

豊かな食の里 庄内  
地域づくりの新レシピ

7

# 庄内浜文化伝道師

Shonai Beach Culture Evangelist

庄内の味を象徴する  
豊かな海の恵み  
浜文化をもっと身近に

日本海に面した庄内浜では、年間で約130種類もの魚介類が水揚げされ、四季折々の地魚を楽しむことができる。しかし近年、消費者の食生活の変化などにより、家庭で魚をさばいたり、魚料理を作ったり食べる機会が減っているのが実情だ。

庄内では昔から「浜のアバ」と呼ばれる女性たちがリヤカーを引いて街へ行商し、対面販売を行って、魚のおいしい食べ方を伝えてきた。しかし近年、高齢化や新規認定の廃止などで、アバは減少の一途をたどっている。

このような浜文化伝承の衰退を防ぎ、さらには地魚の消費拡大につなげようと、山形県は平成19年度に浜文化の伝え手となる人への認定制度を発足した。それが「庄内浜文化伝道師」である。

伝道師になるには、筆記試験と調理実技試験に合格する必要がある。受験者は料理人



12月下旬、由良での岩のり摘みの様子

Supported by 庄内広域行政組合



料理・宿 坂本屋  
庄内浜文化伝道師協会長  
庄内浜文化伝道師マイスター  
**石塚亮さん**(左)  
Ishizuka Ryo

坂本屋名物「海坂膳」に代表されるように、食を地域の文化的資産として発信。伝道師の活動としては「見て・聞いて・食べる、つくり料理教室」を実施し、好評を博した。

山形県庄内総合支庁  
産業経済部水産課  
**遠藤浩幸さん**(右)  
Endo Hiroyuki

事務局担当。「漁師のまかない魚」(低利用魚)の普及や、料理教室のコーディネートなどを手がける。「伝道師の知名度の向上と、役割を明確にすることを今は目指しています」。



ノロゲンゲ、スルメイカなど地元食材を使った商品を開発。

県では低利用魚を「漁師のまかない魚」と名づけ、伝道師の「鶴渡幸」総料理長、須田剛史さんに商品開発を依頼。



認定試験は事前に庄内の漁業や魚の特徴、文化、衛生面についての授業があり、その内容をもとに筆記と実技テストを実施。

庄内日報に連載された「庄内浜のあば・悲哀と快活と歴史」をまとめた1冊。あばたちの姿が時代を物語る。「庄内浜のあば」 粕谷昭二・著(東北出版企画)

伝道師の目的は、広く一般に魚の生態や料理方法を伝え、魚食普及を図ること。



魚市場の仲買人、スーパーの水産物担当者、主婦と幅広く、これまでに219名が合格(平成24年度)。そのほか魚食普及に長く貢献している12名を「マイスター」に任命している。

**知られざる美味しい地魚「漁師のまかない魚」の新たな価値創造**

発足から6年間の活動の中で話題となったのが「低利用魚」の活用だ。低利用魚とは、味は漁師のお墨付きだが、漁獲量が少なく見た目が劣るため市場にはほとんど出回らない魚のこと。この知名度のない魚をどうPRするか。県ではそうした魚種を「漁師のまかない魚」と名づけ、事務局の遠藤浩幸さんは平成21年、日本料理店「鶴渡幸」の総料理長で伝道師の須田剛史料理長に、「ノロゲンゲ」を使った商品開発を依頼。翌年「庄内フィッシュバーガー」が完成すると、生協 共立社(本部・鶴岡市宝田)で販売され人気を呼んだ。ほかにも庄内DEクラブと組んでキャンペーンを展開。その活動が実を結

海は古来、私たちの暮らしと共にあり、庄内に魚食の文化をもたらしました。その基盤である水産資源、海洋環境保全に親しむ「全国豊かな海づくり大会」が平成28年に庄内浜で開催されることとなり、浜文化の伝承、発信する人々の存在はますます重要なものとなっています。



び、ノロゲングの市場価格が高まったという。

庄内フィッシュバーガーを共同開発・販売した生協共立社は、全社で伝道師認定を推奨している。一谷正さんらが率先して社内で勉強会を行い、現在は各店舗の鮮魚コーナーなどで40人余りの伝道師が活躍。店内にのぼりを立て、鮮魚の販売普及に力を注いでいる。「価値の低いマイナー魚を漁業の土台に載せたい。そのためには我々も料理を学んでどんどん変わっていかないと」。生協組合員対象の料理教室も「スーパールの裏側」が見られるとあって大好評だ。

### 魚を食べてほしい その一心でつながる 庄内発、伝道の環

より多くの人に魚に親しんでもらうためには、まず食べ方を知ってもらうことがカギとなる。その点で、料理教室は伝道師の腕の見せどころといえるだろう。

3年前にNPO法人「食の玉手箱」を設立し、高齢者と子ども向けの食育活動を行っ

めに何をすることが財産になる」と話すのは、「庄内浜文化伝道師協会」会長の石塚亮さんだ。協会は平成22年、伝道師間の連携と、技術・知識の向上を図るために設立された。「伝道師の取り組みそのものが庄内浜のブランドになれば」と、石塚さんは未知の可能性に期待を寄せる。

### 日本海に育まれた 庄内の魚食文化を 未来の子どもたちへ

庄内には、魚をおいしく味わう食文化がある。そうした魚食文化の形成には、アバに象徴される浜の女性たちの存在も大きいだろう。遠藤政子さんから県漁協女性部では、10

多様な魚介のもとに、さまざまな分野の人たちが共通目的でこうして集う。これが庄内というブランドになれば。



生活協同組合 共立社  
齊藤健一さん、一谷正さん、鈴木登さん  
Saito Kenichi & Ichitani Tadashi & Suzuki Noboru

地域の生協組合員を対象とした「地魚料理教室」では、コミセンなどで魚のさばき方や料理法を伝授。調理のノウハウに、魚の知識をまじえ、定番料理にアイデアを加えたレシピを紹介。



さばきながら部位を説明し、スモークサーモン、クリーム煮など全5品を紹介。軽快な語り口でわかりやすく解説。

11月29日、松陵コミセンでの教室のテーマは「秋鮭」。



特定非営利活動法人 食の玉手箱  
理事長 佐藤憲三さん、秋子さん  
Sato Kenzou & Akiko

「自分の畑の野菜にひと手間加えただけで“開けてびっくり玉手箱”そんなハイカラごっつおになる」。憲三さんは伝道師二期生。ご主人のすすめで認定を受けた秋さんは「何よりうれしいのは子どもたちの笑顔を見られること」。



天真幼稚園での食育教室。生鮭の解体実演も、子どもたちは興味津々の様子。「鮭のホイル包み蒸し」を作って佐藤さんたちと一緒に会食。この日は、酒田調理師学校同窓会長を務める憲三さんの呼びかけで、酒調伝道師メンバーが勢ぞろい。



山形県漁業協同組合 女性部  
部長 遠藤政子さん、由良支部の皆さん  
(庄内浜文化伝道師マイスター)  
Endo Masako

岩のり摘みは浜の女性の仕事。摘み取り、洗い、乾燥と手間ひまをかけてできあがる岩のりは食感も香りも抜群。摘み取りは1月半ばまで続く。「海で自然に育った魚や浜に伝わる味を知ってほしい」と遠藤さん。



宮城県石巻市や山元町、気仙沼市などで10数回にわたり炊き出しを実施。電気が通っていない地域では車のライトで照らして調理を行ったそう。

### 庄内浜文化伝道師 オリジナルレシピ

魚種ごとに活用できるレシピは、綴じ穴付きで保存にも重宝。郷土料理からアレンジおかず、おつまみまで、誰かに作ってあげたくなるレシピばかり。イカ、秋鮭、ハタハタが入手可。

#### 設置場所

生協 共立社各店  
主婦の店各店



レシピの一部をご覧になりたい方は  
庄内浜のポータルサイト  
<http://dendoshi.shonai-hama.net/>  
「伝道師のハイパーレシピ」でチェック。

取材・文＝鞍貫明子  
編集・撮影＝Cradle編集部  
写真提供＝庄内浜文化伝道師事務局

### Infomation 庄内浜文化伝道師 直伝 「寒鱈汁」の作りかた

この冬は、本格的なプロの味にチャレンジ!  
伝道師協会会長の石塚さんから「寒鱈の  
どんがら汁」を教えてくださいました。

#### ポイント

- どんがら汁なので身は入れない
- 調味料は味噌のみ

### 鱈のうま味を味わいつくす 浜のお汁をぜひご家庭で



#### <材料> 4~5人分

- 鱈1匹分のどんがら(アラ) ※4~5キロ程度のオスあぶらわた(肝臓)
- たつ(白子)
- 岩のり/セリ お好みの量
- 赤味噌 適宜(味をみながら調整)
- 水 どんがらの量の3~4倍

#### <つくり方>

1. どんがらは大きめの一口大に、あぶらわた、たつは一口大に切る。
2. 鍋にどんがらの3~4倍の水を入れて沸騰させ、あぶらわたを入れて強火でよく煮る。
3. 2にどんがらを加えて強火のまま**10分**間煮る。この時アクを丁寧に取り除くことで魚の生臭みがなくなる。
4. 3に味噌を溶き入れ、味を調える。
5. 火を止めて、最後にたつを入れる。たつは湯通しする程度でOK。
6. 温めておいたどんぶりに、どんがら、あぶらわた、たつの順に盛り付け、汁を注ぐ。岩のりと刻んだセリをのせてできあがり。

年ほど前から魚食普及を目的に、加工品開発や料理教室などを行ってきた。「本当においしい旬の時期を知ってもらえたら、もっと魚になじんでもらえるかなって。求めやすい値段の魚を使って、作りやすい調理法を伝えることが大切。家族みんなで喜んで魚を食べてもらうことが望みです」。家族を思う食の知恵と工夫に富むお母さんたち。こうした人々が伝道師であることも頼もしいことといえる。事務局の遠藤さんは「伝道師の活躍の場を作り、知名度を高めていくことが目下の目標」と語る。人と地域を豊かにしようとする取り組みは、今後さらに広がっていくだろう。