に、今上天皇（昭和天皇）が皇太子として行啓されたさいも、県の物産陳列場で台覧に供され、記念状が授与されている。爾来今日まで、県内外の各種博覧会や品評会においても、数多く受賞している。

弁慶エビのまたの名を、珊瑚エビというが、これは、明治初年に県の役人と四十万某が相計らって珊瑚に似ているとして名づけたものである。


一珊瑚蝦
右今般
皇太子殿下本縣ヘ
行啓ニ際シ台覽ニ
供シ候
大正十三年十月十日
富山縣
鍼田菊次郎殿

大正 15 年　皇太子行啓記念状


サンゴエビ　ベンケイエビ
優良國産銅牌
富山縣
鍼田菊次郎
審査部長
國産振興部鑑査ニ入選シ且審査ノ結果
右ノ成績ヲ得タリ依テ茲ニ之ヲ授與ス
昭和三年十二月九日
大禮記念東京博覽會総裁　久邇宮邦彦王

昭和３年　大禮記念国産振興東京博覧会賞状

(4) 魚津市史　下巻　現代のあゆみ：昭和 47 年（1972 年）３月 25 日発行

魚津の雑煮について、次のような記載がある。

魚津風といえば、「コト」といわれる「かけ汁」に特徴がある。年暮れのうちに魚を素焼きするが、この魚をとくに雑煮魚といい、おもに福来魚（フクラギ）が用いられる。鰤の成長途次の魚である。正月魚・雑煮魚として選ばれたので、福来魚の名が生まれたのであろう。

「コト」は、この素焼き魚をモザイ（ほぐし）て、焼き豆腐・ゴボウ・ニンジン・コンニャクをきざんで煮る。味付けは醤油である。―中略―　京都系の移住者らしい古い家柄の家では、福来魚のほかに小鯛の素焼きもまぜる。

次に「明治末期の水産加工業者」として、以下の記載がある。

おもなものは、スルメイカ・イワシ（塩乾物・煮干し・塩蔵）・タラ・ホタルイカ・ブリなどである。

ことに有名であったのは、「蒲鉾」である。当浦で取れたニギスを原材料として生産されたもので、その味のうまさは格別であった。いまから 100 年前から生産され、俗に「猫またぎ」（猫でもまたいで通る）といわれた蒲鉾でさえも、どんどんと直江津・松本方面へ移出されていたという。

３．水産加工物に関する聞取り調査

(1) 珊瑚蝦と弁慶蝦

平成 18 年に、魚津の珊瑚エビと弁慶エビについて、魚津市史に出てくる鍼田家が経営する㈱ハリタ冷蔵の木下義則さん（65 歳）から聞取りを行った。木下さんは、18 歳で入社以来ハリタ冷蔵に勤務しておられ、現在部長職にある。木下さんが就職した昭和 17 年には、珊瑚蝦も弁慶蝦も製造して販売していた。両方とも、原料のアマエビ（ホッコクアカエビ）を乾燥させたものだが、珊瑚蝦は剥き身で、弁慶蝦は頭を取り外した状態の殻付である。珊瑚蝦は薄いピンク色で、弁慶蝦は赤色である。以下は木下さんから聞き取った内容である。

本来の製造方法は、乾燥器内に並べたアマエビを下から炭火をあてて乾燥させる。電気では火力が弱いので、炭火で温度を高くして乾燥させるためである。逆に温度が高いと焦げやすいので、20 秒間隔くらいで、軍手をつけた手でひっくり返して乾燥させるので、大変手間がかかった。

乾燥器は木製で、上方に窓があり、熱気が通りやすくなっていた。また、窓にはスライドの蓋が付いており、これで温度を調整していた。乾燥にかかる時間は、半日くらいであった。

アマエビが底引き網漁（９月１日～５月末）で漁獲される冬場に作っていた。

弁慶蝦は今から 25～30 年程前までは、炭火で作っていたが、現在は電気乾燥で 10 時間くらいかけて作っている。しかし、炭火の方が甘み、香りがあって美味しかった。

珊瑚蝦は、いつ止めたか記憶がないが、自分が入社した後の、早いうちに手間がかかることから中止した。
利用法としては、弁慶蝦は雑煮に入れ、また出し汁にするほか、飴炊きにして甘くして食べた。珊瑚蝦はそのままで美味く、珍味として珍重された。

平成 20 年 11 月 13 日、ハリタ冷蔵より、昔ながらの製法を復活するために乾燥機を新たに作り、弁慶蝦の生産を始めたとの連絡を受けたので取材に出かけた。木下部長の作業を撮影し、話を伺った。使用するアマエビは当日水揚げされたものを用いるが、鮮度が特に重要である。また、外子（そとこ）を持たないものアマエビを選別し、頭をはずして弁慶蝦の原料とする。
殻付で乾燥する弁慶蝦と殻を剥いて乾燥する珊瑚蝦とでは、原料となるアマエビの鮮度が違う。鮮度の良いアマエビは身離れが悪く殻が外れにくいので、弁慶蝦に加工する。一方、若干時間が経つと殻が外れやすくなるので、それは珊瑚蝦に加工される。すべては鮮度しだいで、特に弁慶蝦作りは原料の入手しだいとなる。
炭火を使い出来上がった伝統的な弁慶蝦を試食したが、口に含んで噛むと、上品な甘みと香が口中に広がり、それは文字通り筆舌に尽くしがたい旨味であった。

原料のアマエビ

頭を外してスノコに並べる

乾燥機にセット→炭火で乾燥

出来上がり

(2) スリカマボコ

平成 18 年、スリカマボコについて大黒富子さん（滑川市生まれの 73 歳。昭和 30 年に魚津の網元に嫁ぐ）から聞取りを行った。

スリカマボコは、物心ついた頃から家で作っていた記憶があり、子供の頃（７歳くらいであろうか？）から手伝いをしていた。当時は、市販されておらず自家製であった。

魚津に嫁いで来てから、すぐにスリカマボコ作りをした。嫁ぎ先は網元で、毎日、新鮮な魚が入手できたので、スリカマボコ作りは日課のようなものであった。

魚は定置網で捕れるイワシやアジ、そして沿岸の船引き網漁（保中：ほうなか）で漁獲されるニギスを良く使った。大きめな魚では中骨を取ることもあったが、小型のものでは、コアジは頭・内臓・鱗・皮を取ってから、イワシ・ニギスは頭と内臓を取った状態で鱗などを洗い落とした後に、すり鉢ですって作った。婚家にはミンチを作る機械があり、これで下ごしらえをしてから、すり鉢ですって作った。

利用方法は、当時は御つけ（汁）の具や醤油で煮付けて食した。現在のように、焼いたり、油で揚げたりはしなかった。いつの頃からか、市販されるようになった。

味噌汁

スリミ焼き

(3) イナダ

一般にイナダという呼び名は、関東地方におけるブリの若魚の呼び名である。ブリは成長に伴い呼び名が変わる出世魚として知られ、日本各地で様々な呼び名がある。

富山県では氷見を中心とした県西部でツバイソ・コヅクラ→フクラギ→ガンド→ブリ、魚津市を中心とした県東部ではツバイソ→フクラギ→ハマチ→ブリと呼ばれている。関東地方では総じてワカシ→イナダ→ワラサ→ブリと呼び名が変わり、イナダは富山県で言うフクラギに相当し、全長で 35～60cm、体重１～２kg未満と考えられる。各地方における呼び名と、その大きさや重さはバラツキがあるのでおおよその目安である。イナダの語源については、栄川（1974）は、「(東北から関西での幼若魚）潮流の早いところ（瀬）に好んで棲む習性から、居灘（イナダ）の意でよぶ」としている。

一方、射水市（旧新湊市）で作られているイナダは、ブリくらいのサイズの大型魚を原料としており、半身または四分割して塩漬けし、干したものである。このイナダの由来については明確な記録がなく、水産加工品総覧（三輪勝利監修、1983）の中で執筆分担者の山瀬登は、「その起源については明らかでないが、加賀藩主前田利常（前田家三代目、慶長 10 年（1605）～寛永 16 年（1639 年））の時代に作られたもので、加賀藩の江戸参勤中、国元から江戸に送るため塩干しにしたのがはじまりで、夏季の保存食として作られたと推定されている」と記している。また、イナダの名称の興りは、「片目の人を“いなだ”と悪口呼びするが、ブリが片身のところからイナダと呼ばれるようになったと言われているが、その逆だという人もいる」と記している。このことや、関東地方での呼称「イナダ」は小型のブリ若魚を指すことから考えると、北陸地方伝統のイナダと関東地方のイナダの由来には関連がないと思われる。

なお、新湊市史（1992）には、水産加工品として塩ブリと並んで「青ブリ（イナダ）」が記されているが、他に古い資料は見当たらなかった。青ブリというのは「青いブリ」、つまり若いブリのことで、小型のブリを指すものと思われる。

イナダの製造は、射水市（旧新湊市）で水産加工業を営む立野三郎商店で行われている。平成 21 年に三代目の立野豊さん（昭和 38 年生）と母の圓子さん（昭和６年生）に聞き取りを行った。以下その内容を記す。

以前は新湊で 5 軒ほど、氷見でも数軒でイナダを作っていたが、現在は立野三郎商店の他に新湊の 1 軒が少量生産しているだけである。立野三郎商店では、以前は年間 3000 本ほど扱っていたが、現在は 1500 本ほどで、金沢の大口水産の委託加工として行っている。

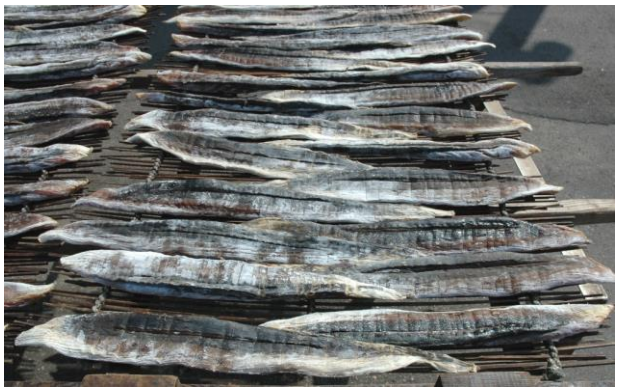
立野三郎商店は豊さんで三代目になり、初代は与蔵さんで二代目が三郎さん（昭和３年生）（圓子さんの夫）である。もともと水産加工業をしており、昭和 24 年頃、金沢の大口水産の人が福井県若狭などのイナダ加工をしている職人を連れてきて、与蔵さんが指導を受けた。商品としてイナダを作り始めたのは三郎さんで、昭和 34 年くらいから製造している。毎年５月 15 日の春祭りが終わった頃から加工が始まり、7 月頃まで続く。原料は大口水産から供給されており、もともとは石川県周辺で春に漁獲される産卵後の脂が少ないブリを使っていたが、豊さんが跡を継いだ 20 数年前には既に九州産の天然ブリになっており、現在も同様である。仕入れを行っている大口水産でブリのランク分けをしており、脂の少ないものからＡ、Ｂ、Ｃとランク分けされており、Ａランクは三枚おろしのイナダに、Ｂランクは四つ割のイナダに加工されるが、Ｃランクはカブラ寿しや巻きブリの原料とされる。つまり、冷蔵施設のない時代からの保存食であるイナダは、脂が少ないブリの方が適している。

作り方は、三枚におろしたブリの皮の部分に、5 本ほどの縦の切り目を入れる。血抜きを兼ねて丁寧に洗い、塩（並塩）をすり込んで一日寝かす。水洗いして、20 日間ほど天日干しをして出来上がりである。四つ割も同様の手順で進めるが、塩の吸い込みが若干遅いそうである。

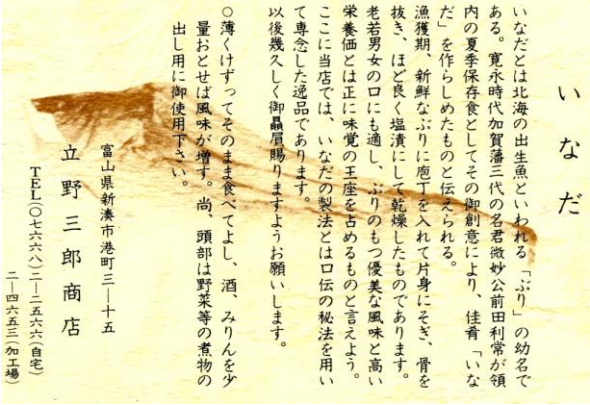
食べ方は、包丁でスライスしてそのまま食べるのがベストで、三杯酢につけて食べるのも美味しいとのことであった。

イナダ干し風景

イナダ



イナダ四つ割



いなだ

いなだとは北海の出生魚といわれる「ぶり」の幼名である。寛永時代加賀藩三代の名君微妙公前田利常が領内の夏季保存食としてその御創意により、佳肴「いなだ」を作らしめたものと伝えられる。
漁獲期、新鮮なぶりに庖丁を入れて片身にそぎ、骨を抜き、ほど良く塩漬にして乾燥したものであります。老若男女の口にも適し、ぶりのもつ優美な風味と高い栄養価とは正に味覚の王座を占めるものと言えよう。
ここに当店では、いなだの製法とは口伝の秘法を用いて専念した逸品であります。
以後幾久しく御贔屓賜りますようお願いします。
○薄くけずってそのまま食べてよし、酒、みりんを少量おとせば風味が増す。尚、頭部は野菜等の煮物の出し用に御使用下さい。

富山県新湊市港町三―十五
立野三郎商店
TEL(〇七六六八)二―二五六六(自宅)
二―四六五三(加工場)

立野三郎商店　いなだチラシ

４．富山の鱒の寿し

富山の名産として知られる「鱒の寿し」（表記は一定せず、鱒の寿司、ますの寿司、ます寿し、なども用いられる）の歴史について、平安時代の「延喜式」や、江戸時代中期の享保２年に８代将軍・吉宗に献上した話が、広く語られているので、その典拠を調べてみた。

(1) 延喜式

平安時代の 927 年に著された延喜式には、越中國の作物として、鮭楚割（スヤワリ）、鮭鮨、鮭氷頭、鮭背腸（セワタ）、鮭子が記されている。

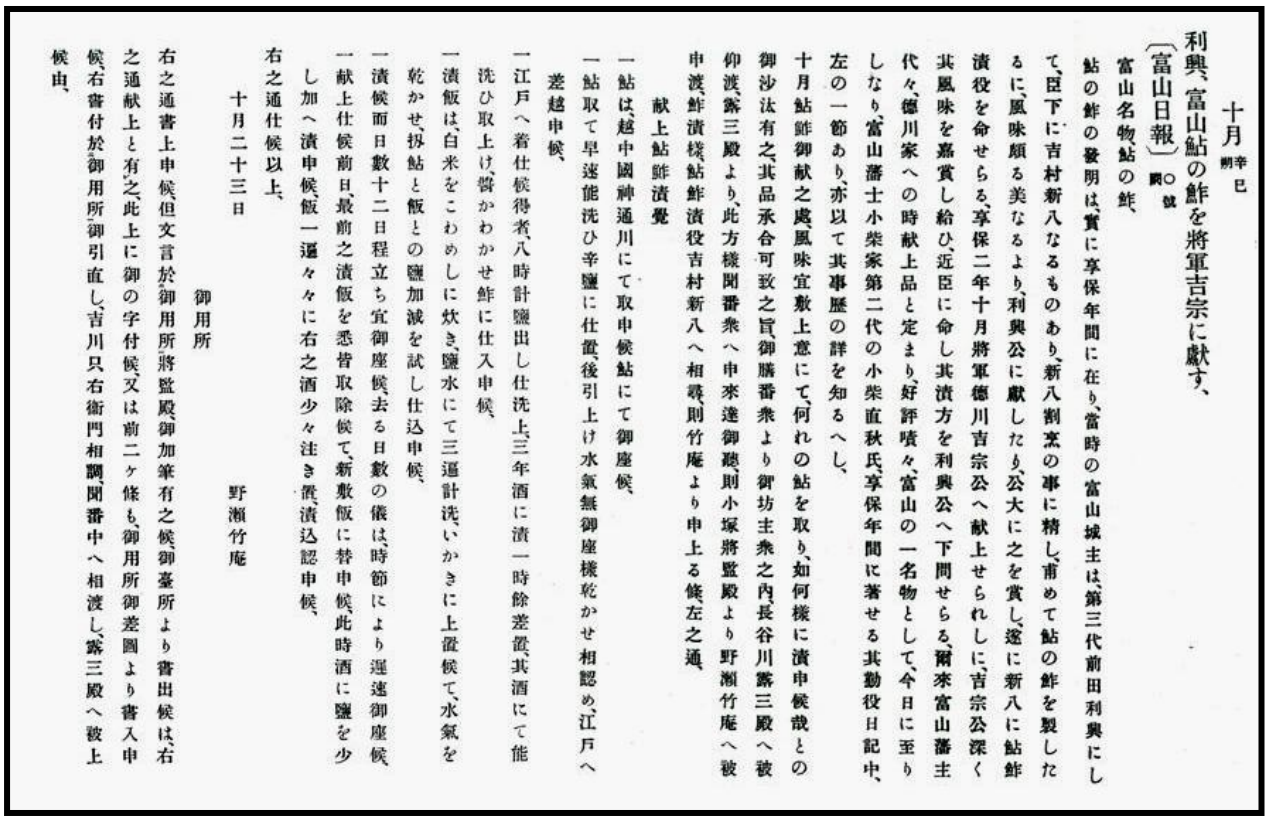
当時の越中では、鮭が遡上する河川には、鱒（サクラマス）も遡上していたのは、間

違いない。鮭も鱒も全長 60cm を越す大型の魚で、同じサケ科であるため、外形は似ている。神通川上流の飛騨高山地域では、鮭と鱒を区別せず、記載されていることも指摘されている。これは、上流の飛騨地方に鮭や鱒が達するのは、産卵期の秋から冬で、同所的に見られるため混同された可能性が高いと思われる。しかし、下流域である越中では、鮭と鱒は海から河川に遡上する時期が明確に異なり、鮭は秋から冬、鱒は春であるので、区別されていたと推測される。また、氷頭、背腸などは、現在でも氷頭はナマスに、背腸は塩をしてメフンに加工されており、鮭で用いられている加工方である。以上のことから、鮭と鱒を混同したとは考えられない。

加えて、当時の鮨は「馴れずし」と考えられるので、「早ずし」である現在の鱒の寿しとは、直接的なつながりは考えられない。

(2) 越中資料

越中資料　巻之二「享保２年（紀元 2377 年）（1717 年）」に「利興、富山鮎の鮓を将軍吉宗に献す」とあり、当時の富山城主であった前田利興の臣下である吉村新八が、鮎の鮓を発明し、「富山名物　鮎の鮓」として時の将軍吉宗に献上し、大変喜ばれたことが記されている。吉宗の求めに応じて、吉村新八は鮎鮓の作り方を記録している。この中に、現在の鱒の寿しに通じる早ずしの技法が用いられていることが、歴史的な源と考えられている。「献上鮎鮓漬覚」として、鮎鮓の作り方が記されている。



十月 辛巳 朔

利興、富山鮎の鮓を將軍吉宗に獻す、

〔富山日報〕○ 抄

富山名物、鮎の鮓、

鮎の鮓の發明は、實に享保年間に在り、當時の富山城主は、第三代前田利興にして、臣下に吉村新八なるものあり、新八割烹の事に精し、甫めて鮎の鮓を製したるに、風味頗る美なるより、利興公に獻したり、公大に之を賞し、遂に新八に鮎鮓漬役を命せらる、享保二年十月將軍德川吉宗公へ献上せられしに、吉宗公深く其風味を嘉賞し給ひ、近臣に命し其漬方を利興公へ下問せらる、爾來富山藩主代々、德川家への時献上品と定まり、好評嘖々、富山の一名物として、今日に至りしなり、富山藩士小柴家第二代の小柴直秋氏、享保年間に著せる其勤役日記中、左の一節あり、亦以て其事歴の詳を知るへし、

十月鮎鮓御献之處、風味宜敷上意にて、何れの鮎を取り、如何樣に漬申候哉との御沙汰有之、其品承合可致之旨、御膳番衆より御坊主衆之内、長谷川露三殿へ被仰渡、露三殿より、此方樣聞番衆へ申來達御聽、則小塚將監殿より野瀨竹庵へ被申渡、鮓漬樣、鮎鮓漬役吉村新八へ相尋、則竹庵より申上る候、左之通、

献上鮎鮓漬覚

一鮎は、越中國神通川にて取申候鮎にて御座候、

一鮎取て早速能洗ひ辛鹽に仕置、後引上け水氣無御座樣乾かせ相認め、江戸へ差越申候、

一江戸へ着仕候得者、八時計鹽出し仕洗上、三年酒に漬一時餘差置、其酒にて能洗ひ取上け、醬かわかせ鮓に仕入申候、

一漬飯は、白米をこわめしに炊き、鹽水にて三遍計洗、いかきに上置候て、水氣を乾かせ、扨鮎と飯との鹽加減を試し仕込申候、

一漬候而日數十二日程立ち、宜御座候、去る日數の儀は、時節により遲速御座候、

一献上仕候前日、最前之漬飯を悉皆取除候て、新敷飯に替申候、此時酒に鹽を少し加へ漬申候、飯一遍々々に右之酒少々注き置、漬込認申候、

右之通仕候以上、

十月二十三日　　野瀨竹庵

御用所

右之通書上申候、但文言於御用所、將監殿、御加筆有之候、御臺所より書出候は、右之通献上と有之、此上に御の字付候、又は前二ヶ條も、御用所御差圖より書入申候、右書付於御用所、御引直し、吉川只右衛門相調、聞番中へ相渡し、露三殿へ被上候由、

原文を分かりやすく書き改めると（原文縦書き）以下の感じである。

献上鮎鮓漬けの覚え
一　鮎は、越中国神通川にて取りました鮎でございます。
一　鮎を取ると早速能く洗い、辛塩にしておき、後に引き上げ、水気が無くなる様に乾かして整え、江戸へ取急ぎ送ります。
一　江戸へ到着すれば八時（約十六時間。一時は約二時間）計り塩出しをして洗い上げ、三年酒（前々年に醸造した酒精の強い、上等の酒）に漬けて一時（約二時間）余り置き、その酒にて能く洗って取り上げ、醤（ひしお）（塩漬けした鮎）を乾かし鮓に仕立てます。
一　（発酵を促す）漬飯は、白米を固めに炊き、塩水で三回計り洗い、竹ザル（竹籠）に上げておいて水気を切り、そのうえで鮎と飯の塩加減を試して仕込みをいたします。
一　漬ける日数は、十二日ほど経ると宜しいと思います。ただ、（漬ける）日数そのものは、時節により遅い速いがあります。
一　献上いたします前日に、漬け込んだ飯を全て取除き、新しい飯に替えます。この時に、酒に塩を少し加えて漬けます。飯一遍一遍（飯を一段ごとに）右の酒を少々注ぎ、漬け込み整えます。

右の通りにいたします。以上。
十月二十三日
野瀬竹庵（より）
御用所（宛）

右の通りに書上げ申します。但し、文言は御用所に於いて将監（小塚将監）殿が筆を加えました。御台所より書出しましたのは、右の通り献上としてありますが、此の（献上）の上に「御」の字を付け、又は前二ヵ条も御用所の御差図により書き入れました。右書付は、御用所に於いて引き改めて、吉川只右衛門が相調え、聞番（連絡渉外係。留守居、情報収集係）中へ相渡し、露三（御坊主衆のうち、長谷川露三）殿へ上げられました由。

すなわち、塩漬けした鮎を、いったん塩出しし、三年酒に軽く漬けた後、漬飯と一緒に鮓に仕込む。（時節によって異なるが）12 日ほど漬け込む。食する前日に、漬け飯を新しいものに交換し、アユと塩・三年酒を加えた漬け飯を次々に漬け込むことが記されている。

これは、乳酸発酵による馴れずしで、決して早ずしではない。馴れずしに日本酒を使うことは、井波別院端泉寺で虫干法会の際に漬けられるサバの馴れずしでも行われている。ただし、同じ時期漬けられる城端別院善徳寺のサバの馴れずしでは日本酒は使わない。

しいて言えば、馴れずしの鮎を具として新しい漬け飯に漬け込むことくらいだが、これも三年酒を振りかけており、酢を使った現在の早ずしである鱒の寿しとは製法が異な

り、この鮎の鮓を富山の鱒の寿しの直接的な原点と考えるには無理があると考える。

(3) 神通川誌

昭和 30 年（1955 年）に発行された神通川誌は、当時の富山県水産課長だった重杉俊雄氏が著し、神通川の漁業権を持つ富山漁業協同組合が発行した。その中に、加工名産品として「鱒（鮭）と鮎の鮨（鮓）」として、古い伝統的製法をもって、越中米とともに曲物の器に、竹笹を使っていることが書かれている。つまり、神通川産の鱒と鮭と鮎を使って、現在の鱒の寿しの形状で、「鱒寿し」「鮭寿し」「鮎寿し」が作られていたことを示唆している。また、昭和 29 年 3 月 28 日付の文芸春秋の記事「“ますのすし“駅弁風土記」富山」を転記しており、その中で「季節ものなので２月から６月はマサしくマスずしだが、それ以外はアユやサケを使う」と記しており、鱒（サクラマス）と鮭、鮎が同様に寿しにされていたと思われる。

神通川誌（昭和 30 年発行）に掲載されている鱒・鮭寿しの写真

また、「鱒（鮭）の鮨」と題して、「“ますのすし”は、平安時代承和 12 年９月１日婦負郡鵜坂神社の神に神階を宣下の際、その勅使に若笹にのせて出したとも伝える」として、「有沢旧家高柳氏または富山市来迎寺にこれを伝えている」と伝聞であることを記しているが、残念ながら今回の調査では典拠を確認できなかった。平安時代の承和 12 年(845 年）の頃では、乳酸発酵を利用した馴れずしであったと考えられる。

(4) 鱒の寿しのルーツについて

以上のことから、神通川では古くから川で取れるサクラマスやサケ、アユと、地元で

取れた米を使った鮓（馴れずし）が作られていた。その後、少なくとも江戸時代から酢を使う早ずしが全国的に作られているので、富山（越中）でも鱒・鮭・鮎を材料に早ずしとして押し寿司形式の寿しが作られてきたのではないかと推測される。

十数年前、神通川の川漁師さんに伝統的に作られてきた鱒の寿し（もちろんサクラマスを使用）を依頼したところ、富山県内で広く押し寿司を作る際に使われているのと同様の四角い箱（枡）で作られた鱒の寿しであった。こちらの方が、神通川の川漁師の間で伝承されてきた伝統的な鱒の寿しの作り方と思えた。

現在の鱒の寿しのルーツについて、広く捉えれば記録にある平安時代の馴れずしが源流と考えられ、その後の経緯、時期は明確でないが「早ずしの押し寿司」の形式に変わってきたものと推測できる。現在使用されている特徴的な丸い曲げ物の器と青笹のパッケージ（写真参照）の由来は明らかにできなかった。

神通川ではかつて沢山のサクラマスが漁獲されていた。河川で産まれたサクラマスは日本海を回遊して大きく育ち、生まれた河川に戻ってくる。神通川は日本海沿いにあって大量のサクラマスの戻る河川として知られてきた。現在、神通川産サクラマスの漁獲量はごく僅かとなり、鱒の寿しの原材料として、ベニザケや大西洋サケ、南米で養殖されたニジマスなども使われているが、鱒の寿し作りの伝統的な手法は継承されている。

第３章　朝日町宮崎地区に継承される魚食文化

１．宮崎地区の概要

朝日町宮崎地区は、飛騨山脈の白馬山系が北に伸び、日本海に迫るあたりで両越国境に起立する城山（標高 248.8m）の断崖を背に旧北陸街道沿いの家並みが細長く列なる6.78平方キロの小さな海辺の村である（宮崎地区郷土誌編集委員会,1993)。昭和29年８月の町村合併によって、旧宮崎村から朝日町の一員となった。山が海の近くまで迫っており､「耕して山頂に至る風景は珍しくない」とされる。

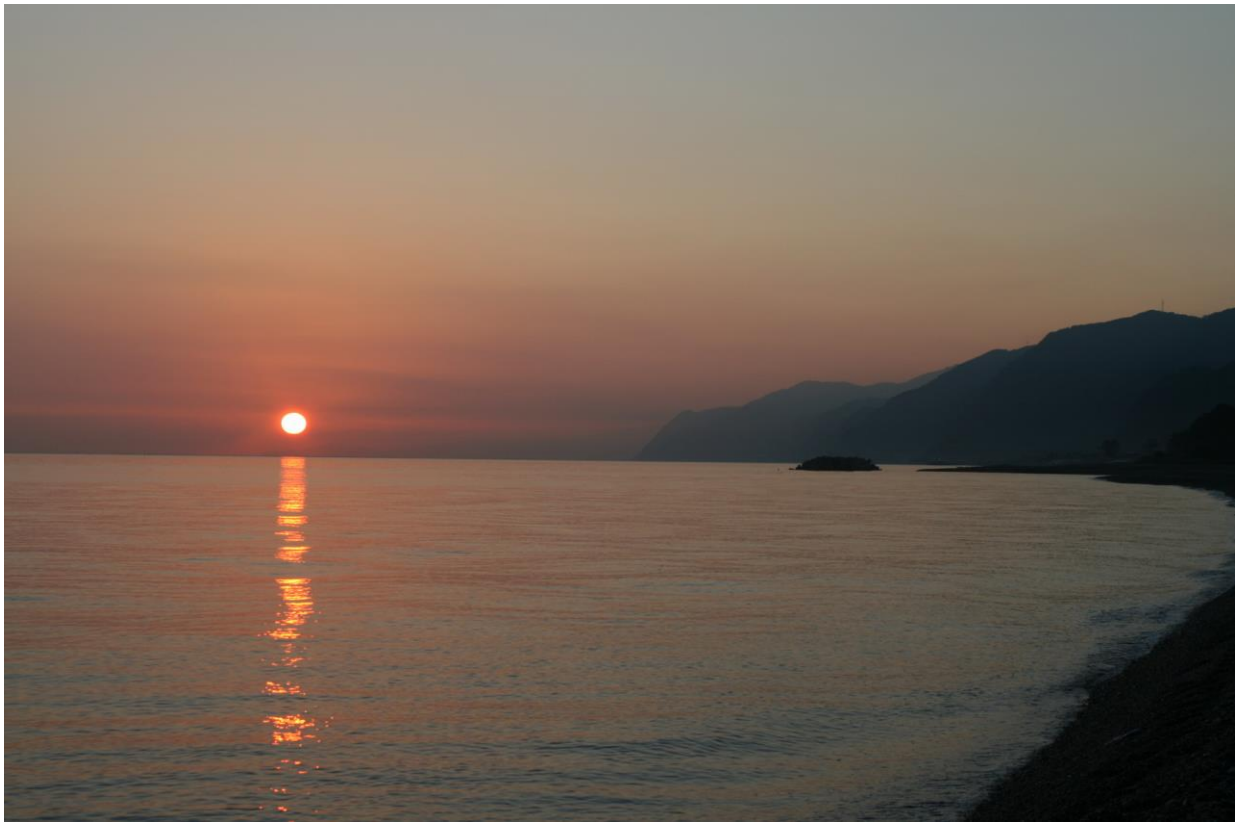
宮崎漁港　左には鹿島樹叢の広葉樹林が見える

一方、海に目を転じると、岩石が多く海藻が繁茂し、魚介類の格好の繁殖場となっている。このことから漁村としての宮崎集落が生じ、特にタラとワカメはその海産物の最たるものと称されてきた（宮崎村役場，1954)。すなわち、宮崎地区は古くから漁業が盛んな半農半漁の地域である。農業は、地区の東側に南北 200～300m の範囲に広がる海岸平野において約 30ha の水田が営まれ、山麓の崖錐の上で畑作も行われ、野菜、甘藷等が植栽されている（宮崎地区郷土誌編集委員会，1993)。

宮崎地区では現在においても乱獲防止のために漁獲の期間を制限する「口開け制度」を維持している。解禁の日は歴史とともに変遷しているが、ワカメ、ヒメガイ、オイボなどの漁に口開け制度があり（朝日町役場 b，1984)、これが伝統的な食文化の継承につながっているものと思われる。

沖からみた宮崎　山と海の狭間に家並みが細長く列なる

今回の調査対象とした食文化は、①灰付きワカメ、②ヒメガイ（イガイ）、③タラ汁（スケトウダラ）、④オイボ（オオクチイシナギ）、⑤その他とし、個別の聞き取りや写真撮影、ビデオ映像、調理方法、資料の収集を行った。また、平成 20 年２月 28 日には、宮崎カルチャーにて 13 名もの漁業関係者の参加を得た聞き取りの集会を開くことができた。様々な話が聞きけ、中にはヒメガイを茹でる時の貝を入れるタイミングが違うなど、参加者間でも知らない話も多々あったようである。また、過去の文献には記されていないような話（例：灰付ワカメの藁灰はうるち米の藁でないといけない・マダラはタラ汁では美味くない等）も、聞けたことは幸いであった。聞き取り調査の内容については、メモや録音記録を元に整理し、不明な点は後日、本人から再度聞き取りを行って取りまとめた。平成 20 年度は映像を記録する為、ビデオカメラを用い撮影を中心に行った。灰付きワカメ加工の取材をさせていただいたときには、ワカメを砂利に並べる天日干しの作業を体験させていただいた。今回の参加者の年齢からも分かるように、村の急速な過疎化が深刻である。また、漁業従事者も高齢化しており、漁業そのものが消失する可能性があるので、今回の聞き取り調査で収集した情報が今後貴重なものになると思われる。



ヒスイ海岸の日の出　夏には海から朝日が昇り美しい風景が楽しめる

１． 聞き取り調査

聞き取り調査は平成 18 年と 20 年の２カ年行った。

平成 18 年に朝日町宮崎の「ヒメ貝」と「オイボ漁」について、宮崎で生まれ育ち現在も漁業（兼業）に従事している不破政直さん（60 歳）と水島昭二さん（55 歳）の二人に聞き取り調査を行った。

平成 20 年には、以下のような状況で聞き取り調査を実施した。

期日：平成 20 年 2 月 28 日

場所：宮崎カルチャーセンター

参加者数：男性 6 名（55 歳～79 歳）、女性 7 名（47 歳～76 歳）

氏名（敬称略）：嘉義　実（79 歳）・竹谷　祐春（69 歳）・宮内　和彦（64 歳）・不破　憲一（63 歳）・不破　政直（60 歳）・水島　昭二（55 歳）・水島　澄子（76 歳）・水島　カオル（74 歳）、嘉義　二三子（70 歳）・大浜　テル子（69 歳）、不破　あつ子（57 歳）、大浜　佳代子（54 歳）、水島　靖子（47 歳）

聞き取りの状況　1

聞き取りの状況　2

以下に聞き取った食材に関する生物学的な情報を先に記し、聞き取りの内容を詳しく記載した。

(1) 灰付きワカメ

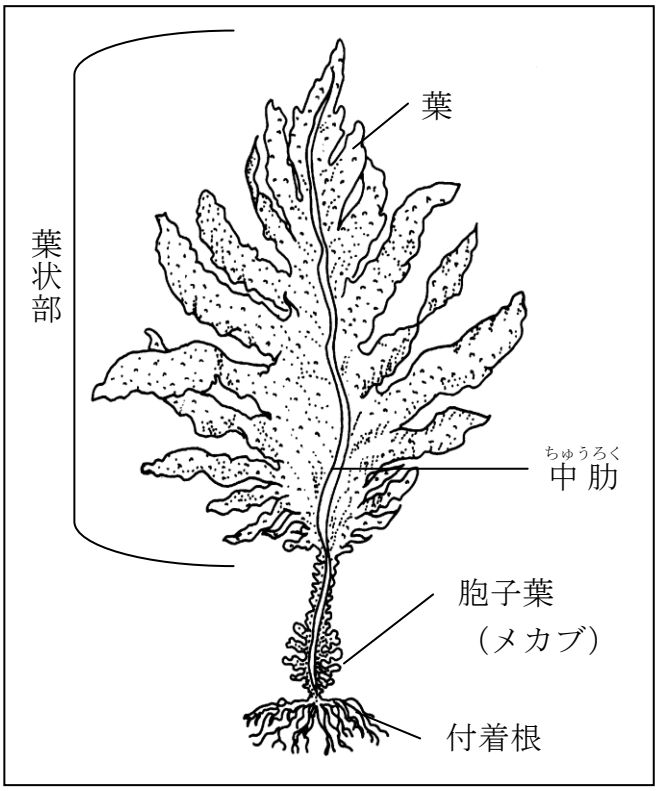
標準和名：ワカメ　*Undaria pinnatifida*

昆布と同様褐藻綱コンブ目に分類される植物で、日本列島沿岸のほぼ全域に分布する。内湾から外海域まで、水深 20m 以浅の岩礁域に生育している。冬の水温が２℃以上 14℃以下の場所に生育し、適水温は 10～20℃である。冬から春にかけて急速に成長し、夏には枯死し、流失する。1 年生植物で、配偶体世代と、胞子体世代が、交互に現れる異形世代交代型の生活環をもつ。成体は、枯死、流失する前に、俗に云う耳またはメカブと呼ばれる胞子葉から遊走子を放出する。

①ワカメの口開け

ワカメ採りは、５月 10 日以降から始めるのだが、条件が合わず５月 20 日前後になることが多い。この条件とは「潮がおだやか・濁りがない・天気がよい」の３つが決め手となる。漁を行うか否かを決めるのは漁業組合の役員で、条件が揃い漁を行えそうな当日の早朝に集まって、漁業組合長が合図の旗を掲げ「口開け」を知らせる。漁が行われるのは大抵５月いっぱいで、口開けから１番芽、２番芽、３番芽と刈り採り、ワカメの質を見て終える時期を決める。

口開けを決める条件は、潮がおだやかなこと、濁りがないこと、天気がよいこと、の３つである。(写真を参照)



参考資料：現代おさかな事典

１　潮がおだやか

２　濁りがない

３　天気がよい

②ワカメ採りは家族総出の分担作業

平成 20 年２月 28 日に行った集会の聞き取りでは、竹谷さん（69 歳）が小学校の頃、既にワカメ採りはあった。その当時からワカメ採りが行われる日は小学校が休みで、子供たちは浜へ手伝いに行ったという。灰付きワカメ作りは一家総出の分担作業で、「舟で刈りとる」「子供や女達は藁灰の用意をする」（宮崎村役場，1954）と記載されるように、現在も家族単位で加工が行われる。小学校が休校になることは、平成６年の宮崎小学校が廃校になるまで（現在は合併して、さみさと小学校）残っていた村独特の習慣であった。当時は、普段漁業に携わっていない者や、進学、出稼ぎで都会にでている者たちも村へ戻り漁に参加していた。

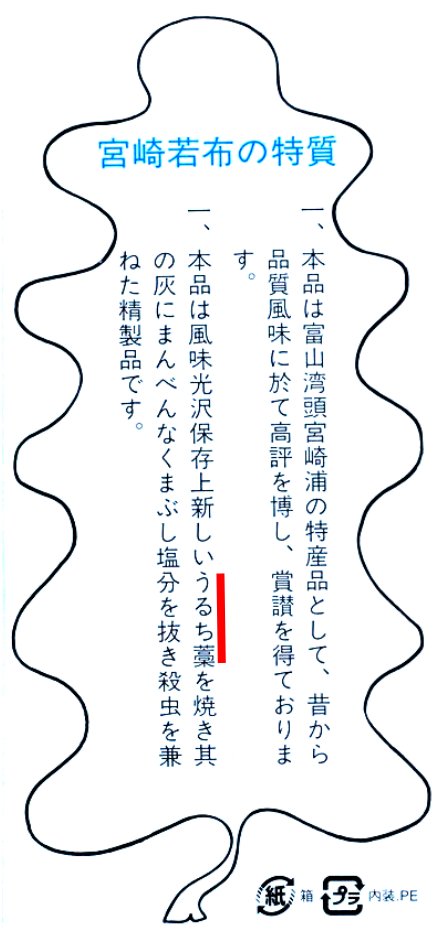
戦時中もワカメ採りは行われており、子供と老人しか村に残っていない状況下でも行われていた。

1984 年当時子供も重要な働き手であった

③灰付きワカメの作り方（過去－現在）

当時、ワカメに付ける灰は、浜で藁を積み上げ漁を行う朝から燃やしだし、その暖かい灰を付けていた。海岸では、子供や女達が用意する藁灰から立ち昇る煙が村の活気を表していた。藁灰は、完全に燃やしきらずに黒い墨の様な状態で処理する。燃やした藁はまだ火が残っている段階で、ムシロやゴザに包んで潰してから（足でふんだ）ワカメに付ける。冷たい灰でもできるが、暖かい灰のほうがワカメのアクがぬけ、よりよいものに仕上がる。

現在では、ほとんどの農家がコンバインで稲刈りをするため、灰に用いる粳米の藁の確保が困難になっている。そのため、浜で藁を燃やすことはせず、前年の稲刈り後に作っておいた藁灰を用いている。藁は、ウルゴメ（うるち米）を用いる。もち米の藁では、灰が白っぽくなってしまうため使えない。



パッケージの裏書

1984 年のワカメ干しの風景　浜は灰付きワカメの黒い絨毯で覆われている

2008 年には灰付きワカメは広い浜辺のごく一部にしか見られなくなった

④ワカメ漁から灰付きワカメの完成まで

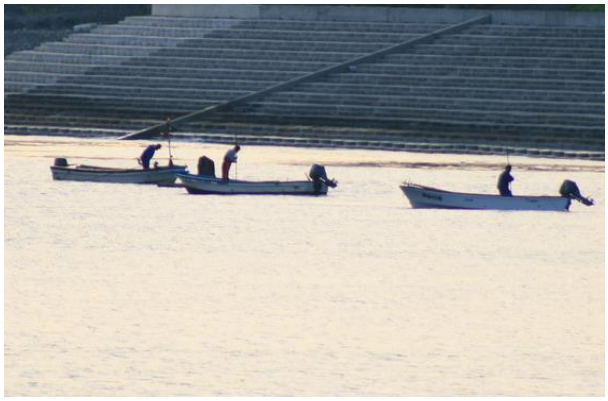
ワカメ漁は、岩礁の点在する沖に出て、船の上から「カザグルマ」と呼ばれる漁具で刈り採って行われる。カザグルマは鉄製のワカメ採り専用の漁具である。昔は木製のフォーク形のものに藁を編んだ縄をくくりワカメが滑り落ちないようにした道具を用いていた。漁は海面から２～５ｍの海底に生育するワカメを刈り採る。始めは海面近くのワカメを刈り取る。次に海底のワカメを、箱メガネを用いて採る。海底を覗くとワカメの中肋（茎）が太陽に反射し艶やかに光って見えるという。

男たちが沖で刈り捕ってきたワカメは、漁港に入らず、浜へ持ち込まれる。一度では運びきれないので、刈り取っては浜へ運ぶのを繰り返す。浜では、女たちが胞子葉（メカブ）を切りとって、大きいものは半分に裂き中肋を切り取る下準備を行う。太い中肋は硬く、口当たりが悪いのでワカメの品質を下げてしまうからだ。平成 16 年に収穫したワカメは、天候が悪く口開けが遅れてしまったため、ワカメが硬いという理由から全て焼却処分したという。このことからも品質へのこだわりが感じられる。下準備の済んだ葉状部（葉）は、丁寧に灰がまぶされ浜の砂・砂利の上に直接干す。余談だが宮崎地区

では胞子葉は昔から「メカブ」と呼ばれており、ワカメを捕りながら生でガリガリとかじっていたという。味はややえぐい（渋い？）がそれもメカブの味だと笑って語っていた。切り取ったメカブは家に持ち帰り湯がいて刻み、酢の物にして食される。

浜辺に敷き詰められたワカメは、夕方まで干され完全に乾燥させる。風が強いときはネットをかけるが、ネットを持たないうちは砂をかけてワカメが風に飛ばされないようにしたという。35 年程前は干されたワカメが浜一面を覆いつくし、干し場の場所取りでケンカになったほどだという。

ワカメを巻き採るカザグルマ



漁の風景（2008 年）

写真：採集から加工まで

長い柄のカザグルマでワカメを巻き採る

採取したワカメを船から浜に陸揚げ

灰を付ける前の下処理
葉は芯を裂いて二分割する

メカブと芯を切り取る

切り取られたメカブと芯

丁寧に灰をまぶす

砂・砂利の上に時下に置く
重ならないように並べる

灰付きワカメ干し風景
朝から夕方まで干して、完全に乾燥させる

灰をまぶし、干されたワカメ

⑤灰付きワカメの今昔

灰付きワカメの起源は定かでない。昭和 30、40 年代に灰付きワカメのほかに加工法がないものかと長崎県の島原へ視察にいった。その際、もみわかめや加熱式など加工法を見たが、採算が合わず結果的に灰付きワカメが残った。以前、ワカメがあまりにも売れるので養殖を試みた。昭和 50 年頃に市振から種を持ってきたのが最初で、種付けなどは漁師がやっていた。しかし、これも採算が合わずに定着しなかった。

100ｇ（中央）￥1000
200ｇ（左右）￥1800

灰付きワカメは、水で戻すと深い緑色になり、柔らかい口当たりと磯の香りが特徴だ。主にデパートや黒部の魚市場、富山市内の海産物を取り扱っている店も買い付けに来ていた。昔から質がよく評判もよかったが、値段は当時から横這いのため、現在は採算に合わないのが現状だ。漁に参加する者は少なく、昭和 30、40 年代には 200 隻以上が出漁していたものが平成に入ると 100 隻を割り、2008 年では僅か５隻のみとなってしまった。

⑥灰付きワカメの食べ方

Ⅰ　味噌汁

Ⅱ　刺身

Ⅲ　メカブの酢の物。メカブは灰に付けず生のまま持ち帰る。

(2) ヒメガイ

標準和名：イガイ　*Mytilus corsucus*

イガイ

ムラサキイガイ

北海道南部から九州にかけて、および朝鮮半島に分布する。潮間帯から水深20ｍまでの岩礁に足糸で付着する二枚貝である。殻長は約15 cm。殻は厚くやや膨らむ。殻表は褐色をおびた黒色で、光沢がある。

ヨーロッパ原産の外来種であるムラサキイガイに似るが、ムラサキイガイは殻が薄く成長しても殻長７cm 程である。ただし、稚貝はよく似ており、この時期に両種を見分けることは困難である。

①営利目的でないヒメガイになぜ口開けが残るのか

水産統計の記録として、明治29年「い貝」23円、明治34年「い貝」15円、宮崎海岸の動植物に軟体動物　イガイ（群生している。この貝は足糸で岩礁に固着し、俗に姫貝と称して美味、食用として珍重せられているため、一般に採取を禁じ繁殖を保護している）（宮崎村役場，1954）との記載がある。現在は、サザエ、アワビは漁獲物として扱っているが、ヒメガイは漁獲の対象ではない。ちなみに、サザエは素潜りやサザエ網で漁獲するが、サザエ網は石川県橋立で習って安定的に漁獲されるようになった。放流サザエはあまりみられないほか、トゲのあるものもないものも捕れる。サザエ網ではたくさん捕れるが不思議と資源量は減らないという。ヒメガイは、昨今の沿岸で多数見られる

ムラサキイガイに似るが、宮崎地区で食べているヒメガイは殻長が約 15cm あり、殻長 7 cm 程にしか成長しないムラサキイガイとは大きさで区別されている。また、ムラサキイガイは内湾的な環境を好むため（世界文化社，1986)、沖合いにある岩礁地周辺ではあまりみられない。

ヒメガイは減少しているのが現状で、聞き取りの集会の中でも「ヒメガイ」と聞いただけで「採りすぎている」といった意見がでた。採りすぎてしまったのは、過去に地元の者ではなく他の地区の者が採っていったからだという。「昔から禁漁なのか」という質問に、昔は決まりがなく、昭和 40、50 年頃、一時的だがカニ船漁師が漁のない時にヒメガイを採って商売にしていたことがあったという。これは商店に出荷はせず、個人売買で宮崎地区や近隣の人に売っていた。

水深約１m:岩礁の頂上で群生するイガイ

宮崎漁港内で群生するムラサキイガイ

その他、宮崎小学校生徒の行事でヒメガイを販売した時期があった。かつて表向きは採ってはいけない貝で部落の人々は暗黙の了解で、まかない程度に漁を行っていた。つまり、家族の分だけを採って食べることで、おいしい貝をむやみな乱獲から防ぐことができた。しかし、20 年程前にヒメガイを全面的に解禁としたことがあった。ヒメガイは、岸壁に複数で固着し生活している貝なので、発見すれば容易にとることができる。宮崎のヒメガイが解禁ということを聞きいれた各地の人々は、スコップなどを使って乱獲した。その結果、ヒメガイは減少してしまい、厳しく禁漁とした。

2003 年頃から、お盆の３日間（13 日・14 日・15 日）だけ地元宮崎の者のみが漁をしてもよい決まりが話し合われた。これは、禁漁による保護活動と漁師の数が減少する中、ヒメガイが増加し、貝の上に貝が付くような状態となり、間引いた方がよいのでは、という考えがあったからだ。このほか、敬老会の者に食べさせてやりたいという思いや、お盆に地元へ帰ってきた親戚に懐かしい地元の浜の味であるヒメガイを食べさせてあげたい思いから取り決められた。勿論、水揚げされ市場に並ぶことはなく、家族が食べる分しか採ることはないという。昔から暗黙の了解で漁を行ってきたが、お盆の３日間だけは地元の人間同士でも人目を気にせず漁ができるというわけである。宮崎地区の人々は、また来年も食べられるようにと、採り尽くすようなことはせず自分たちが食べられる分だけ採って食している。地区として守ってきた口開けという文化が、ヒメガイを乱

獲から防いでいる。

②ヒメガイ漁

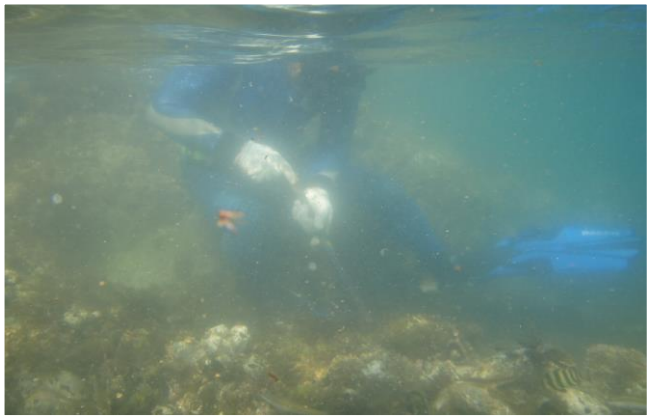
ヒメガイは、潮通しがよく外洋的な環境を好むため（世界文化社，1986)、漁場は沖合いにある岩礁地帯である。ヒスイ海岸からは、辺ノ島・中ノ島・沖ノ島の三つの岩礁　群が一望できる。ヒメガイ漁は主に中ノ島（沖合い約 500m）で行われている。島の周りには、いくつかの暗礁が点在しており、潜ってみると潮流の速い暗礁頂点部（水深１m）にのみ群生が確認でき、深部（水深約５m）では確認できない。

沖合いへ船を走らせ、中ノ島へ着くとドンベ（イカリ）を打ち込み素潜りで漁を行う。ヒメガイは足糸で岩礁に付着しているため、バールを使って剥ぎ取る。海中では、ミシミシと足糸が切れる音が響くと同時に、イシダイやホンベラなどがおこぼれにあやかろうと集まってくる。いくつか貝を剥ぎ取ったところで網に入れて船へと運びこむ。

ヒメガイ採集道具
（潜水具、網、ザル、
バールなど）

ヒメガイの漁場
右上に見えるのは中ノ島
島周辺**には暗礁が点在する**

貝と岩の間にバールを差込み、
剥ぎ取る



潮流に耐えながら漁を行う
たまったら網に入れて舟へ運ぶ

③ヒメガイの食べ方

宮崎地区では、ヒメガイを塩茹で食べている。塩茹といっても塩を入れて味付けをするわけではなく、ヒメガイが貝の中に蓄えている海水が塩味となってあらわれる。調味料などの味付けもしない。調理はいたって単純で、水を張った鍋にとれたての生きたヒメガイを丸ごといれ、茹でるだけである。茹でるときは、必ず水から茹でる。茹で上げた貝はそのまま食べることもあるし、細切りにして、きゅうりと和えて酢の物にして食べたりする。身はオレンジ色から白っぽいオレンジ色のものがあり、ほんのり甘くホクホクしてとても美味しい。

塩茹のほかには、採ってきた大きなヒメガイの周りに付いている小さなヒメガイの子貝を、シジミ汁のように吸い物にして食べる家庭もあるようだ。

茹で上がったヒメガイ

そのまま食すのが一番
細切りにしてキュウリとあえた酢の物も美味い

(3) タラ汁

標準和名：スケトウダラ（スケソウダラともいう）*Theragra chalcogramma*

スケトウダラは、北太平洋、日本海、ベーリング海、オホーツク海に広く分布する。日本海では山口県以北の沿岸、沖合に生息する。

体長 70cm に達し、水温が 10℃以下で２～５℃の海域に多い。水深 200m 前後の大陸棚やその斜面に生息する。体は細長く側扁している。マダラに似るが、スケトウダラは下顎が上顎より長いのに対し、マダラの下顎は上顎より前に出ない。

市場に並ぶスケトウダラ

①タラ汁の起源

起源ははっきりしないが、タラ場で漁を始めたときからタラ汁はあったと思われる。宮崎のタラ汁は昔からよく知られており、「藩政時代には新川郡より初鰤と共に初鱈を藩主に献上する慣例になっていた」「金沢や糸魚川などでは雛祭のお供に欠くことの出来ぬ宮崎姫鱈の名は広く知られていたらしい」などとある。また、「鱈が沢山獲れて、はけ場所に困って肥にした」と書かれるほどに、大量に獲れるタラが村を支えていた（宮崎村役場，1954）。

そもそもタラ汁はどのようにして生じたのだろうか。宮崎は、背山臨涛（背山臨海？）の地形から農業も経営され、日本の沿岸漁村の典型にもれず半農半漁の家が多い（宮崎地区郷土誌編集委員会，1993）。かつては男がタラ釣りに行っている間、女たちは農業に勤しんでいた。タラ場であるオダ山（漁場）まではおよそ１里（約４km）、山を見定め釣針にホタルイカを付けたタラ縄（200～250m 程の延縄）を下ろしてゆく。1 枚のタラ縄には約 50 本の針がフタヒロ（約３m）ごとについていて、針に餌をかけ海に放り込むのに追われる。時に指に針を刺すこともあり、慣れないうちは手が傷だらけになったという。

タラ場から舟が戻るのは正午頃で、農作業をしていた女達は鍋を浜に運び、よろ木（渚に打上げられた流木）を集めて火を焚きタラ汁の準備をする。半農半漁の家がほとんどであった当時は、昼に家に帰って昼食をとる時間をはぶくため、浜でタラ汁をおかず代わりにして食べていた。男はメンパに２食分の飯を詰め１食分は舟の上で食べて、残りは浜でタラ汁と食べた。舟が浜辺に到着すると、漁獲されたタラをその場でさばき、海水で洗って鍋へ入れる。この時代は、市販の味噌ではなく自家製の味噌を使っていたので、鍋ごとにタラ汁の味が微妙に異なっていたという。昼の浜辺は、円座になって談笑しながらタラ汁をすする光景が広がった。食事をとる円座の中には、舟揚げや網曳きを手伝った者が交じっている。村人は人手が足りないのを見ると、家族であろうと他人で

あろうと関係なく手を貸した。

富山湾では、タラの仲間はスケトウダラの他にマダラが漁獲される。しかし、タラ汁には昔からスケトウダラが使われてきた。マダラはタラ汁にしても美味くないので潮汁にして食べる。タラというと「冬の味覚」というイメージあるが、宮崎のタラ漁の漁期は３月からお盆を過ぎあたりまでで、夏には汗を拭いながらタラ汁をすすったという。かつて漁師の昼食だったものが、今では朝日町宮崎の名物観光料理となっている。

②タラの食べ方

Ⅰ　タラ汁

新鮮なタラで作ったタラ汁は身が虹色に輝き美しく、冷めても美味い
肝は特に濃厚で美味
野蛮な食べ方だが、ご飯にかけて食うと絶品
煮返すと味が落ちるので禁物

Ⅱ　タラの一本焼き（浜焼き）

一本焼きは、内臓・エラを取り出し、腹の内側に塩を少々付けて、口から尾に串を刺して焼く

Ⅲ　干ダラ

漁獲物としてはスケトウダラが多く、夏には浜辺一帯は干ダラで埋めつくされる（宮崎村役場，1954）。漁から戻るとすぐに、背開きにしたスケトウダラを塩の上にのせて、ペッタンペッタンと裏表に塩をつける。その後、直径1mほどの桶に並べ重ねて一晩寝かせ、翌日の朝に干す。浜辺を埋め尽くす干ダラは、今は昔の話でその光景はもう見られない。その理由は、宮崎浜でのスケトウダラの漁獲量が激減しているからである。その結果、タラ釣り専門の漁師もいなくなってしまった。かつて宮崎地区を潤わせていたタラも、今では魚津や新潟県の市振から購入する魚になってしまった。

干ダラ

干ダラはもざいて（ちぎって）食べる
腹側が美味

Ⅳ　食以外のタラの利用法

昔は、一本焼きで取り出した内臓も捨てずに生活に利用していた。まだ宮崎に港がなく浜に舟を上げていた時代には、タラの肝臓は船のシビル（枕木）の滑りを良くする油代わりとして船底に塗っていた。この他、肥料にするために、米のとぎ汁などと一緒にして１斗缶に溜めていた。そのため、宮崎地区全体に独特の臭いが漂っていたという。

コラム

毎年５月の春祭りになると、宮崎地区伝統の稚児舞が村を盛り立てます。稚児舞の歴史は古く、始まりは 500～600 年前といわれ、伝統芸能として親から子へと受け継がれています。私も小学校低学年の頃に、同級生たちと一緒に槍を手に踊り歩いたことを覚えています。踊りは、地区の青年団が拍子木を叩いて歌う唄に合わせて踊ります。踊っていた当時は、歌の歌詞など気にも留めず踊りを覚えるのに必死でした。踊りの練習は、本番の一ヶ月以上前から行われ繰り返し聞かされる歌声が今でも耳に残っています。本調査の聞き取りをしていると、鱈場のクリの名である「オダ山」という言葉が耳に付きました。オダ山という言葉を初めて聴いたのは、稚児舞の歌の中だったからです。鱈場の呼び名が伝統芸能の歌の歌詞に出てくるほど、タラと宮崎はひとつだったのだなと実感しました。　＜不破光大＞

稚児舞（槍踊り）

向うへ指めて行く　鱈場舟　ハキタショ
さらしの手拭い　鉢巻きで
指めて行くのは　オダ山へ
底縄　解け縄やれ　上じゃ
下じゃと　くじをこいてやる

槍踊りの歌

（参考資料：越中みやざき今昔）

(4) オイボ

標準和名：オオクチイシナギ　*Stereolepis deoderleini*

オイボはスズキ目スズキ科に分類されるイシナギまたはオオクチイシナギと呼ばれる魚のことで、成長すると全長１ｍを越し、体重も 100kg に達する。

普段は水深 400～600ｍの岩礁域にすむが、５～６月の産卵期には水深 100～200ｍの浅場へ移動する。オイボの大型個体の肝臓には多量のビタミンＡが含まれており、食べ過ぎると頭痛、皮膚の剥離といったビタミンＡ過剰症になるので、食品衛生法で肝臓は食用禁止になっている。

2008 年の口開け日に漁獲された
オイボ（20ｋｇ）

オオクチイシナギは「大口石投」と書く。体色は暗褐色だが、成魚では体全体が一様に黒褐色。幼魚には、体側に４～６条の縦帯がある。南日本から北海道にかけて分布し、北海道に特に多い。主な漁獲法は釣りである。夏が旬で、刺身が美味い。

①幻の魚「オイボ」

オイボは、オオクチイシナギの地方名で「大魚」と書き、古くは「オオイヲ」と呼んだ。釣り上げることの難しさから、宮崎では「オイボを釣ってようやく一人前の漁師」と認められる特別な魚である。かつてオイボの口開けは、６月 27 日の御絵様迎えの日としている（宮崎村役場，1954）。オイボ漁の口開けは漁業組合の役員で決められ、現在は６月の第一日曜日と定められている。これは、宮崎の漁師が減少し、ほとんどが兼業で漁を行っている為、口開けのスタートラインを揃えようと計らったものでる。2007 年までは、10 月 31 日まで解禁としていたが、2008 年には 12 月いっぱいまでと漁期を延長した。時代背景にあわせて、口開けの期間を変えている。

解禁間近になると、他の地区の者が来て漁場を荒らされぬように、漁場に網を入れて、遊漁船から漁場を守っている。オイボ漁の漁場である「ヘタノクリ」の中でも釣れるポイントは狭く限られている。2008 年の口開けの日には 26 隻の舟が参加したが、狭いクリに舟がひしめき合って見えるのが海岸からでも確認できた。

オイボは一本釣りで漁獲する。2008 年に 84ｋｇのオイボを釣り上げた不破政直さんによると、餌は主に漁を行う日の早朝に釣ったスルメイカを使う。６月の口開け時期はオ

イボの産卵期であり、普段は水深 400m 程の深海に棲んでいるオイボが水深 70m 程の暗礁にいる。オイボが針にかかると、ボガンと大きな泡が立つ独特の合図がある。力強く根に潜ろうとするオイボを巻き上げ、水深 10m を切るとドンと巨体が浮き上がってくる。

釣り上げたオイボを担ぐ

2008 年６月３日　170cm・84kg のオイボ

②オイボの食べ方

オイボの調理は刺身と酢の物が一般的である。身は刺身に、皮・腸・卵・胃は湯がいてキュウリと酢の物にする。又、骨などの残を潮汁にすることもある。飲食店で出されるような皮の煮こごりなどは、家庭では作らない。

Ⅰ　刺身

脂が多いが味にくせがなく、淡白で甘みがある

Ⅱ　皮の酢の物

キュウリのシャキシャキ感と、歯ごたえのある皮の食感が特徴

Ⅲ　残を使った潮汁

味はあっさりしており、野菜の旨みが引き出される
オイボの骨に残った身も美味い

(5) モズク

標準和名：イシモズク　*Sphaerotrichia divaricata*

褐藻綱ナガマツモ科に分類される海藻で、石の上に付着している。「石藻付く」と書く。春～夏に生育し、佐渡などでは養殖されている。食感は歯ごたえがあり美味。

採藻はワカメおよびモズクを採集したのであって、「宮崎のワカメ・モズク」として古来著名であった。モズクは乾かし又は生のままで売り出した（宮崎村役場，1954）。

波消ブロックの外側がモズクの漁場

イシモズクは、水深 7～10m前後の転石や砂利に帯状に連なって付着している。主に宮崎漁港前の波消ブロックの外側に繁茂していている。漁は 7 月 10 日頃から始まる。お盆に近づく頃になると、モズクに白い貝が付いて食べると歯ざわりが悪くなるので、それまでにはモズク漁は終わる。モズクはかつて素潜りで採っていたが、現在は機械（稲コキみたいなもの）で採っている。商品ではあるが、市場へは出荷せずとも個人でさばけてしまうという。昔は冷凍の技術が発達していなかったので塩付けにして保存していたというが、今はほとんどが冷凍保存される。

イシモズクとは別にイワモズク（ボウノリ？）という長い番線のようなモズクがあり、モズク漁のはしりに割りと高値で売れる。漁は５月からだが、ワカメ採りが終わりしだいに始まるので、５月末からになるという。イワモズクは宮崎漁港から西へ向かって笹川までの岩礁地帯で採れる。昔から生えていたが宮崎地区では利用してこなかった。10 年程前から採り始めたもので、イシモズクに比べて漁の歴史は浅い。

イシモズク漁を撮影する為、聞き取りを行った。しかし、2008 年２月 24 日に富山湾を襲った高波（寄り回り波）でモズクの漁場が荒れ、今年の夏は、生育していないという。聞き取り取材の際にモズク酢をご馳走していただいたが、宮崎で漁獲したものではなく、市振産のものであった。

2008 年２月に宮崎を襲った寄り回り波

おわりに

今回、文献資料として調査した各市町村誌（史）には、水産業としての漁獲物と加工品が記録されているが、魚食文化のような民俗学的な情報は少なかった。また、その他の文献などの情報も限られていたので、年配者や関係者からの聞取り調査を重点的に行った。

調査を通して感じたことは、村の急速な過疎化の深刻さである。また、漁業従事者も高齢化しており、漁業そのものが消失する可能性があるので、今回の聞き取り調査で収集した情報が今後貴重なものになると思われる。

今回の聞取り調査にあたり、多くの方のご協力をいただいた。さらに、宮崎地区の伝統的魚食文化レシピ作成に当たっては実際に採集や調理もしていただいた。重ねて御礼申し上げる。

下記に協力者のご芳名を記して、感謝の意を表したい。

記

スリカマボコ：大黒富子（魚津市）
弁慶蝦・珊瑚蝦：木下義則・㈱ハリタ冷蔵（魚津市）
イナダ：立野　豊・立野圓子・立野三郎商店（射水市）
宮崎地区食文化：岩谷堅一・水島胤昭・嘉義　実・竹谷祐春・宮内和彦・不破憲一・不破政直・水島昭二・水島澄子・水島カオル・嘉義二三子・大浜テル子・不破あつ子・大浜佳代子・水島靖子（朝日町）　（順不同・敬称略）

３ヵ年の調査を終えても、まだまだ調査すべき伝統的な魚食文化が多く残されており、今後の課題としたい。

一方で、聞取り対象者の高齢化や地区の過疎化などにより伝統が急速に失われてきている現状において、今回の調査報告は重要なものと考えている。

今後、多くの方々に富山の伝統的魚食文化に興味を持っていただければ嬉しい。

なお、巻末に宮崎地区の伝統的魚食のレシピを掲載した。食卓を豊かにするための参考にしていただければ幸いである。

最後に富山伝統的食文化研究会の会員名を記す。

役職等	氏名
会長	田中　晋
事務局長（兼）会計	稲村　修
監事	小境　卓治
会員	川上　美子
〃	塩田明弘
〃	不破光大

参考文献

１）富山県内　県・市町村史（誌）

宮崎村役場（1954）：舟と石垣の村ー宮崎村の歴史と生活.

宮崎地区郷土誌編集委員会（1993）：越中みやざき今昔.

朝日町役場（1984）：朝日町誌　自然編.

朝日町役場（1984）：朝日町誌　文化編.

入善町役場（1967）：入善町誌.

黒部市役所（1964）：黒部市史.

魚津町役場（1910）：魚津町誌.

魚津市役所（1952）：魚津市史　下巻　近代のひかり.

魚津市役所（1952）：魚津市史　下巻　現代のあゆみ.

滑川市役所（1985）：滑川市史　通史編.

富山市役所（1987）：富山市史　通史　上巻.

富山市役所（1987）：富山市史　通史　下巻.

婦中町役場（1996）：婦中町史　通史編.

新湊市役所（1992）：新湊市史.

庄川町役場（2002）：庄川町史.

福岡町役場（2004）：福岡町史　続編.

福野町役場（1964）：福野町史.

井波町役場（1970）：井波町史　上巻.

氷見市役所（1963）：氷見市史.

富山県（1982）：富山県史　資料編Ⅶ.

２）富山県内　その他

朝日新聞社編（1985）：郷土料理とおいしい旅 10　新潟・富山・石川・福井，朝日新聞社.

朝日町教育センター　野外教育研究会・調査員会（1983）：朝日町の自然と文化，朝日町教育センター.

北日本新聞社（1994）：富山大百科事典　上・下，北日本新聞社.

重杉俊雄（1955）：神通川誌，富山漁業協同組合.

富山県（1909）：越中史料　第２巻，富山県.

富山県食品研究所（2002）：とやまの水産加工品，富山県水産加工業協同組合連合会.

長井真隆・布村　昇（1984）：とやまの味再発見　食卓の自然史，北日本新聞出版部.

日本の食生活全集　富山　編集委員会（1989）：日本食生活全集 16　聞き書　富山の食事，農村漁村文化協会.

農文協編集（2006）：伝承写真館　日本の食文化⑥　北陸，農村漁村文化協会.

樋口清之・田辺聖子・渡辺文雄監修（1978）：味のふるさと 14　富山の味，角川書店.

氷見市教育委員会（1997）：氷見のさかな，氷見市教育委員会.
読売新聞富山支局編（2008）：富山なぞ食探検，桂書房.

３）全国

粟屋　充（1985）：魚の旨い食べ方　旨い店・食いしん坊釣師が公開する秘蔵ノート，大和出版.
今田浩次（1996）：コージ漁師を食う，週刊釣りサンデー.
岩井　保（2002）：旬の魚はなぜうまい，岩波新書.
英川省造（1964）：魚名考，甲南出版社.
川嶋康男（1999）：さかな街道　日本海をゆく，中央公論社．北吉洋一（1995）：旬の食べ歩き 12 カ月，晶文社出版.
川那部浩哉（2000）：魚々食紀　古来、日本人は魚をどう食べてきたか，平凡社新書.
小泉武夫（2002）：日本の味と世界の味，岩波現代文庫.
小泉武夫（2004）：食の世界遺産　日本編，講談社.
講談社編（2004）：旬の食材　冬の魚，講談社.
斎藤潤（2006）：旬の魚を食べ歩く，光文社新書.
篠田統（1970）：すしの本，柴田書店.
瀬川清子（2001）：食生活の歴史，講談社学術文庫.
高田　宏（1992）：日本海繁盛記，岩波新書.
長崎福三（1994）：肉食文化と魚食文化，農村漁村文化協会.
長崎福三（1981）：魚食の民－日本民族と魚，講談社学術文庫.
野村祐三（2005）：旬の地魚料理づくし，講談社.
原田信男編（2004）：日本ビジュアル生活史　江戸の料理と食生活，小学館.
樋口清之・田辺聖子・渡辺文雄監修（1978）：味のふるさと７　金沢・能登の味，角川書店.
樋口清之・田辺聖子・渡辺文雄監修（1978）：味のふるさと 16　岐阜の味，角川書店.
三輪勝利監修（1983）：水産加工品総覧，㈱光琳.
向笠千恵子（2003）：日本の食材　おいしい旅，集英社新書.
森枝卓士（1998）：日本食紀，中央公論社.
守田良子監修（1985）：加賀・能登　おばあちゃんの味ごのみ，能登印刷出版部
吉川誠次・大堀恭良（2002）：日本・食の歴史地図，ＮＨＫ出版.

４）図鑑・辞典

阿部宗明・本間保彦監修（(1997)：現代おさかな辞典　漁場から食卓まで，NTS.
世界文化社（1986）：決定版　生物大図鑑.
多紀保彦・武田正倫・近江卓ほか監修（1999）：食材魚貝大百科１　エビ・カニ＋魚類，平凡社.
多紀保彦・武田正倫・近江卓監修（1999）：食材魚貝大百科２　貝類＋魚類，平凡社.

多紀保彦・武田正倫・近江卓監修（2000）：食材魚貝大百科３　イカ・タコ類ほか＋魚類，平凡社.
多紀保彦・武田正倫・近江卓監修（2000）：食材魚貝大百科４　海藻類＋魚類＋海獣類ほか，平凡社.
津田　武美（1990）：原色日本海魚類図鑑，桂書房.
成瀬宇平・神崎宣武監修（(2008)：食材図典Ⅲ　地産食材篇，小学館.
能勢幸雄監修（1989）：魚の辞典，東京堂出版.
望月賢二監修（2005）：図説　魚と貝の辞典，柏書房.

５）その他

井田徹治（2005）：サバがトロより高くなる日－危機に立つ世界の漁業資源，講談社現代新書.

附 録

宮崎地区の伝統的魚食文化レシピ

１．灰付きワカメの食べ方・・・・・・・・・・・・・・（１）
　　下準備
　(1) 味噌汁
　(2) 刺身
　(3) メカブの酢の物
２．ヒメガイの食べ方・・・・・・・・・・・・・・・・・（５）
　　塩茹
３．タラの食べ方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・（６）
　(1) タラ汁
　(2) タラの一本焼き（浜焼き）
　(3) 干ダラ
４．オイボの食べ方・・・・・・・・・・・・・・・・・・（８）
　(1) 刺身
　(2) 皮の酢の物
　(3) 残を使った潮汁
５．モズクの食べ方・・・・・・・・・・・・・・・・・・（９）
　　酢の物

１．灰付きワカメの食べ方

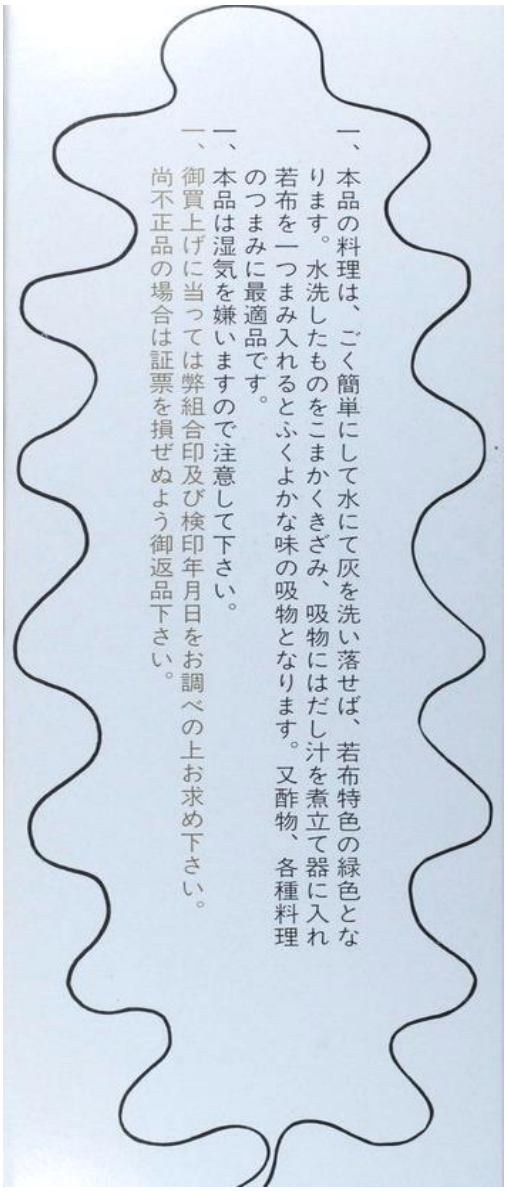
下準備

①ワカメが柔らかくなるまで真水につける

材料：宮崎の灰付きワカメ

②ザルに入れて灰を綺麗に洗い流す

③包丁で叩くように刻む



パッケージ記載

一、本品の料理は、ごく簡単にして水にて灰を洗い落せば、若布特色の緑色となります。水洗したものをこまかくきざみ、吸物にはだし汁を煮立て器に入れ若布を一つまみ入れるとふくよかな味の吸物となります。又酢物、各種料理のつまみに最適品です。

一、本品は湿気を嫌いますので注意して下さい。

一、御買上げに当っては弊組合印及び検印年月日をお調べの上お求め下さい。尚不正品の場合は証票を損ぜぬよう御返品下さい。

(1) 味噌汁

材料（４人前）
・灰付きワカメ一つまみ
・ダシ
・味噌

〈作り方〉

①お椀 4 杯分の沸騰したお湯にダシと味噌を入れる

②出来上がった味噌汁に下準備３のワカメをパッとのせて出来上がり
※煮るとせっかくの香りが飛んでしまう

イカの白子や豆腐と食べると美味い
磯の香りが食欲をそそる

(2) 刺身

材料
・灰付きワカメのみ

〈作り方〉
下準備②のワカメをさっと湯がいて、食べやすい大きさに刻み、生姜醤油でいただく

(3) メカブの酢の物

材料
・メカブ
・塩
・酢
・砂糖
・味噌または醤油、塩

〈作り方〉

①水を入れた鍋に塩を少々加え火にかける

② 沸騰したらメカブをさっと湯通しする（湯に入れると茶色から鮮やかな緑色に変わる）

③酢・砂糖・味噌を混ぜる（味噌の代わりに塩や醤油でもよい）

④茎からメカブの葉を削ぎ落として、粘り気が出るまで包丁で刻んだものと③をあわせて出来上がり

２．ヒメガイの食べ方

塩茹

〈作り方〉

①水を張った鍋に貝を入れて加熱する

②沸騰したら茹で上がり

③味付けはしない
貝に含まれる海水の塩味のみ

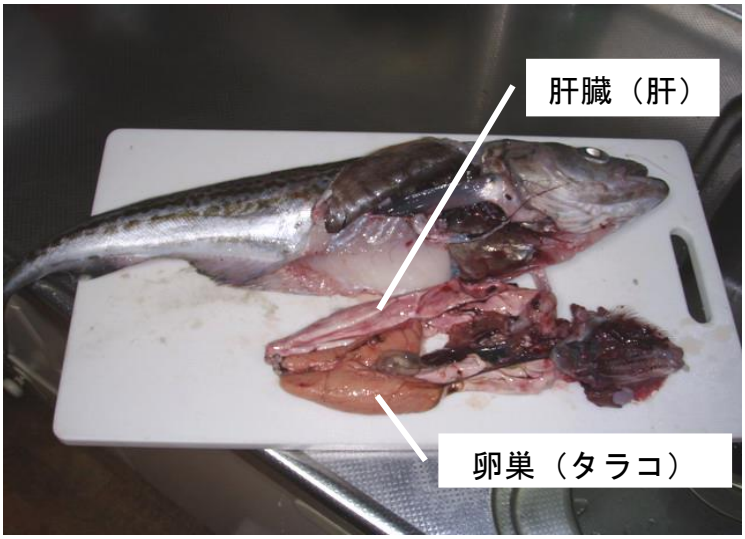
④そのまま食すのが一番
細切りにしてきゅうりの酢の物とあえも美味い

３．タラの食べ方

タラ汁

材料（４人前）
・スケトウダラ　１尾
・味噌
・好みでゴボウやネギ

〈作り方〉



①タラの下準備をする。
・内臓を取り出して肝臓と生殖腺（精巣・卵巣）を取り分ける

②骨ごと、ぶつ切りにする
※完全に切り落とさず、つながった状態にする

③鍋に水をドンブリ４杯分（約２ℓ）
入れて火にかける

④沸騰したら、タラ・肝臓・生殖
腺を鍋に入れる
※水からタラをいれてしまうと身
が煮崩れる

⑤味噌を入れて出来上がり

※ 肝も美味いが、頭が美味
眼の周りや、ほほ肉が秀逸

好みでささがきにしたゴボウやネギを入れる。ゴボウを入れると臭みが抜ける。聞き取り調査では、沸騰したお湯に味噌を入れてからタラを入れると聞いたが、今回作り方の取材を行った不破あつ子さんは沸騰したお湯にタラを入れてから味噌を入れていた。

４．オイボの食べ方

皮の酢の物

材料
- オイボの皮
- キュウリ
- 酢
- 砂糖
- 味噌（塩又は醤油も可）
- 生姜

湯がいてウロコがとれたオイボの皮

皮を湯がきウロコをとり細く刻む
薄切りにしたキュウリと混ぜて、酢・砂糖・味噌で味を調えて出来上がり
すりおろした生姜を加えるとさらに美味い

５．モズクの食べ方

ほとんど酢の物でいただくが、味噌汁もある。味噌汁にする場合は、さっと湯通ししたモズクを食べやすい大きさに切り、御椀に盛り付け味噌汁を上から注いで出来上がり。

モズクの酢の物

材料（４人前）
- モズク（一掴み）
- 酢　大サジ５杯
- 砂糖　大サジ１杯
- 味噌　大サジ山盛り１杯

（作り方）

①沸騰したお湯に塩を少々入れる

②モズクを入れて再沸騰したらザルに移して湯切する

③酢・砂糖・味噌（塩又は醤油も可）で味付けをする

④食べやすいようにモズクを刻む

⑤ボールにモズクと③を入れ粘り気が
出るまで混ぜて出来上がり

※見た目はよくないが味噌仕立てが
おすすめ

田中　晋監修
富山伝統的食文化研究会発行
平成 21 年３月 31 日発行
頒布価格－700 円－