

遊佐町地域おこし協力隊制作

2016 / 04

おいしくナットク 遊佐の食

009

別冊 広報ゆざ

ゆざのみ

特集

漬ける



遊佐の風土と

漬ける文化

山あり・川あり・海ありと、恵まれた自然環境の中にある遊佐町。それらが生み出す食材は多種多様です。今回のゆざのみでは、そんな遊佐町の風土だからこそ生まれた「漬ける文化」を探ります。

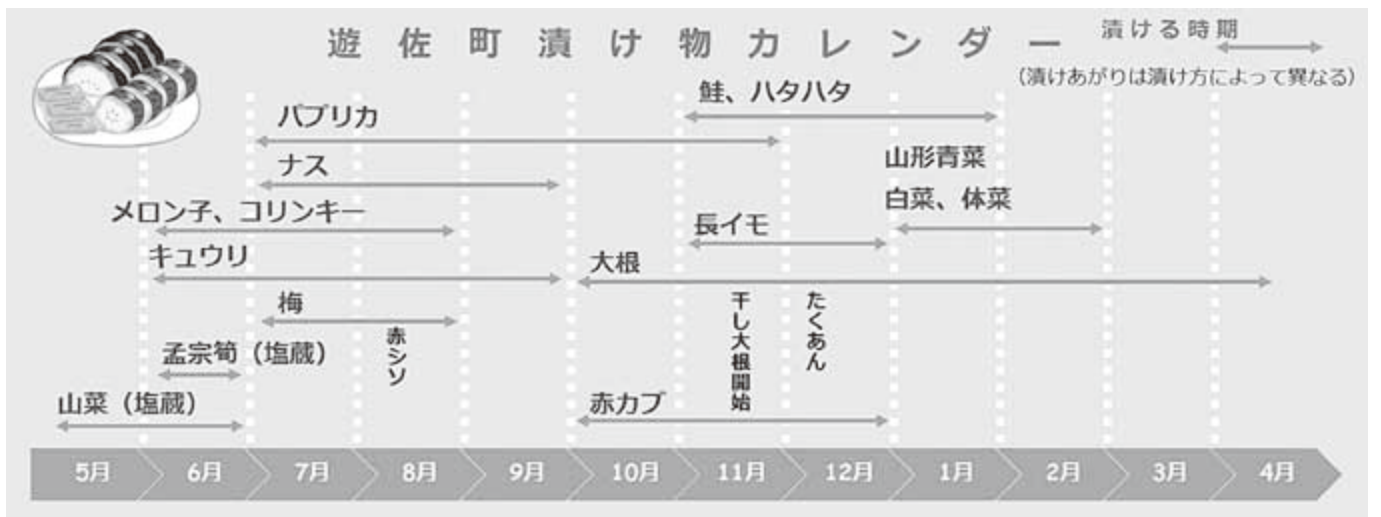
魅力を見つける！

遊佐町には、その存在自体が当たり前すぎて、そのものの魅力に気づきにくいことが多々あります。「漬け物」もその1つであるということに気づかされた出来事がありました。

以前、田舎への移住を希望している方を対象とした遊佐町体験ツアーが開催された際、昼食として、山形の秋の風物詩「芋煮」や「新米の塩むすび」、「漬け物」で参加者をおもてなしました。皆さんの箸が進むにつれて、あちこちから漬け物がいっぱい、おいしいとの喜びの声がたくさん聞こえたのです。

漬け物は食事の主役というよりは脇役のような存在です。しかし、遊佐の漬け物はまるで主役であるかのように、ツアー参加者にほめたたえられました。漬け物は、全国各地どこでも作られ、食べられており、それほど大きな違いなどないように思われます。

遊佐町の漬け物の何がそんなに魅力的だったのでしょうか。



あらゆるものを漬ける。



「漬け物」と一口でいっても、その種類は様々です。『ひまわりの会』(道の駅鳥海ふらっと農産物直売所)で漬け物加工を行っているメンバー

にその種類をあげてもらうと、大根漬けだけでも醤油・甘酢・紅花・酒粕・辛子・焼酎漬け、たくあんと7種類もありました。その他にも山形青菜、体菜、白菜、キュウリ、ナス、メロン子(摘果メロン)など、漬ける

食材だけでも豊富です。さらに、漬けこむ材料、漬ける方法の違いでできあがる、漬け物の数に驚きます。漬ける方法には、風土も影響しま

す。関東で親しまれる「糠漬け」は、遊佐では馴染みがありません。その理由の1つは、手に入る食材が豊富

であること。都会では、野菜を店で買い、少量だけ漬けますが、遊佐では漬けるといったら一度にどっさり。

また、糠床の管理に手間もかかるため、遊佐の風土には向いていなかったこともあり。さらに、この漬ける方法の違いが味の違いも生み出

します。「糠漬けは砂糖を使わない。その味に慣れた都会の人は、遊佐の漬け物を『甘い』と言う」と、ひま

わりの会の菅原道子さん(鹿野沢)はいます。

また、5月ごろになると山ではわらび、ぜんまいなどの山菜、孟宗筍が採れます。ひまわりの会会長斎藤津和子さん(南山)はこれらを大量の塩で漬ける「塩蔵」も行っています。遊佐の冬や正月料理に塩蔵わらびは欠かせません。

10月には、川に鮭が上ってきます。鮭の味噌粕漬けは、遊佐を離れて都会で暮らす人たちにとって、故郷の遊佐を思い出す、ふるさとの味。鮭の味噌粕漬けは、主に遠く離れて暮らす家族や親戚にいなかの味を食べさせたくて、おばあちゃんたちが作り、送り続けてきたものだそうです。

海の食材も漬けます。例えば今では漁獲量が減ってしまったハタハタですが、昔は箱で売るほど獲れていました。焼いたハタハタを瓶の中で醤油タレに漬け、縁の下の涼しいところに埋めておき、食べる分だけ取り出していた時代もありました。

自然環境に恵まれた遊佐町だからこそ、あらゆるものを漬ける文化が今日まで育まれてきたのです。

道の駅鳥海ふらっとの農産物直売所の漬け物コーナーには旬の漬け物が1年を通して並んでいる



遊佐のでづづけ

遊佐の昔ながらの漬け物をたずねたところ、「でづづけ」とひまわりの会副会長の菅原紘さん(樽川)。「でづづけ」とは干し大根を塩と砂糖を混ぜたこぬか(米ぬか)で漬けた「大根のこぬか漬け」のこと。いわゆる「たくあん」です。

遊佐のでづづけは、歯ごたえがあります。干した大根と生のままで漬ける大根漬は、その歯ごたえが全



遊佐の方言「でづづけ」は「だいこんづけ」が訛ったもの

く違います。砂丘地で大根を生産し、それを漬け物に加工している加藤ちゑさんと高橋礼子さん(服部興野)、伊原ひとみさん(白木)は「遊佐のでづづけは材料として使っている大根が、他の地域との違いをだしているのだと思う。砂地の大根はおいしい」といいます。遊佐町の西部、日本海沿岸に位置する砂丘地では、干し大根用の品種が生産されています。根身が細めで、首部も細く色が白い、干し上がりやすいという特徴があります。加工用ですが、生で食べても甘味があるおいしい大根です。

大根を干す作業は11月ごろに始まります。12月になり、直売所にも干し大根が並ぶようになると、山形県の内陸部やお隣秋田県からもその干し大根を目当てに多くのお客さんがやってきます。それは、日本海から吹く冷たい浜風が、良質な干し大根を作ることに向いているから。内陸の気候では遊佐の干し大根のようなしんなりとした状態にはなりません。



おいしさに定評のある遊佐の干し大根

大根は採れる季節や育てる砂丘地の場所によっても、味や色の付き具合も違うことがあるといいます。直売所のお客さんに、自分たちが漬けているのと同じ漬け材料の分量を教えてください。同じような味にならないと言われてるそうです。ひまわりの会の皆さんは材料に使用する大根の生育条件によって、できあがる漬け物の味が変わることを考慮し、これまでの経験と技術で分量、漬け方を調整し、自分の味の漬け物を作り出しています。

「高齢になり、大根を干すのも、重い漬け物石を持ちあげるのも大変。

でも、みんなに美味しいと言ってもらえるのがやりがい。88歳のお祝いをするまで続ける！」と加藤さんは笑顔で宣言してくれました。

遊佐町に根付く「でづづけ文化」の背景には「砂丘地」と「気候」という風土があるということを知りました。また、この取材の際、遊佐のでづづけをぜひ伝えていきたいと「でづづけ教室」を若い人対象に開こうという話で盛り上がりました。干し大根の並べ方にコツがあるそうです。遊佐町で、長く受け継がれてきた郷土食「でづづけ」を、皆さんも受け継いでみませんか？

漬け始めは40~50kgの重しが必要とのこと。漬け物は体力勝負



食材に付加価値を付ける。

「漬け物は付加価値づくりだ」と加藤さんは言います。皆さんの本業は農家です。しかし、作った野菜の中には、見栄えが良くないために市場に出すことができない農作物も少なからず出てきます。野菜そのものの味は良いのに捨ててしまうのはもったいないことです。皆さんはそれらの農作物に様々な味や食感、保存性を高めるなどの付加価値を付け、



お話しをうかがった、漬け物加工をしているひまわりの会メンバー。左より齋藤津和子さん、高橋礼子さん、伊原ひとみさん、加藤ちよ子さん



食材を余すことなく利用するための方法として、漬け物加工を行っているのです。

「私たちの漬け物は保存料などの添加物は一切入れていない。それが一番の自慢」と齋藤さん。保存性を高めるためには、酢や焼酎、辛子粉などを使っています。

また、漬け物の材料に使う食材の良さも、遊佐の漬け物のおいしさに大いに関係していると、皆さんはいます。もともと遊佐産の野菜は生のままでも味に定評があります。その食材へ、さらに付加価値を付けた漬け物。冒頭で述べたツアー参加者が気づくことができ、町民が気づくことができないう遊佐の漬け物の魅力の秘密は、遊佐の食材の良さによるところが大きいようです。

漬け物は時代に合わせて進化しています。「以前は漬け物というご飯のお供という感じだったが、今はおつまみ感覚のところがある」と、高橋さん。昔

は冷蔵庫がなかったので、保存のために塩でしっかりと漬けられていました。そのため、しょっぱくて漬け物だけで食べるというようなことはしませんでした。しかし、健康のために減塩と言われる時代、また、どこの家庭にも冷蔵庫がある時代となった今、漬け物は単なる保存食ではなく、それだけで食べてもおいしい漬け物へと進化しています。

その一方で、希少となつてしまった漬け物もあります。「家で味噌を作る機会がなくなつた今、真っ黒になるくらい古い味噌が手に入らなくなり、遊佐では味噌漬けを見かけなくなった」と菅原さん。

しかし、ひまわりの会の皆さんは時代の変化に柔軟に対応し、前向き

進化しつづける

に漬け物作りを続けています。仲間との情報交換、講習会への参加も怠りません。また、近年遊佐で生産されるようになったパプリカ

やコリンキー(サラダカボチャ)、カリフラワーなど新しい野菜の漬け物への挑戦も積極的です。漬け方も欧米の漬け方である、酸味の強いピクルスにしてみました、まさしく遊佐の野菜に付加価値を付けて、豊富な遊佐の食材を余すことなく利用しています。

これまで、漬け物は保存食としてのイメージが強くありましたが、今回の取材を通し、土地の風土と漬ける文化には密接な関わりがあるのだということに気づくことができました。遊佐町には、単なる食材の保存方法に留まらず、豊かな自然環境が生み出す様々な食材を、余すことなく食べきるための知恵としての漬ける文化がありました。

協力隊って何してるの？

～活動紹介～

後藤 真樹 異文化交流の先にみえるもの

異文化に触れることで気づいた日本や地元の良さという、自身の経験から、町の方にも異文化に触れてもらい、地元を見つめ直して欲しいと考えています。1月には、庄内5市町在住の外国出身者を対象とした日本語スピーチコンテストにおいて、3年連続で遊佐町からの出場者が優秀賞を受賞したため、祝賀会をかねた交流パーティーを開催しました。町内在住の外国出身者の方々は、町での暮らしを楽しんでいるので、ぜひ、そのことも知っていただきたいです。2月には、庄内の食材(真鱈、パプリカ、米)を使ったブラジル料理教室を開催。今年も様々な異文化交流イベントを企画しますので、ぜひご参加ください。



ブラジル料理教室にて。みなさんブラジルを代表するお菓子ブリガデイロを丸めるのに一生懸命

福岡 要 イメージを湧かせるお手伝い

今回は、あまり目立たない「情報発信」のご紹介です。たとえば、チラシに写真があるのとないのとでは、湧いてくるイメージはまったく異なってきますよね。

「情報発信」の一つとして、地味な仕事ですが「写真の提供」があります。私もこれまで情報誌・チラシ・カタログ・テレビと様々な媒体に提供してきました。今回掲載した鳥海山の写真も、ご覧になった方がいらっしゃるかと思います。さて、何に使われた写真でしょうか？使われている冊子が分かった方、こっそり福岡まで教えていただければ答えあわせしますよ！正解者には粗品もあるかも！



実際に使用されている際にはトリミングしているので、見つけるのは少し難しいかも？

坪沼 雪人 謝辞

～遊佐での暮らし 第二楽章へ～

3月いっぱい任期満了まで、予想していたとおりあっという間の3年間でした。そして、とても中身の濃い3年間でもありました。私たち家族をあたたかく迎え入れてくださり、様々な場面でお誘いやお声がけをいただいてきた遊佐町の皆さんの、明るくおらかな気質には本当に助けられました。とくに、担当させていただいた広野集落の方々には、ご迷惑をおかけしたことも多々あったと思いますが、農作業中心にいろいろな仕事で要請をいただき、ともに汗を流して働いたことに大変感謝しています。これからも遊佐町の協力隊初の定住者(家族)として地域の皆様にお世話になります。湧水や自然に惚れて移住を決めた初心を忘れず、この素晴らしい環境を子どもたちの世代につないでいく「生き方」を模索し、実現していきたいと考えています。ありがとうございました。



前回のゆざのみ8号:特集「川の鮭」の中で記載に間違いがございました。P9 最下段 誤)洗沢川:佐藤喜巳夫さん 正)高瀬川:佐藤喜巳夫さん となります。お詫びして訂正いたします。

「岩や石の公園」や「地質公園」だと 思っていますか？

多くの人が、「ジオパークは岩と石の公園」だと思っっているようです。それは、ジオパーク（ジオロジ（地質学）と捉え「地質公園」と訳されたり、地質・地形の専門家が活躍していたり、岩や石の写真が大きく取り上げられたりするからだと思えます。

しかし、日本ジオパークの認定審査を行う日本ジオパーク委員会はこう説明します。「（ジオパークの）対象は地質だけではなく、地形や、人間の働きかけによって生まれた、棚田や考古・歴史遺跡のような文化景观、あるいは特異な地形・地質の上に成立した生態系や植生なども含む幅広い概念である」と。ジオパーク（ジオサイエンス（地球科学）なのです。鳥海山・飛鳥ジオパーク構想も、一部の岩石ではなく、鳥海山と飛鳥、そして日本海を主役に「日本海と大地がつくる水と命の循環」というテーマから始まりました。

日常生活の中に地球科学を

とは言っても、地球科学の分野を何も無いところから想像することは、

簡単ではないと思います。だから、身近なものから地球科学へのつながりを連想してみませんか。

たとえば、遊佐町の野菜の多くは庄内平野や庄内砂丘でつくられています。野菜をつくるのは、人の手と土、水、空気など。遊佐の土は主に鳥海山から噴出した溶岩でできていて、それが川や風に運ばれて細くなったものです。水は鳥海山に降った雨や雪で、地表に落ちた後、山体の内部、岩石の間を時間をかけて流れていきます。その時間は20年以上とも言われています。土と水に深く関わる岩石は、かつてはドロドロの溶岩でした。そして、その溶岩は一回の噴火でつくられたものではありません。数箇所でききた1万回近い噴火活動が遊佐の土をつくったのです。

このように、一個の野菜ができる背後には壮大なジオストーリーがあります。人の営みと地形・地質との結びつきを紐解くことにジオパークのおもしろさがあります。



遊佐町の ジオサイト候補地 ～食とのつながり～

左上写真／稲刈り時の庄内平野、
左下／天然イワガキが育つ日本海、
右／スイカ畑が広がる庄内砂丘



私たちは鳥海山がもたらす資源を活用して、たくさんの恵みを受けています。庄内砂丘では、水はけの良い土壌を好むメロンやスイカがつけられています。沿岸では、天然のイワガキがたくさん獲れます。科学的には解明されていませんが、海底湧水が、大きくて美味しいイワガキを育てていると言われてます。

島貫陽 活動紹介

出前授業を実施しました！

藤崎小学校で11月、全3回の出前授業を実施しました。各回「ジオパーク」「鳥海山の溶岩と岩石、湧水」「庄内砂丘と日本海、漂着ゴミ」という内容で解説し、写真や実物標本、模型などを使ったり、ワークショップを挟んだりして、わかりやすい授業をめざしました。

ジオパークについて調べよう！参考図書の巻
林信太郎著・川野郁代イラスト「ジオパークへ行こう！」小峰書店[※]
尾池和夫・加藤碩一・渡辺真人「日本のジオパーク」ナカニシヤ出版
世界のジオパーク編集委員会、JGN共編『世界のジオパーク』オーム社
[※]町立図書館でご覧いただけます。



ひと手間つける ～漬け物料理～

時代の変化によって、食べる機会が少なくなってしまう料理があります。今回紹介する料理も、そんな郷土料理の一つです。昔懐かしい味を久しぶりに作ってみませんか？

古漬けは
たくあん漬けをしている方に
譲っていただきましょう。

塩漬け菜っ葉の煮びたし

新鮮な菜っ葉とは一味違った風味あり



材料

体菜塩漬け(または山形青菜塩漬け)…400g
薄揚げ…2枚
ニンジン…中 1/2本 (80g)
シイタケ…3個 (50g)
砂糖…大さじ1
みりん…大さじ2
酒…大さじ3
だし醤油…大さじ4
サラダ油…適量

★ポイント: 塩を完全には抜かないこと!!
ほんのり塩気を残す

1. <塩抜き処理>

- ・大きい鍋に水を張り、体菜の塩漬けを入れ、火にかける。
- ・沸騰しないように火加減を調整しながら10分程度煮、ザルにあける。
- ・水を張ったボールに、一度煮た体菜を浸け、数時間ごとに水を取り替え、1晩以上置く。
- ・体菜の塩気が少し残る程度まで塩が抜けたら、水をきり、食べやすい大きさに切る。

2. ニンジンとシイタケを短冊切りにする。薄揚げは油ぬきし、短冊切りにする。

3. 鍋にサラダ油をしき、2のニンジン、シイタケを炒める。1の体菜を加え、最後に2の薄揚げを入れ炒める。

4. 全体に油が回ったら、砂糖、みりん、酒、だし醤油を加えて混ぜ合わせる。

5. 3分程弱火で煮ればできあがり!!

古漬けたくあんの炒め煮

かつお風味が食欲をそそる一品



材料

たくあんの古漬け…1本 (350g)
ごま油…大さじ1
赤唐辛子…2本
砂糖…適量
みりん…適量
酒…大さじ2
醤油…大さじ1
かつお節…5g

古漬けとは…
長い間漬けてある漬物。
味が濃くなっている。

1. <塩抜き処理>

- ・たくあんの古漬けを食べやすい大きさに切る。
- ・大きい鍋に湯をたっぷり沸かし、切った大根を入れる。
- ・10分程煮て、ほんのり塩気★が残るくらいまで、そのまま数時間置いておく。塩が抜けたら、ザルにあけ水をきる。

2. 鍋にごま油と輪切りにした唐辛子を入れ、火にかける。1の大根を加え炒める。

3. よく炒めたら、砂糖、みりん、酒、醤油を加え、混ぜ合わせる。汁気がなくなるくらいまで煮る。

4. 火を止め、かつお節を全体にまぶして完成!!!

※古漬けが手に入らないときは、普通のたくあんを使用し、1.で煮た後の放置時間を短くする。