

文化庁『令和5年度「食文化ストーリー」創出・発信モデル事業』

海の京都・若狭湾沿岸地域のサバ食文化

—郷土料理「ばらずし」ほかの担い手のわざ継承・
魅力発信事業（調査研究）調査報告書—



京都府立丹後郷土資料館
令和6年3月

文化庁『令和5年度「食文化ストーリー」創出・発信モデル事業』

海の京都・若狭湾沿岸地域のサバ食文化

－郷土料理「ばらずし」ほかの担い手のわざ継承・
魅力発信事業（調査研究）調査報告書－

京都府立丹後郷土資料館
令和6年3月

はじめに

近年、この地域で継承されてきた食文化は、その魅力をさまざまな視点から、掘り起こされ発信されています。平成30年には、日本遺産「300年を紡ぐ絹が織り成す丹後ちりめん回廊」の構成文化財として「丹後ばらずし」が追加認定されました。この「ばらずし」の主要な具材である蒲鉾のうち、舞鶴市産のものは、平成18年に地域団体商標が取得され、「舞鶴かまぼこ」として独特のわざを保持していることが認められ、その魅力が発信されています。また、平成27年に認定された福井県小浜市の日本遺産「海と都をつなぐ若狭の往来文化遺産群～御食国（みけつくに）若狭と鯖街道～」の構成文化財には、市の無形文化財（工芸技術）「へしこ、なれずしの製作技法」があり、広く知られるものとなりました。

さらに、農林水産省のウェブサイト「うちの郷土料理～次世代に伝えたい大切な味～」では、京都府の郷土料理として、「へしこ」「ばらずし」「さばずし」が取り上げられています。「へしこ」は、福井県にもみられ、若狭湾沿岸地域全域に共通する食文化となっていることがわかります。

当館では、昨年度、文化庁の博物館機能強化推進事業「Innovate MUSEUM」事業の採択を得て、「丹後ばらずし」の魅力発信事業を実施しました。この中のアンケート調査では、地域の方々の「丹後ばらずし」へのこだわりを感じさせる回答を多くの方々からいただきました。このような経過を踏まえ、今回の調査を実施することとなりました。

なお、本調査の実施にあたっては、様々な関係団体・個人事業主、学識経験者、文化庁をはじめ関係機関の皆様から、多大な御協力をいただきましたこと、深く御礼申し上げます。

令和6年3月

京都府立丹後郷土資料館
館長 岸岡 貴英

目 次

1. 調査概要	1
(1) 調査組織・体制	1
(2) 調査対象地域	1
(3) 調査目的・計画	2
① 着手準備・基礎資料調査・調査専門家会議	2
② 基礎調査（アンケート調査）	2
③ 聞き取り調査及び現地調査	3
2. 調査成果	3
(1) 日本海・若狭湾沿岸地域の伝統的なさば食文化	3
(2) 日本海・若狭湾沿岸のさばの漁獲と流通	7
① 若狭湾、京都府沖合海面の特徴、漁法・漁獲量の推移	7
② 特色ある流通形態—伊根町の事例—（広域市場経済との分離）	9
③ 漁獲・流通・消費の一体化などによる漁業現場や流通の変化	10
④ 遠隔地流通の現状（ノルウェーさばの流通）	11
(3) 特色ある郷土料理の生産・流通・継承の形態	12
3-1. 丹後ばらずし～丹後の事例から～	12
3-2. 浜焼きさばと醤油干し～若狭小浜の事例から～	13
3-3. さばのへしこ～若狭小浜の事例から～	17
3-4. かまぼこ～舞鶴かまぼこを例に～	21
3. 総括	22
4. おわりに 郷土料理の変遷と継承～加賀押しずしと丹後ばらずしを例に～	24
5. 参考データ	27

凡 例

1. 本書は、京都府が文化庁の補助を得て実施した令和5年度文化芸術振興費補助金「食文化ストーリー」創出・発信モデル事業「海の京都・若狭湾沿岸地域のサバ食文化—郷土料理「ばらずし」ほかの担い手のわざ継承・魅力発信事業」調査報告書である。
2. 本書に掲載した地図、表の出典の記載が必要なものについては、各挿図のキャプションに記した。
3. 写真は、所有者の許可を得た上で掲載した。出典の記載が必要なものについては、写真のキャプションに記した。
4. 調査概要は事務局が担当し、その他の項の執筆者については、各項の文頭に記した。
5. 本文における魚の名称の表記は、魚種を示す場合はカタカナで、固有名詞に使われている場合は固有名称で、それ以外の場合はひらがなで表記している。

1. 調査概要

(1) 調査組織・体制

調査主体	京都府立丹後郷土資料館（事務局）
調査指導	文化庁 参事官（生活文化連携担当） 大石和男文化財調査官（食文化部門）
調査専門家会議	海の京都・若狭湾沿岸地域のサバ食文化－郷土料理「ばらずし」ほかの 担い手のわざ調査専門家会議
委員	佐藤 洋一郎 ふじのくに地球環境史ミュージアム 館長 井谷 匡志 京都府水産振興事業団 専務理事 辻 義雄 舞鶴かまぼこ協同組合 専務理事 小山 元孝 福知山公立大学地域経営学部 教授
専門調査員	川股 寛享 福井県小浜市文化観光課 主査 中村 均司 元京都大学東南アジア研究所特任教授 築地 正 NPO法人日本料理アカデミー正会員
協力機関	宮津市、与謝野町、伊根町、京丹後市、舞鶴市、京都府丹後広域振興局 京都府丹後教育局、京都府中丹広域振興局、京都府中丹教育局

アンケート等調査協力機関・団体・者は以下のとおり

(株)青木水産、(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、海の京都DMO、お食事処兵四楼、(有)川又商店、
京丹後市観光公社、京丹後塾、京都府立海洋高校、京都府漁業協同組合（本所・伊根
支所・宮津支所）、(公財)京都府水産事業団、京都府立清新高校、京都府総合教育セ
ンター北部研修所、京都府立宮津天橋高校、(株)SEA CRAFT、世屋蔵、(株)加悦ファーマ
ーズライス、朽木屋、(株)小谷常、(株)崎田商事、(株)さとう、清輝楼、(学)大和学園、丹後
わくわくスポットきらめき、富山県南砺市五箇山民俗館、(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、福井県立図書館、福井県立若狭高校、(株)
福井缶詰、福知山公立大学、舞鶴かまぼこ協同組合、舞鶴地方史研究会、三宅商店、
宮津商工会議所、民宿佐助、(有)森廣商店、(株)やまいち、(有)料亭ふみや

(2) 調査対象地域

若狭湾沿岸とは、現在の京都府北部の京丹後市・伊根町・宮津市・与謝野町・舞鶴市と
福井県若狭地域の市町村が該当する。この調査では、その食文化の広がりをも明らかにするた
め、西側に位置する兵庫県北部と福井県全域かつ石川県と富山県の一部まで、広げて調査対
象とした。なお、旧国名で示す地域では、主に但馬、丹後、若狭、越前、加賀、能登、越中の
地域にあたる。

(3) 調査目的・計画

①着手準備・基礎資料調査・調査専門家会議

地域のさば食文化の担い手としては、これまでの調査から、漁業者（漁業組合・団体）とその研究機関（行政を含む）、輸入・流通販売の商社や仲卸業者、食品加工業者、ホテル・レストラン・旅館などの料理人・調理師、主婦層、食文化の継承をめざす団体等の作り手、そして地域の消費者層が考えられた。

また、今回のアンケート調査は、回答内容が地域や場所により大きく相違する点が課題と考えられた。たとえば、観光地でアンケートをすると、その地域の実態というより、さまざまな交流の状況が結果に反映される可能性が高くなる。一方、日常の交流範囲が限られる沿岸部の漁村や山間の農村などでは、ほぼ類似した生産基盤をもつ世帯の回答で占められる可能性が高い。

そのため、基礎調査ではある程度広範囲の地域に居住する者の実態を把握し、比較検討するため、水産物の集積拠点といえる兵庫県香美町香住や石川県金沢市、福井県福井市等の居住者をターゲットとして実施した。また、石川県能登地域からの回答も得られることとなったため、隣接する富山県の状況も把握できるように進めた。

基礎資料調査は、さまざまな文献調査を実施するとともに、令和5年8月22日には舞鶴産の蒲鉾の生産・継承にかかわる聞き取りを行った。第1回調査専門家会議は9月7日に開催。調査目的、最近の主な調査研究とその視点、調査対象の現況と担い手の取り組み、調査手法、アンケートについて、指導を得て調査を実施した。

その後、アンケート調査や聞き取り調査、現地調査を実施する中で、必要に応じ委員による指導と調査専門員の協力を得た。予定されていた現地調査終了後、令和6年1月31日に、第2回調査専門家会議を開催。各調査成果を総括し、それを発信するパンフレットや調査報告書作成に向けた方針を確定させた。

②基礎調査（アンケート調査）

さば食文化にかかる郷土料理のアンケートでは、大正の終わりと昭和の初めころの食生活を再現した農山漁村文化協会の調査成果を基礎とした。対象としたのは、旧国名区分（当時の名称）で、兵庫県の但馬（香住町）、丹波（篠山町）、京都府の洛北（京都市上賀茂）、丹波（京北町）、丹後（大江町・久美浜町）、若狭（上中町・美浜町）、越前（越前町・坂井町・勝山市・大野市）、加賀（津幡町湊端・松任市坊丸町）において聞き取りをされた郷土料理である。

調査項目としては、さばの生産・流通や担い手のこだわりを明らかにするため、若狭湾沿岸とその周辺で、現在よく食べられている料理（食べなれた料理）とその頻度・購入場所・目的・食べる場所・最も惹かれる点・苦手な点を取りあげた。

アンケート調査は、令和5年10月28日～令和6年1月31日の期間実施し、940名の方から回答を得た。アンケートにご協力いただいた団体は京都府関係機関を中心に約50件である。その内訳は、資料館の来館者、食のイベントの参加者、丹後、中丹地域の市町村及び関係の団体に加え、兵庫県美方郡香美町教育委員会、小浜市、石川県教育委員会、石川県立歴史博物館、富山県五箇山民俗館などからなる。

③ 聞き取り調査及び現地調査

聞き取り調査は、郷土料理「へしこ」の食品加工業者を中心に、その生産技術や担い手のこだわり等の把握を目的として実施した。さらに、さばの水揚げ、地域の特徴ある郷土料理である「浜焼きさば」や「焼きさばずし」に加え、糠や酢の生産、塩分の濃度など関連する分野にも対象を広げその実態の把握に努めた。また、現地調査は、漁港の水揚げ状況や「へしこ」の製造、市場のセリ、料理店における「浜焼きさば」の製造など、事業者の協力を得て写真等の撮影を行った。

2. 調査成果

(1) 日本海・若狭湾沿岸地域の伝統的なさば食文化

(京都府立丹後郷土資料館 館長 岸岡 貴英)

① 基礎資料について

若狭湾沿岸とその周辺地域にかかわる食文化の近年の主な調査研究には、福井県小浜市無形文化財「へしこ・なれずしの製作技法」の調査、京丹後市が市史編さん事業に伴い平成18～23年の6カ年にわたり市内39カ所で実施した衣食住の聞き取り調査、林紀代美（金沢大学准教授）氏が家計調査月報に基づく統計データの検討から水産物購入における地域的な偏りを指摘した調査研究、小浜市による令和3・4年の「若狭小浜小鯛ささ漬」の調査、一般社団法人能登半島広域観光協会による能登における発酵食文化（なれずし・かぶらずし）の調査などがみられる。

なお、個別の調査研究には、水産物の生産と流通、地域の郷土料理の担い手の技術、塩分濃度の分析等さまざまな視点があり、それぞれ地域の食文化を考える重要な視点といえる。

② アンケート結果

回答者数940名のうち、内訳は丹後379名（主に10代～70代）、若狭221名（小浜市、主に20代～70代）、加賀117名（主に40代～70代）と続く。その他は越前46名（福井市）¹、但馬29名（香住区）、能登26名（主に輪島市）、越中17名（南砺市）となり、やや少ない。これらを踏まえると、この成果は、丹後地域と小浜市を中心とした若狭地域、加賀地域の20代～70代の食嗜好・食文化を比較できる資料になると考えられる。なお、「丹後ばらずし」については、別途、令和4年度に丹後管内を中心にアンケート調査を実施している。

「食べなれた料理」の有効回答数から地域の比較をすると、丹後では「丹後ばらずし」が30%をしめ、「へしこ」「醤油炊き」「棒ずし」「焼きさばずし」は10%代となり、「干物」が続く。この地域では丹後ばらずしの突出が目立つのが特色である。

小浜を中心とした若狭地域では、15～20%の間で「醤油干し」「浜焼きさば」「へしこ」と続き、10%前後に「焼きさばずし」「棒ずし」、その後「醤油炊き」となる。さばを使った多様な郷土料理・加工食品がみられ、中でも「浜焼きさば」「さばの醤油干し」はこの地域の特色といえる²。

¹ 福井県福井市でのアンケート調査については、小浜市の協力によるものである。

² 『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—』パンフレット（京都府立丹後資料館 令和6年）参照

加賀では、「押しずし」が全体の30%を占め、その他、多いものから10~8%前後に「棒ずし」「焼きさばずし」「干物」「にぎりずし」「かぶらずし」と続く。押しずしの突出が目立つ中、若狭湾沿岸地域との食文化との違いが明確となっている。

その他、有効回答数が少ないながらも、越中（南砺市）の「かぶらずし³」「干物」、能登の「干物」「かぶらずし」が上位にある点は、加賀地域の食文化と深くかかわると考えられる。同様に、但馬（主に香住区）において、「醤油炊き」「へしこ」「棒ずし」が上位にある点は、若狭湾沿岸地域の食文化と類似する傾向と考えられる。一方で、回答数が少ないながらも「さば汁」がみられる点は、若狭湾や北陸とは違った食文化を示唆するものといえる。

若狭湾沿岸地域（丹後・若狭）で共通するものとしては、「へしこ」「醤油炊き」「干物」「棒ずし」「焼きさばずし」がみられる。中でも近年これらの地域における食嗜好として顕著なのが「焼きさばずし」である。子供の頃はあまり食べていなかったが、大人になって食べるようになった人が多い結果といえる。

また、「棒ずし」は、加賀、能登、越前、若狭、丹後、但馬において一定数みられ、幅広い範囲の食文化として定着している。一方「へしこ」は、若狭、丹後を中心とした食文化といえる。

③聞き取り調査・現地調査について

基礎調査を踏まえ、若狭湾沿岸地域に共通して広がる「へしこ」の原料となるさばの水揚げ・加工生産・流通・消費について、関係者に聞き取り調査を行った（表1のとおり）。

定置網漁等によるこの地域のさばの水揚げは少量で、へしこの製造者の多くのは、ノルウェーから輸入されたタイセイヨウサバを使っているが、国産のマサバを使うところもある。ノルウェーさばは、その品質管理により、定時・定量に調達でき、脂の乗りがよいことから、「へしこ」の生産に不可欠な原材料となっている。

へしこの製造・販売業者は、兵庫県美方郡香美町香住区、福井県の小浜市、三方郡美浜町、京都府内では京丹後市丹後町、伊根町伊根、宮津市、舞鶴市において確認した。業態は、個人、協同組合、水産加工・食品販売業者等さまざまで、規模も個人、2~3名(家族及び団体)、5~10名(食品販売業者)などに分かれる。事業や施設の規模は出荷量と深くかわる。

へしこは、その歴史をさかのぼると海浜部集落における塩と糠を利用した発酵技術を応用した魚の保存食である。その生産は各地で継承発展してきた発酵食品をつくる技術（漬物をつけるわざ）をもとに、独自に工夫して特色のある製品として仕上げている。

原材料のさば、食塩、米糠、赤唐辛子は各地で共通しており、ほかに加えるものは製造者により多種多様である。ほとんどなにも加えないところもあれば、米麴、醤油、焼酎、酒粕、砂糖、みりん粕などの調味料を加えるところもある。特にへしこの塩分量は商品の成分表（食品 100g 当たりの食塩相当量）によると 3.8g~13.2g と製造者により違いが明らかである。身の大きさは、頭から尾まで1尾もしくは片身（片身の場合は頭は落とすことが多い）にして漬けることが多く、最初に塩に漬ける工程でその形状がきめられる。原材料の糠に違いがみられ、地域ごとに調達する傾向がある（表2参照）。

加工の時期に関しては、冬に、樽、桶、もしくは大型の容器を使って漬けこむ製造者が多いが、商品を提供する時期や方法、想定する食べ方により、製造の手法はさまざまである。漬けこむ時期や期間もかなり多様化している。それは完成した「へしこ」についた糠の色の違いにも表れている。その技術は、職人の知識・経験によるところが大きく、手法も大きく違う。

³（越中）富山県南砺市の食文化「かぶらずし」については、京都学・歴彩館館長 金田章裕氏からご教示を得た。

【表 1 基礎資料調査・詳細調査の経過】

日 時	調査対象団体・個人名	場 所
令和5年8月22日	舞鶴かまぼこ協同組合	舞鶴市下安久
令和5年9月7日	第 1 回調査専門家会議	
令和5年9月12日	(株)SEA CRAFT	京丹後市丹後町
令和5年9月20日	(株)伊根浦漁業	伊根町平田
令和5年10月27日	(株)野木源	京丹後市丹後町
令和5年10月29日	(株)小谷常	京丹後市網野町
令和5年11月6日	京都府漁業協同組合（伊根支所）	伊根町平田
令和5年11月7日	(有)料亭ふみや	宮津市島崎
	京都府漁業協同組合	舞鶴市下安久
令和5年11月9日	(株)にしがき	京丹後市大宮町
	(株)やまいち	宮津市溝尻
	お食事処兵四楼	伊根町平田
令和5年11月10日	浜文商店	宮津市漁師
令和5年11月15日	(株)飯尾醸造	宮津市小田宿野
	(有)川又商店	舞鶴市上安久
令和5年11月16日	(株)さとう	福知山市多保市
令和5年11月17日	(株)崎田商事	舞鶴市竹屋
令和5年11月30日	民宿佐助	福井県小浜市田島
令和5年12月1日	朽木屋	福井県小浜市小浜
令和5年12月1日	(株)福井缶詰	福井県小浜市川崎
令和5年12月1日	元小学校教諭	福井県小浜市
令和5年12月13日	三宅商店	宮津市漁師
令和5年12月21日	(株)青木水産	舞鶴市西吉原
令和5年12月24日	上野陽一（陽洋丸）	宮津市上司
令和5年12月26日	世屋蔵	宮津市下世屋
令和6年1月17日	京都府漁業協同組合（伊根支所）	伊根町平田
	(株)伊根浦漁業	伊根町平田
令和6年1月18日	京都府漁業協同組合（宮津支所）	宮津市鶴賀
令和6年1月19日	旨いもんや笑ら	兵庫県香美町香住区
	(有)森廣商店	
令和6年1月23日	(株)千鳥苑	福井県美浜町坂尻
	福井県へしこ研究者	福井県小浜市
令和6年1月26日	清輝楼	宮津市魚屋
令和6年1月30日	第 2 回調査専門家会議	

【表 2 各地のへしこの食品表示の一例 令和 6 年 2 月時点】

原材料名	内容量	調理方法	食塩相当量 (100gあたり)	地域
鯖（ノルウェー産）、糠、食塩、 日本酒、米麹、唐辛子	1 尾	そのまま、軽く焼く。	6.9g	宮津
鯖（ノルウェー産）、米糠、食塩	1 尾	そのまま焦げ目がつく程度に焼く	3.8g	宮津
鯖（ノルウェー産）、米麹、 米ぬか、塩、唐辛子	片身 1 枚	魚についている糠を軽く落とします（水洗いは不可）。 適当な大きさに切り、さっと軽く焼く	6.8g	宮津
鯖（ノルウェー産）、米ぬか、 食塩、唐辛子	片身 2 枚	糠は洗い落とさず、適当な大きさに切り、弱火で 3～4 分など、鯖の両面をじっくり焼く	4.2g	丹後
さば（ノルウェー産）、塩、米糠	1 尾	糠をつけたまま、片身を 5～6 切れに切り、軽く焼く。	9.6g	丹後
さば(ノルウェー産)食塩、米糠、 醤油(小麦・大豆を含む)、焼酎、 酒粕、唐辛子/調味料、保存料	300g	米ぬかを洗わず、電子レンジで 10～20 秒温める（糠は お好み）。刺身の場合、米糠は洗い落とし、身をうすく 切り、うすくそぎ切りにした大根をはさみレモン汁を かける。	7.78g	若狭
鯖（ノルウェー産）、食塩、糠、 唐辛子	1 本	糠を粗く落して弱火で焼く。完全に火を通さないことが ポイント。糠をよく落とし、水洗いし、薄くスライス	11.9g	若狭
さば（ノルウェー産）、糠、 食塩、粕、唐辛子、	1 枚	糠を軽く払い、炙る（レンジも可）。水洗いをして 薄皮をむき、骨を取り薄切りにして生のままで。	11.18g	若狭
さば（ノルウェー産）、食塩、糠、 砂糖、みりん粕、みりん、酵母 エキス、発酵調味料、唐辛子	1 尾	さばについている糠を軽く落とし、表面に少し焦げ目が つく程度に焼く	7.4 g	香住
さば（ノルウェー産）、米糠、 食塩、唐辛子	1 本	糠を軽く落とし、焦げ目がつく程度に焼く。	9.6g	香住
さば(国産)、米ぬか、食塩、 醤油、米糀、赤唐辛子	1 枚	糠をふき取り、薄くスライスして、糠が少しついたまま 焼く。	13.2g	加賀
さば（石川県産）、米糠、食塩、 糀、魚汁、唐辛子	1 尾	糠をとり、そのまま又は、かるく焼いてうすくスライス	11.2g	加賀

※本表は、調査比較検討のため、食品の表示から原材料・調理方法の一部を抜粋したものである。

(2) 日本海・若狭湾沿岸のさばの漁獲と流通

(公益財団法人 京都府水産振興事業団 専務理事 井谷 匡志)

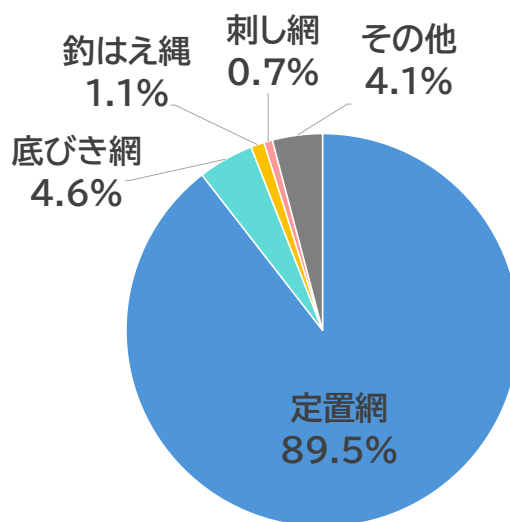
① 若狭湾、京都府沖合海面の特徴、漁法・漁獲量⁴の推移

京都府から福井県にかけての海岸や沖合は変化に富んでおり、丹後半島や大浦半島などの起伏に富んだリアス式海岸や舞鶴湾、小浜湾などの波の穏やかな内湾、また、沖合の白石礁、げんたつせ玄達瀬などの天然礁など多様な環境を有している。

また、その海は南からの温かい対馬暖流と深層の冷たい日本海固有水の影響を受けるため多様な生物をはぐくみ、500種類ほどの魚介類が生息するといわれている。この恵まれた特長をいかし、定置網、底びき網など各地で様々な漁業が営まれており、サワラ、ブリ、サバ、ズワイガニなど季節ごとに様々な魚介類が水揚げ⁵されている。

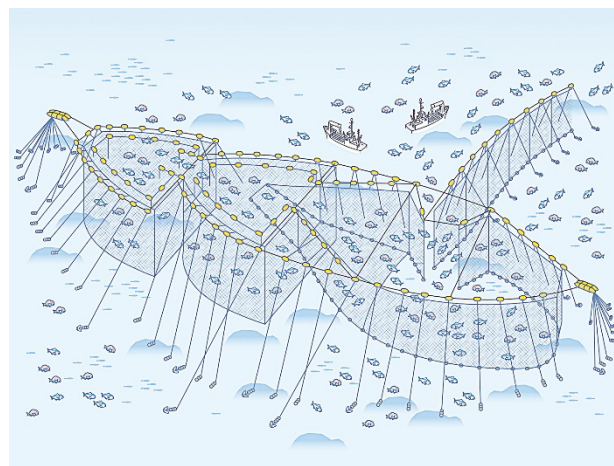
若狭湾の漁業の特徴は漁獲量・漁獲金額とも地形を生かした定置網の比率が高いことで、特に京都府での比率が高く、定置網での生産量が80%を越えているのは、全国でも京都府のみとなっている（図1）。

京都府の漁業種類別漁獲量(令和4年度)



【図1. 京都府の漁業種類別漁獲量】

若狭湾周辺ではサバは定置網とまき網で漁獲されている。定置網（図2）は、魚の通り道を遮断するように網を張り、その先にある迷路状の網に魚を誘導し、漁獲するものである。魚は網の奥へ奥へと迷い込み、最終的には一番奥の網で漁獲される。非常に大きな網で、魚の通り道を遮断している網（垣網）は長さ1,000m×深さ50m、迷路状の網（身網）は陸上競技の400mトラックくらいの大きさと50m程度の深さがあり、海の中に20階建てのビル（図2. 定置網）が沈んでいるようなイメージである。

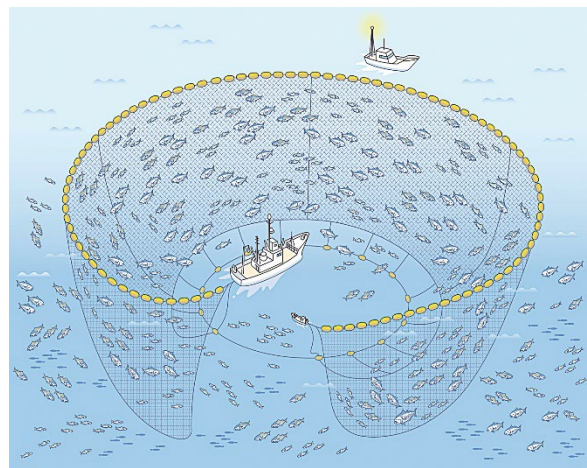


【図2. 定置網】

⁴ 漁獲量：漁業により獲れた水産物の量。

⁵ 水揚げ量：港で水揚げされた水産物の量。

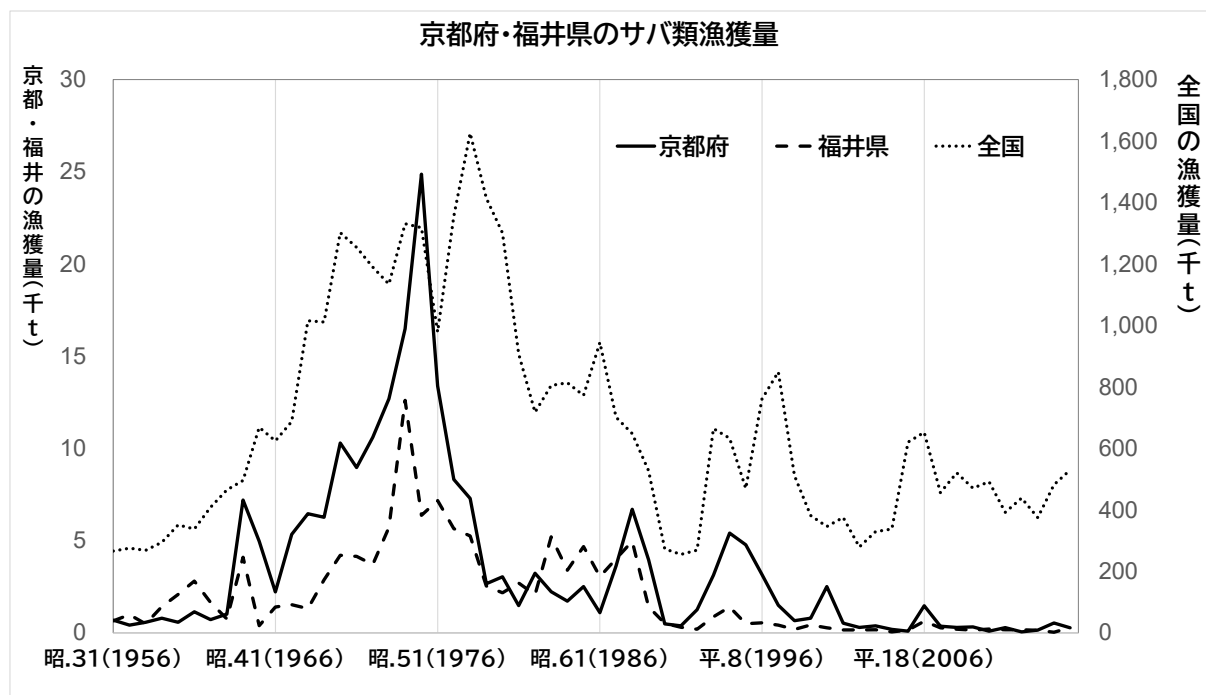
次にまき網（図3）だが、まき網は定置網のように網をしかけて待ち受ける漁業ではなく、3～4隻の船を用い、積極的に魚の群れを追いかけ、漁獲するものである。複数の船を走らせながら魚群探知機で魚を探し、大きな魚群を見つけると、長さ1,500m×深さ100mもある大きな網でそれを巻き、巾着のように絞って漁獲するため、巾着網とも呼ばれている。非常にたくさんの魚を漁獲することができ、ブリやアジ、サバ、イワシなど、一日で数百トンを漁獲することができる。



【図3. まき網】

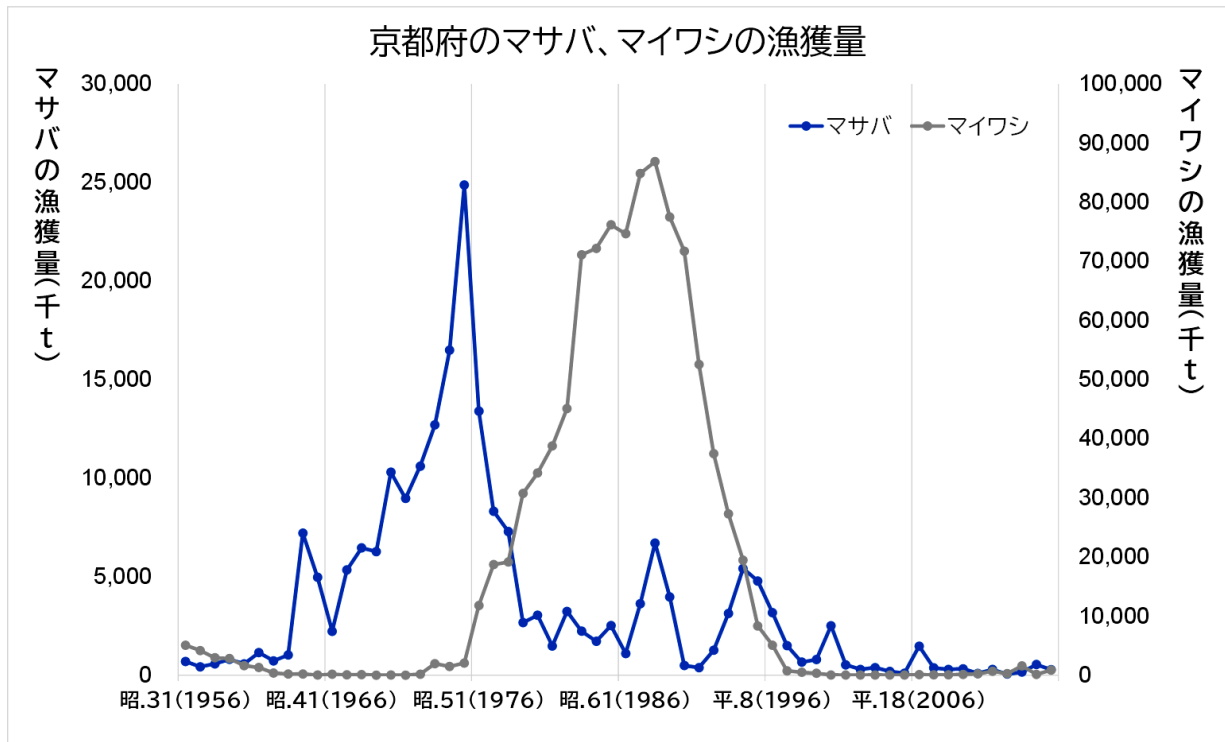
ただし、現在では京都府や福井県に船団はなく、佐渡島から隠岐島の間の海域で、石川県、鳥取県、島根県などの船団が操業している。これらの船団は大型の船が入ることができるとともに、専用の選別機を持ち、大量の氷の供給ができる港でしか水揚げできないため、日本海側では金沢、舞鶴、境港の3港のみで水揚げを行っている。一方、この水揚げは統計では船籍のある県の水揚げとして扱われるため、舞鶴港では統計上の水揚げ量よりはるかに多くのサバが扱われている。そのため、統計だけを見ていると、存在しないはずの大量のサバが舞鶴の市場には存在し、これらのサバは前述のとおり佐渡島から隠岐島の間でとれたもので、必ずしも京都府、福井県の沖でとれたものではない。

京都府のサバ類の漁獲量を図4に示した。このグラフを見ると、昭和44年ころから平成10年ころまで京都府、福井県でサバが大量に漁獲されていることがわかる。しかし、これらのほとんどは、廃業してしまった京都府、福井県のまき網船団が漁獲したものである。京都府では昭和44年から平成13年、福井県では昭和44年から63年の間まき網船団があり、たくさんの魚を漁獲していた。



【図4. 京都府・福井県のサバ類漁獲量】

漁業・養殖業生産統計（農林水産省）を基に筆者が作成



【図5. 京都府のマサバ、マイワシの漁獲量】
漁業・養殖業生産統計（農林水産省）を基に筆者が作成

図5に京都府のマサバとマイワシの漁獲量を示した。この図を見るとマサバは昭和45年から53年ころに大量に漁獲され、マイワシは、その後の、昭和51年から平成6年ころに大量に漁獲されていることがわかる。このように、サバ、イワシ、カタクチイワシなどの多獲性魚（一度に大量に漁獲される魚）は周期的に生息量変動することが知られている。これは魚が小さい時（稚仔魚期）の水温などの環境の変化によるものといわれており、レジームシフトと呼ばれている。

② 特色ある流通形態—伊根町の事例—（広域市場経済との分離）

京都府の定置網漁業は、かつては漁業協同組合の自営事業として行われており、集落経営の色が強いものであった。しかし、平成になり、経営力強化などを目的とした漁業協同組合の町域、府県域統合が始まったため、統合により定置網事業の経営に他地区の意見が入るのを嫌い（定置網は近隣同士で漁場が競合することが多い）、各集落では定置網経営を地元に残そうとした。そのため、漁業協同組合から定置網事業を切り分け、有限会社や株式会社として地元に残しながら独立させた。そして、全額地元出資、集落全戸が株主という形にすることにより集落経営の色を強く残した。

そういう地元経営の会社であるため、定置網の現場では集落の住民を対象として「浜売り」と称し、魚を組合員や株主に対し販売することが続いてきた。なお、価格については、前日に市場に出荷された魚の価格を参考につけられており、都市部での価格よりはかなり安い価格となっている。今では、組合員以外や観光客にも一部では販売されており（価格は組合員向けとは異なる）、新鮮な魚を水揚げ現場で自ら選んで買うことができる。

地元では、町内放送や防災用タブレット端末などで当日の漁獲物や量がアナウンスされ、それを聞いた住民がバケツ片手に魚を購入に出向く光景がみられる。また、今でも大漁の日には浜に大漁旗が揚がる光景を見ることができる。ほとんどの地元住民は魚の旬や個体の状況を自分で

見極める（目利き）ことができ、その日の献立をイメージしながら、一匹単位で好みのものを選び購入する。また、購入した魚の下処理は屋外（海辺、舟屋の中など）で男性が行うことが多く、さく取りした状態で台所へ持ち込まれる。こうした地元での浜売りの販売量は、全漁獲量の1割以上になるが、定置網会社が市場へ販売した数量には現れず、広域市場経済とは分離されている。このようなことから、伊根町では魚屋が存在せず、魚は漁業現場で購入するものとされており、小学校の給食の食材すらも栄養教諭や給食調理員がここで調達している。

また、従来からサバやイワシのへしこは各家庭で作られてきたが、近年は家庭で作ることが少なくなってきたため、食文化継承のためとして漁業協同組合がへしこの加工場や漬け込みのための倉庫を整備し、家庭に代わりへしこ製造を行っている。ここで製造されているへしこは、原料の安定調達のためタイセイヨウサバ（ノルウェーさば）を使っているものの、住民からの要望により旧来の伝統を踏襲した作り方であり、塩分が非常に高くなっている。

③ 漁獲・流通・消費の一体化などによる漁業現場や流通の変化

京都府の水産物流通の特徴

京都府の主要漁業は定置網であり、夜明けとともに操業を開始するため、産地卸売市場への集荷は早くとも午前9時ころとなる。そのため、都市向けに魚を出荷する場合、京阪神でも首都圏でも同じく、翌日朝の扱いとなる。また、首都圏の購買力は非常に大きく、運送費を考慮しても、京阪神よりも高価で大量にさばくことができる。そのため、京都府の産地市場からは首都圏への出荷が連日のように行われている。

また、京都府北部から京阪神に向かう道路は大阪行きが早く整備され、京都市内への道路整備が遅れていた。一方で、京都市内から敦賀を経由して福井県沿岸部への道路は早くから整備されていた。水産物の流通には産地市場と消費地市場の人と人との関係が大きく影響するため、道路が整備された今となっても京都府北部の水産物は大阪の市場へ出荷されることが多く、京都市内には、福井県や三重県からの水産物供給が多い。

さらに、京都府北部は日本三景の天橋立や温泉などが立地している観光地であり、観光を中心とした地元での水産物、特にノドグロ、ズワイガニなどの高級水産物の消費が旺盛である。

これらのことから、京都府の水産物はおおむね3分の1が地元、3分の1が首都圏、3分の1が京阪神へと流通することとなっており、京阪神の中でも京都市内への流通は少ない。

販売店、消費者、嗜好の変化と漁業の変化

流通の中心が対面販売の魚屋からスーパーに変わり、販売店で魚の調理方法について教えてもらえなくなったこと、スーパーでは定時、定量、定額での販売が求められることが多いことなどから、広域流通する魚は、養殖のマダイ、ブリ、サーモンなど10種類程度になり、それも、刺身や切り身での販売で、丸魚での販売はほぼなくなった。そのため、定置網でとれる多品種、小ロットの魚や機械で捌くのが困難な魚などは流通が限定されるようになってきている。

また、消費者の嗜好変化により、脂の強いノドグロ（アカムツ）等の魚が好まれるようになってきており、ヒラメなど白身の繊細な味の魚は売れなくなってきている。このことは日本料理店の料理人なども指摘しており、白身の魚の味を売り物にしてきた関西では特に問題視されている。

さらに、漁労技術が発達したことにより、まき網、底びき網などでは魚種を選んで漁獲が可能になってきたとともに、まき網ではマダイ、ブリなどこれまで漁獲が不可能であった高級魚が漁獲できるようになってきた。

これらのことから、漁業者は「獲れた魚を売る」ことから市場を見ながら「売れる魚を獲る」方向にシフトしてきている。

漁業技術の発達と資源管理

水産資源を管理する技術の発達により、日本もノルウェーなどに続き平成 30 年ころから、「獲れるものを獲れるだけ獲る漁業」から「魚介類の漁獲量を制限することにより親の数を管理し、再生産を最大にする」という「資源管理型」へと大きく舵を切った。そのため、マグロやズワイガニなど、資源の減少が国際的に問題になっている魚種や資源状況が悪く、経済価値の高い魚種を皮切りに、漁獲量制限が実施されることとなり、割り振られた漁獲枠の中で最大の利益を得るために、可能な限り高品質（高価）な魚を獲ることが求められるようになってきた。そのため、漁業者は、最も魚の品質が良い時期を狙ったうえで、活ベ、神経ベなどの技術を用いて漁獲物を丁寧に処理し、製品として作り上げることを意識するようになってきた。

④ 遠隔地流通の現状（ノルウェーさばの流通）

ノルウェーさば（タイセイヨウサバ）は 1980 年ころから日本に流通を始めた。マサバとは魚種が異なるため、非常に脂の乗りが良いうえ、前述の資源管理を日本に先立って取り入れたことにより、安定して品質の良い（脂ののった）魚を商品として提供している。また、前述のとおり脂の強い魚を好む、現代の日本人の好みとマッチしたこともあり、マサバよりも日本人の食生活に浸透した魚となっている。タイセイヨウサバは背の模様が斜線状であり、サバ柄（虫食い）模様であるマサバとは容易に外見で区別でき、スーパーなどでは、マサバよりもたくさん見かけることができる。

このノルウェーさばの日本での成功は、ノルウェー水産物審議会（NSC）という公営企業を中心に、日本人の好みや日本の流通で求められていることを徹底的に研究し、定時、定量、定品質、定価格での流通を実現し、ノルウェーさばをマーケットイン型のブランド商品として作り上げてきたことによるものである。一方、マサバについては、最近では新しい動きが見えるようになってきたものの、「獲れたものを売る」というプロダクトアウト型の商品づくりが続いてきたため、商材としては、「関サバ」などの一部の高級品を除きノルウェーさばより弱いものとなっている。

また、ノルウェーさばは安定供給が可能であることから、加工原料としても重宝されており、脂の強い魚を求める日本人との嗜好ともあいまって、ヘシコ、塩サバなどの加工品でも、マサバ（国産）へのこだわりの強い加工業者以外では原料の主流となってきた。

これらのことから、漁業者は「獲れた魚を売る」ことから市場を見ながら「売れる魚を獲る」方向にシフトしてきている。

(3) 特色ある郷土料理の生産・流通・継承の形態

(京都府立丹後郷土資料館 館長 岸岡 貴英)

3-1. 丹後ばらずし～丹後の事例から～

丹後ばらずしは、木製の浅い木箱（まつぶた：もともとは餅やうどんを運ぶ容器）やすし桶に、すし飯（酢飯）を敷き、さばのおぼろ（そぼろ）に、紅生姜、蒲鉾、季節の野菜などを彩りよく散らし、味と見映えを意識した料理である。

当館では、令和4年10月～令和5年1月に「丹後ばらずし」のアンケート調査を実施した。



【まつぶたを使って作られた丹後ばらずし】

その結果、丹後地域の回答者の9割以上に知られ

た郷土料理で、約6割がその特色を「さばのおぼろを使うこと」としている。さばのおぼろは、以前は焼きさばを使ってつくられていたが、現在はさばの水煮・煮付の缶詰を使うのがほとんどで、さばの身を細かくほぐし、フライパンや鍋で砂糖、醤油を使って甘辛く炒るように加熱してつくられる。この工程は時間をかけて、絶えずかき混ぜながら水分を飛ばす必要があり、手間のかかる工程といえる。「丹後ばらずし」の魅力として、味や見た目の色合いのほか、地元の材料を使うことも指摘されており、特に紅生姜は地域により手作りするこだわりがみられる。

「まつぶた」を使うところでは、すし飯（酢飯）を敷き、その上におぼろを散らして、さらにすし飯を敷いて2層に重ねる。このすし飯の上に紅生姜、蒲鉾、季節に応じて工夫を凝らした野菜などを彩りよく盛り付け、最後にヘラで切り分けて銘々のお皿に移して食べる。お店で料理として提供される場合は、切り分けてお皿に移し、見映えよく仕上がるように盛り付けられる。

アンケート調査では「祭り・行事、お祝いの時に食べる」人が全体の約3割、「季節を問わず食べる」人が約7割弱と回答しており、平成21年度に実施されたアンケート調査では「祭り・行事、お祝いの時に食べる」人が全体の9割だったことと比較すると、ここ10年で、日常的に食べる人が大きく増えたと考えられる。なお、平成21年度の調査で呼称を確認しているが、「ばらずし」：72%、「ちらしずし」：14%、「丹後ずし」：13%という結果になっている。今回の調査で、「丹後ばらずし」を知っているとの回答が9割をしめることを考慮すると、「丹後ばらずし」という名称は固定化、定着しているといえる。

また、「丹後ばらずし」に関して①「食べなれた料理」との回答は243件／有効回答792件（30.7%）、②「子供のころ食べていた料理」との回答は188件／同542件（34.7%）となっている。回答数の多かった「へしこ」（①108／同792件（13.6%）、②65件／同542件（11.9%））や「醤油炊き」（①94／同792（11.9%）、②78件／同542件（14.3%））と比較しても、今も昔もかわらず、「丹後ばらずし」は丹後の代表的な郷土料理であり、特色ある食文化といえる。

3-2. 浜焼きさばと醤油干し～若狭小浜の事例から～

(福井県小浜市文化観光課 学芸員 川股 寛享)

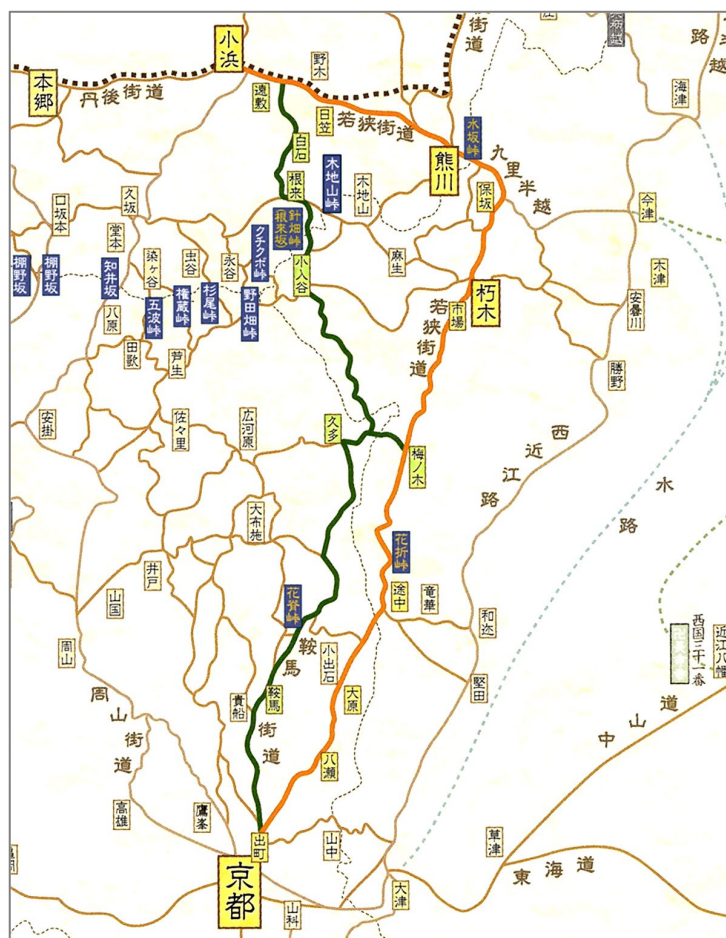
① 鯖街道が育む食文化

都であった京都に最も近い日本海側の港町である若狭小浜は、日本海沿岸各地をつなぐ海の道と、都につながる陸の道の結節点として多くの物資・人が集まり、様々な交流が育まれた。その中でも小浜から運ばれる海産物は、京都の人にとって欠かせない食材であった。

江戸時代の小浜の市場に関する史料にある「生鯖塩して担い京へ行き仕る⁶」という言葉は、小浜から塩漬けされた樽さばだけでなく、生さばに一塩した塩分の低い半生のさばも京都に運んでいたことを示唆する。

文献史料では確認できないが、浜焼きさばもこの頃から加工され、鯖街道沿線に運ばれたと伝わる。このように多様な形に加工されて京都に運ばれたさばは、都の食文化を育み、葵祭や祇園祭など特別な日のハレの場でさば寿司を食べるようになったのである。

このさばを運ぶ道は、一つではない。主要経路とされる小浜から熊川、朽木^{くつき}を経由して京都市内の出町に出る「若狭街道」、最も古く最短の道である小浜から上根来、鞍馬^{かみねごり}に出る「針畑越え」(下の地図では「鞍馬街道」と表記)や、小浜、熊川の「九里半街道」を通して、近江今津から琵琶湖を利用する経路、小浜、名田庄、京都の高尾に出る「周山街道」など複数ある。これらの道がいつしか「鯖街道」と呼ばれるようになったのは、多くのさばが運ばれたことに由来するのであろう。また、鯖街道沿いの地域には、特色あるさばの食文化が伝承されていることも、歴史上いかに多くのさばがこの道を通して運ばれたかを示している。



【鯖街道の経路】

⁶ 『小浜市史 諸家文書編2』(小浜市史編纂委員会 1980年) 市場仲買文書「市場仲買永代記録簿」、599ページを参照。

② 鯖の保存方法—浜焼き鯖—

小浜を代表するさばの食文化の一つとして地域住民から観光客まで多くの人々に親しまれる「浜焼きさば」は、本来たくさん獲れたさばを保存する方法の一つである。冷蔵庫や冷凍技術が普及していなかった昭和40年頃までは、さばの保存法は塩を振るか焼くことが基本であった。新鮮な生さばを背開きにして内臓をとり出した後、竹串を打って素焼きにする。この時、塩を振らずに焼くことで数日後でも身が固くならないという。



【浜焼きさば】

小浜では、生姜醤油で食べる事が多いが、浜焼きさばの身をほぐしてネギなどの野菜とともに煮る、炊くなど他の料理に使う食材としての役割も担っていた。特に海から距離のある鯖街道沿いの農村や山村では、1週間程度日持ちする浜焼きさばは、気軽に摂取できるタンパク源として重宝されていた。これらの地域への行商を担っていたのは、漁村の女性である。

このような姿は小浜だけでなく、さばが多く獲れた若狭湾沿岸地域ではよく見られた食文化であったのだろう。例えば、同じ若狭湾沿岸に位置する越前海岸で獲れたさばは、浜焼きさばとして越前大野などの内陸に多く運ばれ、夏に半夏生^{はんげしょう}さばを食べる文化が定着している⁷。滋賀県の湖北地域で親しまれているさばそうめんも、敦賀から滋賀県湖北地域に浜焼きさばが多く運ばれた事を現在に伝える。また、丹後地域で親しまれているさばのおぼろ（そぼろ）を用いた丹後ばらずしもさばの缶詰が普及する以前は、浜焼きさばを利用して作っていたとも言われている。

さばがたくさん獲れ、鯖街道の起点である若狭小浜には、浜焼きさばやさばのへしこ、さばの醤油干しなど、たくさんのさばの食文化が伝承されている。この地域で生まれ育った人は、様々な食文化の中でさばをどのようにイメージしているのでしょうか。本調査で話を伺った小浜旧市街地で生まれ育った70代の女性によると、店で食べるご馳走は甘鯛、家で食べるご馳走は若狭鰯、日常的に食べる魚はさばや鰯であるという。さばは日常の食であるが、「さば寿司」や「浜焼きさば」、「へしこのなれずし」として食べる時は、ご馳走であるという⁸。つまり、日常的に食べるさばは、料理方法や加工方法によっては、非日常の食、ハレの日の食にもなる食材である。

⁷ 山崎朋子「わたしのお盆」（上田正昭『山影につどふ神々』作品社1989年に所収）には、福井県大野市で育った子どもの頃の思い出として、半夏生の時に食べる浜焼きさばは、涙が出る程ありがたいご馳走だったと記す。

⁸ 旧小浜と称される、小浜市内にある伝統的な町並みが残る地域で生まれ育った1951年生まれの女性に、2023年12月1日に小浜市内で実施した聞き取り調査の内容による。

現在、小浜市で水揚げされるさばはほとんど見られないが、かつてはたくさんのさばが水揚げされており、最盛期の昭和24年には1,547,500貫（約5,800トン）にも及んだという⁹。この水揚げ量を支えていたのが、市内沿岸地域に位置する内外海地区にあった田烏鯖巾着組合が操業したさばの巾着網漁業によるものであった。この、さばが湧くほど獲れたという豊漁は、昭和31年頃まで続くが次第に減少し、さばが獲れなくなったことや後継者不足などで昭和62年にはさばの巾着網漁業の操業を終えている¹⁰。



【小浜市での水揚げ】大漁のさば埋め尽くされる小浜港
(小浜市の歴史と文化を守る市民の会 提供)

昭和30年代まで市内の大半の魚屋で商品の一つとして浜焼きさばを焼いていたが、その後は、さば街道の起点である泉町の専門店を中心に焼くようになった。豊漁の頃は、漁港から店までの道中、さばを入れたトロ箱から落ちたさばを拾うこともなく、近所の人や猫が拾っていたと言われるくらいさばの値段は安価で、浜焼きさばは朝から晩まで焼いても飛ぶように売れたという¹¹。冷蔵技術が普及する以前は、さばの水揚げ漁港に近い小浜やその後背地である農村の人々にとって、安価で手軽な浜焼き鯖は日常的に食するさばの食文化であった。

先述したように浜焼きさばは、非日常の食としての姿もある。小浜旧市街地にある小浜八幡神社の秋祭りである放生祭^{ほうぜまつり}の行事食に赤飯と浜焼きさばと一緒に食べる食文化が受け継がれている¹²。近年は、祭りに帰ってこられない県外に住む親類に浜焼きさばを送るという。また、祭りの時に食べきれなかった浜焼きさばは、翌日以降に身をほぐして小浜特産の谷田部ねぎ^{やたべ}と一緒に炊くなど、現在も食材として使われており、保存食であった頃の側面が残っている。

⁹ 『小浜市史 通史編下巻』（小浜市史編纂委員会 1998年）、516ページ、表147を参照。

¹⁰ 田烏鯖巾着組合に関する事は、『田烏鯖巾着網 乗組員同窓誌』（田烏鯖巾着網同窓会 2018年）に詳しい。

¹¹ 小浜市内で浜焼きさばを加工する専門業者の男性（1951年生）に2023年12月1日に実施した聞き取り調査の内容による。

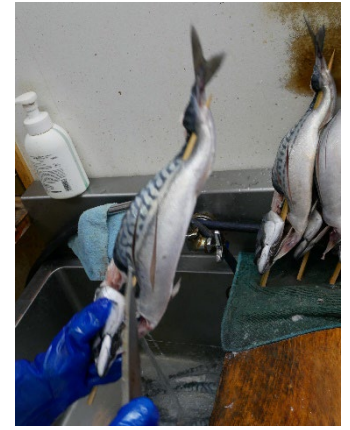
¹² その他にも小浜市内には、浜焼きさばを行事食として用いる例はある。詳細については、御食国若狭小浜食文化館編『小浜市の伝統行事と食 調査報告書』（若狭路文化研究会など 2016年）を参照。

③ 浜焼きさばを取り巻く食文化の変遷と継承

保存食としての役目を終えた現代の浜焼きさばには、変化した点もある。昔は素焼きにした浜焼きさばを人力で運搬するため、カゴなどに効率的に詰めあげられるように竹串でさばを挟んで焼く「はさみ焼き」が主流であった。しかし、行商や運搬などの移動を伴わない現代の浜焼きさばは、綺麗に焼くためにさばが波打つように竹串を打つようになったという。見た目の美しさを大切にする現代の浜焼きさばは、日常の食ではなく特別な日に食べるハレの食としての姿が大きくなっている。



【昔の竹串を使ったはさみ焼き】



【現代の串の打ち方】

さばが若狭湾で獲れなくなるにつれて、地域住民が日常の食として浜焼きさばを食べる機会は減っているが、近年のさばの食文化に対する関心の高まりから観光客や県外の人々が購入する機会が増えている。鯖街道や小浜を代表するさばの食文化を体験する方法の一つとして興味を持ち食べているのであろう。

地域の伝統的な食文化を守っていくためには、食べ続けていくことと製造者が作り続けていくことが大切である。少子高齢化や社会情勢の変化により地域で食べる機会が減少する中で、製造者が作り続けていくことは経営面を考慮すると難しい点もある¹³。しかし、この新しい需要を取り込むことで日常的に浜焼きさばを作り続けることができ、このさばの食文化を次世代に繋げる上でも欠かせないことである。

④ 日常の食として生きるさばの食文化ーさばの醤油干しー

さばの漁獲量の減少によって大きく変化したさばの食文化であるが、日常的に食べられている料理もある。本調査事業で実施したアンケート調査「若狭湾・日本海沿岸のさば食文化にかかるアンケート」の結果を踏まえると、「さばの醤油干し」が小浜を中心とした若狭地域で最も日常的に食べられている¹⁴。この醤油干しは、他の地域で一般的に作られる塩干しやみりん干しではなく、魚屋でさばを醤油に漬けて一夜干しにして作る加工品であり、魚本来の旨味を味わえる¹⁵。



【さばの醤油干し】

この料理は江戸時代から続くとも伝えられているが、現在の形で市内に普及したのは、比較的醤油の入手が容易になった戦後になってからであろう。また、この醤油干しはさばだけでなく、季節ごとに手に入れやすい魚で作るため、さばの他にレンコダイやアジ、ハタハタなどの魚でも作り、手ごろな価格で親しまれている。

¹³ 小浜市内で浜焼きさばを購入できるお店は、専門店、魚屋、スーパーマーケットである。また、市内飲食店でも定食のメニューとして提供されている。

¹⁴ 本調査は、上述の地域で2023年10月28日～2024年1月31日に実施した。それぞれ地域によって有効回答者数に大きな違いがあり、データを利用する際に注意は必要であるが、大まかな傾向を把握するには便利である。詳細は27ページのアンケート調査の資料「食べなれた料理」の項を参照のこと。

¹⁵ 文化庁が取組みを進める100年続く食文化「100年フード」に「若狭おばま醤油干し」として2022年3月に登録されている。

3-3. さばのへしこ～若狭小浜の事例から～

(福井県小浜市文化観光課 学芸員 川股 寛享)

① 若狭湾沿岸地域の伝統食：へしこ

本調査事業で実施したアンケート調査「若狭湾・日本海沿岸のさば食文化にかかるアンケート」の集計結果を踏まえると、調査の対象地域である兵庫県北部の但馬地域、京都府北部の丹後地域、福井県の若狭・越前地域、石川県の加賀・能登地域、富山県の越中地域の多くの人が、「日常的に食べないが食べたことがある料理」と回答した料理に「へしこ」を挙げた¹⁶。その中でも、丹後・若狭地域では、日常的に食べる「食べなれた料理」とであると答えている。つまり、へしこはさばがよく獲れた北陸から北近畿にかけての若狭湾沿岸地域に広く共通する食文化なのである。



【さばのへしこ】

へしこは、塩漬けにした魚介類を米糠で漬け込み、発酵させた加工保存食である。同じへしこと言う呼び方でも地域文化や地形によって異なる点も多い¹⁷。例えば、漬け込む主な魚種がさばや鰯など様々であること、また、製法も昔ながらの米と糠だけを漬け込む地域、醤油や焼酎などの調味料を加える地域など、それぞれに伝承される特徴がある。元々は、冬の間、海が荒れて漁に出ることが難しい若狭湾沿岸に住む人々の保存食として、その時々たくさん獲れた魚介を漬け込んで加工したのであろう。

へしこの名前については、さばなどの魚介類を樽に入れて圧をかける「^へしこむ」という言葉が由来であると言われている。

② 若狭小浜におけるさばのへしこ

小浜の伝統的なさばのへしこの製法は、春さばを背割にして内臓を除いて塩をしっかりと振り、約70～80匹を樽に詰めて重石を載せる。

これを10日程度でとり出し、さばに米糠をまぶし、塩、米糠、唐辛子を交互にまぶして詰めて樽いっぱいになったら、藁で作ったミツアミを置き、70～80kgの重石を載せて夏の土用を越して1年間しっかりと漬け込む。



【塩漬にされたさば】

¹⁶ 本調査は、上述の地域で2023年10月28日～2024年1月31日に実施した。それぞれ地域によって有効回答者数に大きな違いがあり、データを利用する際に注意は必要であるが、大まかな傾向を把握するには便利である。詳細は27ページのアンケート調査の資料「日常的に食べないが食べたことがある料理」の項を参照のこと。

¹⁷ 石川県など一部地域は、「こんか」と呼ぶ地域もある。

樽の中から出てくるさばの旨味を含んだ水分であるスエ（ヒシオとも呼ぶ）が米糠や樽の蓋、重石の間を満たすことで、樽の中は空気と遮断され、雑菌の繁殖を防ぐ¹⁸。唐辛子は、虫除けに入れるという。また、気温が高い夏の土用を越すことで乳酸発酵が進み、へしこの旨味を作るとされる¹⁹。



【漬け込んだへしこ】



【へしこ樽】

元々、小浜市内の沿岸地域を中心に越冬食として作られており、これら漁村の女性が行う行商で、農村や山村地域と物々交換や販売する中で広がっていったと考えられる。時代が下り、さばが安価に購入できるようになった近代には、これらの農村や山村地域でもさばのへしこを漬け込み、保存食として冬の間、日常的に食べるようになったという。

高度経済成長期以後の社会情勢の変化によって、冬の保存食としての役割が薄れていったが、交通の便が悪い地域では、平成初期の頃まで保存食として重宝されていた。この頃に鯖街道沿いの山村、^{しもねごり}下根来地区に住む女性（大正生）は、車の運転ができず、冬に雪が降りつもと自由に買い物に行けなくなるので、毎年、魚屋から50尾のさばを購入してへしこに漬けて、冬に備えていたという²⁰。

家庭でへしこを漬ける人は、さばが獲れなくなる昭和50年頃から少なくなっていくが、現在も沿岸地域の内外海地区では、へしこを漬ける家は多く、それぞれの家庭の味があるという。また、漬けたへしこを県外に住む子どもや親戚、市内の知り合いの人に贈る習慣も続いているが、市内全体で考えると、専門店やスーパーマーケットから購入する機会が増えている。

¹⁸ さばを塩漬けにした時に出てくるスエを捨てずに取っておき、漬け込んだ後に蓋の上に足して、米糠が空気に触れることを防ぐ。

¹⁹ 小浜市の沿岸地域である内外海地区の^{うちとみ}田島でさばのへしこ^{たがらす}ことへしこのなれずしを伝統的な製法で生産する男性（1942年生）に2023年11月30日に実施した聞き取り調査の内容による。

²⁰ 小浜市内にある伝統的な町並みが残る旧小浜と称される地域で生まれ育った1951年生まれの女性に、2023年12月1日に同市内で実施した聞き取り調査による。平成初期に小学校教諭として下根来小学校に勤務時に、この大正生まれの女性が作ったへしこをいただいたという。当時、旧小浜地区では家でへしこを作る人が減っていた。その中で山村の人からへしこを貰ったので新鮮であったという。

市内のさばのへしこの食べ方は、少量を炙ってご飯と一緒に食べる他、お茶漬けにして食べる方法が、昔から親しまれている。

しかし、近年はへしこパスタやへしこのピザなど新しい食べ方も広がりを見せている。また、沿岸地域では、へしこをスライスにした大根に挟んだ刺身としても親しまれている。

さばのへしこは、昔から日常的に食したので、ハレの日である祭りで食べられることは少ないが、内外海地区の田烏の天満神社で5月に行われる田烏祭では、酒の肴としてさばのへしこが供される²¹。



【炙ってごはん食べるさばのへしこ】

③ へしこのなれずし

小浜のさばの食文化を代表する食べ方にさばのへしこのなれずしがある。へしこのなれずしは、さばを使った伝統料理が多い若狭湾沿岸地域において、小浜にだけ伝承するさばの加工方法である。元々は沿岸地域の内外海地区に伝承した伝統食であり、祭りや正月、来客時などハレの日に食べるご馳走であった。近年は、内外海地区で作ったへしこのなれずしが、市内各地で販売され、親しまれている。



【へしこのなれずし】

へしこのなれずしは、塩出しして酢をくぐらせたへしこに、米飯と麴を詰めた後、樽に詰めて、30キロの重石を載せて約2週間発酵させて作る、非常に手間のかかるさばの加工方法である。昭和20年頃までは、米飯だけをへしこに詰めていたが、食べやすいように麴と一緒に詰めるようになったという。食べ方は、樽から出したへしこのなれずしを切って食べることが多いが、軽く焼くと甘みが増して美味しい。

地域における食の多様性を守る取り組みを進める国際的な組織である「スローフード協会」が、未来に残したい味として登録する制度「味の箱船」に小浜市田烏地区の「へしこのなれずし」が平成19年に登録されており、生産者を中心に地域全体で食文化を守る取り組みが進められている。

④ 次世代に伝える取り組み

食習慣や家族構成の変化によってさばのへしこや、へしこのなれずしを家庭で漬けて食べるという食文化は、徐々に減ってきている。また、塩分の高いへしこを敬遠する人も増えている。しかし、この地域のさばの食文化を残す取り組みは、以前に増して盛んになっている。さばのへしこへしこのなれずしを加工する内外海地区の「内外海本づくりへしこ・なれずしの会」を中心に伝統的な製法を守って作り続けるとともに市内の小学生に製法を教え、実際にへしこを漬ける授業を行っている。また、伝統食を守るために地域が一体となり廃校を利用した作業場でさばの

²¹ 御食国若狭小浜食文化館編『小浜市の伝統行事と食 調査報告書』（若狭路文化研究会など 2016年）74-75ページを参照。

へしことへしこのなれずしを加工して販売するなど、人々が気軽に食べられる食文化であり続けられるように工夫を重ねている。

⑤ 地域に根付く食文化

若狭湾沿岸地域に広がるさばのへしこの食文化は、地域ごとに様々な特色をもって現代に伝えられている。本事業で聞き取り調査²²を行った京都府北部の宮津市では、秋さばをへしこにすることが多いと言い、漬け込む期間も様々で、1年以上漬ける所もあれば、夏を越す前に樽からあげのお店もある。また、小浜市と同じ若狭地域に属する福井県美浜町や福井県の嶺北地域は、醤油や焼酎などの調味料を加える文化を持つ。近代に軍港ができ、他の地域より早く都市化した舞鶴市の中心部では、分業化が進み、昭和30年頃には、家庭でへしこを漬け込むことが少なくなり、懇意にする魚屋から購入する商品になっていたと言い、食べる時期も冬ではなく、夏バテして食欲がなくなった時によく食べたという声もあった。

地域ごとに特色のある食文化を伝えるさばのへしこであるが、どの地域においても地域に住む人が求める形に地元の生産者が作り続け、地元の人々はその地域のへしこを親しみ、食文化を守っている。さばのへしこは、若狭湾沿岸地域のさばの食文化の多様性を示すだけでなく、1つの伝統食を他の地域と比較できるたいへん興味深い食文化である。

²² 2023年11月に宮津市と舞鶴市のへしこの生産者に実施した聞き取り調査の内容に基づく。

3-4. かまぼこ～舞鶴かまぼこを例に～

(舞鶴かまぼこ協同組合 専務理事 辻 義雄)

かまぼこの本質（原料と弾力の原理）

かまぼこの特徴である弾力のある食感を作り出す方法は、魚の身に含まれる塩溶性たんぱく（塩によく溶けるたんぱく質）を主に取り出し、これに少量の塩を加えて溶かしだしてミオシンというたんぱく質を網目状に分散させる。これに熱を加えることで網目が固定して、バネのような組織構造になる。これが、「アシ」と呼ばれるかまぼこの弾力を作り出す工程の原理であるが、その弾力は使う原料の魚種により、また、魚のとれる海域、季節によって変動する。舞鶴では、それぞれの魚種について、最高級のすり身を使った製品づくりをしており、魚の身から創り出される本来の弾力を大切にしかまぼこ作りをしている。



しなやかさのある弾力とともに、その透明感のある白さが舞鶴の蒲鉾の特徴

特色ある生産指向（かまぼこの素材と生産者のこだわり）

昭和30年代半ばになって開発された冷凍すり身の技術は、便利さと安定した原料確保の面から重宝され、たちまち全国で利用されるようになった。冷凍すり身による原料の安定供給は、大量生産を可能にする技術革新をおこしたが、一方ではかまぼこの原料の画一化が全国で起こり、地域のかまぼこの特徴を失わせるというデメリットが生じてしまった。

そうした環境の変化の中であって、舞鶴ではこれまでの伝統的なかまぼこ製造を続けるために、地元の鮮魚を使ってすり身原料を生産するための工場を協同組合で運営し、昔ながらの伝統の製法を守ってきた。

特色ある生産・消費形態（地産地消―地元の人々からの信頼と支持）

舞鶴市では初めて“舞鶴かまぼこ”という地域ブランド（地域団体商標）を取得して、協同組合を中心に、組合員企業が一丸となって品質を維持している。

このことにより、舞鶴市民からもその品質へ信頼がよせられ絶大な支持を得ており、各都市（東京、大阪、京都など）で開催される舞鶴の出身者による同窓会等では、併設される即売会でふるさとの味としてかならずかまぼこが販売されるなど、かまぼこは舞鶴市を代表するふるさと産品となった。

特に年末などは、各地に住む地元出身者はもちろん、全国の舞鶴かまぼこファンからの要望で正月料理用に出荷されるかまぼこの数は年々増加してきている。

3. 総括

(京都府立丹後郷土資料館 館長 岸岡 貴英)

統計資料や聞き取り調査から、過去20～30年間若狭湾沿岸地域では、地元の港からさばが大量に水揚げされ流通することはほぼなかったとみられる。京都府でも、さばを大量に捕獲するまき網船団もなくなり、現在も定置網を中心とした沿岸部の漁獲が中心であり、水揚げ量も少ない。

一方、地域の郷土料理・加工食品として以前から定着している「へしこ」「浜焼きさば」「さばの醤油干し」は、定時、定量、定品質、安定供給が見込まれる輸入されたノルウェー産のさばが使われている。ノルウェー産のさばは脂の乗った身質からか流通量も多く、この地域の食文化に不可欠なものとなっている。

「丹後ばらずし」の素材となるさばは、おぼろを作るのに脂が多いものがあまり好まれないことから、三陸沖を中心とする太平洋側で漁獲されたさばを原料とした缶詰が主に使われている。水煮あるいは煮付にした缶詰だが、丹後地域では370gの大きいサイズの缶が好まれてきた経緯があり、身のサイズも大きめのものが使われている。

なお、さばのおぼろづくりに使う素材は、内陸部では冷蔵庫が普及する昭和40年代以前は焼きさばか缶詰、缶詰が普及する以前は焼きさば、海浜部では生さばが使われていたと考えられてきた。ただ、丹後ばらずしに使われる甘辛いさばのおぼろが頻繁に作られるようになるのは、調味に使われる砂糖が行き渡る大正から昭和の初め頃を想定するのが、妥当と考えられる。

「へしこ」の各地における製造者のわざは、多様で塩分量や発酵した糠の色により、その違いは鮮明である。特に、食品の発酵は科学的にも微細なところがあり、その製造には知識や経験が求められる。各地の製造業者は、地域ごとに数か所しか確認できず、継承されてきた技術やマニュアルは貴重である。技術の継承は、地域や団体、工房に加え、友人や縁のある者同士により知識や技術が継承される例があり、今後のあり様も多様化していく可能性がある。

さらに、地域の食文化の担い手として、今後大きな役割を果たす可能性があるのが、スーパーのバイヤーである。消費者に支持され信頼される商品を提供するために、新たな食品にブランドをつけ、定時、定量、定品質な商品を需要に応じて提供する知識と経験を備える。魚屋がスーパーの中に入ることが多くなった現在、そこでどのようなわざが展開されるのか、幅広く展開するバイヤーのノウハウと、従来からの「丹後ばらずし」「へしこ」などの地域の食文化の担い手が継承してきたわざのあり様は、食文化の継承方法や内容に大きな影響をあたえることになる可能性がある。

「焼きさばずし」は、ここ数十年、若狭・丹後地域に広がった食嗜好である。脂ののったノルウェー産のさばを焼き、巻き簾で形を整えた「焼きさばずし」は、道の駅などを中心に広く販売されている。ただ、料理店などでは、特別な一品として作られている例もあり、その作り方や売り方、特徴にはさまざまな工夫がみられる。また、祭り・行事、冠婚葬祭など、地域の文化と結びつつある。

以上のように、若狭湾沿岸地域には、大衆魚としてのさばを扱うさまざまなかたちの食文化がある。この地域のさばの漁獲量が減った現在においては、遠く離れた太平洋側やノルウェー産のさばが素材として使われている。また、「焼きさばずし」などのように現在の食嗜好にあった加工食品が広がる中であっても、「丹後ばらずし」「へしこ」「浜焼きさば」「醤油干し」など地域の特色となる食文化が継承され、魅力が発信されて続けている。そこには、漁獲と水揚げから、素材調達、食品加工、流通販売、消費まで、さまざまな担い手のこだわりがあり、継承されてきたわざが存在する。中でも、「へしこ」の工房での食品製造のわざは、それが発酵食品であることから高い知識や豊富な経験が必要であり、仕上がった製品の見栄えや味に直結する。しかしながら、現在、地域ごとに残るわざをもつ担い手は少数であり、その地域のわざを継承していくことは、喫緊の課題といえる。

郷土料理は、地域の歴史、風土を背景とした生活文化を基盤として展開しているものであり、その保存と継承は、地域の文化を発展させていく上での核心になりうるものと考えられる。

4. おわりに 郷土料理の変遷と継承 ～加賀押しずしと丹後ばらずしを例に～

(元京都大学東南アジア研究所特任教授 中村 均司)

加賀押しずしについて

石川県の加賀地方で祭りの時などには古くから「押しずし」が食べられてきた。今でも祭りのようなハレの場では押しずしが登場するが、地元において押しずしの存在がかつてと同じ在り様かという点、少しずつ様相は変化してきている。先月（令和6年1月）、筆者が住む石川県能美市の中学1年生145人にアンケートをとったところ、郷土料理の押しずしを食べたことのある生徒は2割弱しかおらず、すしとしては9割以上が回転ずしを、半数近くが握りずしを回答した。

石川県の押しずしには金沢市を中心にした「押しずし」と加賀地域で広く食べられている「押しずし」がある。前者は酢でしめた魚、すし飯、紺のりをすし枠に重ね入れ、一晩押しでなじませたものだ。すし枠の底板をはずし、切り分けて食べる。

後者は、金沢市以南の南加賀地域で食べられており、すし飯を小さな「おにぎり」にして、笹や柿の葉の上に具材といっしょにのせ、桜エビや紺のりなどで飾りを施し、すし桶（すし枠・すし箱）に並べて一晩重石でなじませたものだ。翌日、重石をどけて、すし桶の上から順番に一つ一つ取り出して食べる。地域ではどちらも「押しずし」と呼ばれているが、金沢市のそれと区別するため、南加賀地域の「押しずし」（「笹ずし」や「柿の葉ずし」とも呼ばれている）を「加賀押しずし」と呼ぶことにする。

ちなみに、金沢をはじめ石川県では「笹寿司」がスーパーや土産店で売られているが、これは笹の葉を十文字に置いた上に具材とすし飯をのせて包んだものを、重ねて押しをかけたものである。笹の葉が入手しやすい白山市鶴来辺りでは以前からこのタイプといわれている。また、「笹もち」をヒントに、昭和30年ごろに創出されたとの説もある。

さて、加賀押しずしでは、かつてシイラ、クジラの皮（「皮クジラ」「塩クジラ」ともいう）といった具材が多く使われていた時代があったが、現在はサケが多く、さばも使われている。基本的な具材である魚の種類が、時代とともに変わった例の一つだろう。以前、筆者の住む集落（能美市）にあった魚屋は、昭和55年ごろを境にこのような具材の変化があったと話していた。昭和55年ごろの日本の社会経済、暮らしと地域の変容、食生活の変容を一つの郷土料理の変化から見ることは大げさかもしれないが、現在の郷土料理の姿、食生活の変化を辿る上でも考慮する視点の一つではないかと考えている。

郷土料理が地域で愛され、作られ、食べ続けられるための要素

筆者は、郷土料理が地域で作られ、食べ続けられ、愛され続けてきた要素に次の点があると考えている。

第1：身近にある材料を使い、美味しく食べる知恵と工夫

第2：美味しいこと

第3：見栄えが良く美しいこと

第4：作りやすいこと

これらは、郷土料理そのものが持っている要素で内在的だ。これらに加えて外部の要素として次を加えることができる。

第5：材料が容易に手に入る（材料の供給・調達）

第6：地域ぐるみの普及と伝承

加賀押しずしを美しくする紺のり

石川の押しずしになくってはならない、飾り（トッピング）の材料である紺のりについて具体的に考えてみる。紺のりは、前述の第1、第3、第5の要素に関係する材料だ。

金沢の押しずし、南加賀地方の押しずし、ともにすし飯の上に、紺色の飾りがのせられている。食品としてはめずらしい色使いだが、この紺色が桜エビの赤とマッチして、おすしを独創的な美しさで彩っている。紺のりを使うのは石川だけの食文化で、華やかなハレの日を祝うごちそうをあらわしている。この紺色は、加賀藩前田家に伝わる群青色に由来するとともに、獅子頭の毛や獅子蚊帳の色を模したとも、あるいは藍の色と関係があるのではないかとはいわれている。

紺のりは海草の一種であるエゴノリを色素で染めたものだ。エゴノリはイギス目に属する紅藻の1種で、粘質多糖を利用した（藻体を煮溶かして冷やし固めた）加工品や伝統料理に使われて地域の特産品となっている。新潟県でも「えごねり」といい仏事の際には必ず使われているし、京都府与謝野町・宮津市・伊根町では「うご」として仏事や祝い事などに利用される食材だ。

紺のりや桜エビの生産量や流通量は少ないと思われるが、郷土料理の押しずしを作り、伝承していくうえで、なくてはならない材料の一つだ。

ちなみに、富山県東部の下新川地方の「押せずし」に関しても、海草を青く着色した「たかさご」をすし飯の上にのせるとの記述がある。

丹後ばらずしのさばのおぼろ（そぼろ）

次に丹後ばらずしについても見ておきたい。

丹後ばら寿司の特徴は、さばの「おぼろ」を作ることだ。そして、「まつぶた」の箱にすし飯を広げ、おぼろ、錦糸玉子、シイタケ、カマボコ、紅ショウガ、それにエンドウ、ミツバ、などの季節の青物を彩りよく盛り付け、手で軽く押してへらで切り分けて食べる。

前出の報告にもあるように、第二次世界大戦後しばらくまでは、焼きさばの身をほぐして「おぼろ」作りが行われていた。それがさばの缶詰に変わり、丹後地域の消費が多いため370gの特大サイズのさば缶が作られるようになり、現在も地元スーパーなどで売られている。このさばのおぼろは、前述の第1、第5の要素と関係している。

京都、兵庫で一般的に「さばずし」といえば、多くの場合さばの姿ずしと棒ずしのことだ。京都と兵庫県丹波地域では、祭りずしの場合も「さばずし」を指すことが多い。その状況の中で丹後地域だけは祭りずしといえば「ばらずし」と決まっている。さばのおぼろを用いた丹後独特のばらずしは、周辺の地域には全く見られない食文化といえるだろう。

他の地域のおぼろ・そぼろ・でんぶを使ったすし

では、おぼろを使ったすしは、北近畿では丹後地域だけのものなのだろうか。対象地域を広げると丹後以外でもみることができる。

兵庫県明石には「べらずし」というすしがあり、ベラという魚を焼いて身をほぐし、鍋にほぐしたベラと砂糖、醤油を入れて炒り煮にして「でんぶ」を作る。押しずし用の型にすし飯を詰め、上にベラのでんぶをのせて上から押さえて押しずしにする。また、淡路島では、魚のそぼろを使った「こけらずし」があり、このうちベラを使ったものをべらずしと呼んでいる。作り方は明石のそれとほぼ同じだ。

もう一つ例を見てみよう。愛知県知多半島の箱ずしでは、「(略) サバの水煮缶詰は身をほぐして砂糖と塩で炒り煮する。(略) すしの子をごはんの上に並べると、その上に葉蘭^{はらん}を敷き、押しぶたをして箱を重ねる。(略)」(日本の食生活全集②③「聞き書 愛知の食事」より)とある。この記述を何とか確認したいと思い、愛知県の方に問い合わせたところ、このすしを作っている人を探していただいているが残念ながら未だに確認できずに現在に至っている。

このようにして、材料に変化はあるが、共有されている技法にも注目が必要だと思われる。

郷土料理の継承・伝承活動の例

郷土料理の継承・伝承について、活発な活動が続けることで世代を超えて引き継がれている例として丹後ばらずしの活動に少しふれておきたい。

丹後地域では、「料理人」が地元高校で伝統的な料理を指導したり、小学校・中学校では「食生活改善推進員」や「きょうと食いく先生」などが講師となって児童・生徒に丹後ばらずしを伝えている。また、飲食店や宿泊施設は丹後ばらずしをメニューに取り入れ、郷土食として魅力や美味しさ、楽しさを魅せている。行政や観光協会は丹後ばらずしを題材に地域内を結び付け、同時に地域外への情報発信にもつとめている。

このようにして、丹後地域では家庭、飲食・食品業界、教育機関、行政機関が、それぞれの立場の違いによる多様な視点・方針を許容しながら丹後ばらずしに注目し、伝承活動や商品化、情報発信をしていくことで、結果的に地域が一体となった活動として成果をあげている。郷土料理という食文化を伝承していく貴重な成功例として、こうした取り組みは参考に値するのではないだろうか。

継承は継続力から

石川県から兵庫県にかけての日本海沿岸地域は、国立公園や国定公園に指定された風光明媚なところが多く、典型的なリアス式海岸、断崖・洞門などの岩場、美しい砂浜を擁する。各地域の海では歴史的に豊かな幸が育くまれ、加えて鯖街道や、北前船など海運による先人たちの営みは、人々の暮らしと経済を支え、時代ごとに変化を伴いながら多様な食文化を生みだしてきた。こうして引き継がれてきた食文化の一つ一つに注目し、例えば今般のさば食に関する包括的な実態調査や、記録に基づいて伝承や普及を考えること、そのような活動の積み重ねが生活文化を継承していくうえで重要な点であることは間違いないだろう。

□ アンケート回答者の地域別・年齢層別分布

10歲以下	11~20歲	21~30歲	31~40歲	41~50歲	51~60歲	61~70歲	71~80歲	81~90歲	91歲以上	未回答	小計
			1	1	1	6	7			1	17
	2	9	3		10	2					26
		10	10	24	33	27	9	1		3	117
	1		6	13	19	6	1				46
1	2	23	61	52	44	23	9	2	1	3	221
	84	34	50	66	63	49	21	4	1	7	379
				5	6	9	8	1			29
1	24	5	12	7	14	7	5	1		29	105

□「食べなれた料理」を選んだ回答の分布

No.	料理名	越中	能登	加賀	越前	若狹	丹後	但馬
1	さばの姿ずし		2	1	2	3	9	2
2	さばの押しずし（地域回答なし）	1	6	25	1	2	9	
2①	さばの押しずし（金沢押しずし）	1	1	18				
2②	さばの押しずし（加賀押しずし）		4	34		1		
3	さばの棒ずし	1	8	26	13	77	83	13
4	さばのにぎりずし	2	4	18	12	4	27	5
5	焼きさばずし	1	2	26	22	102	81	7
6	丹後ばらずし			1		3	243	5
7	焼きさばちらしずし					4	7	
8	へしこ、こんか	1		10	14	126	108	16
9	なれずし					18	3	
10	へしこなれずし				1	19	3	1
11	さばのかぶらずし	8	7	18		3	6	
12	浜焼きさば			4	21	130	19	5
13	干物	5	11	20	4	29	57	12
14	醤油干し	3	5	10	4	159	34	13
15	さばの醤油炊き	4	6	13	6	56	94	17
16	さばぬた				2	29	3	2
17	なまぐさ汁					4		4
18	さば汁		1					7
98	しめ鯖					1	1	
98	塩焼き（さばの塩焼き）							
98	焼き鯖					1		
98	みそ煮						2	
98	バター					1		
98	竜田あげ					1		
99	なし		1	2	1	2	3	
未回答	未回答	4	3	13	7	6	35	

No.	料理名	越中	能登	加賀	越前	若狭	丹後	但馬
1	さばの姿ずし		1		1	1	5	1
2	さばの押しずし（地域回答なし）		5	20	2	1	6	
2①	さばの押しずし（金沢押しずし）			15		1		
2②	さばの押しずし（加賀押しずし）	1	2	29				
3	さばの棒ずし		3	9	8	35	52	2
4	さばのにぎりずし			3	4	3	10	
5	焼きさばずし			1	3	26	25	1
6	丹後はちずし					2	188	3
6	鯖缶の入っていない丹後はちずし							2
7	焼きさばちらずし					8	3	
7	焼きさばちらずし（ただし、ほくたけ焼きが混ぜ込んである）			1				
8	へし、こんか		2	16	6	80	65	7
9	なれずし				1	5		
10	へしこなれずし				1	9		1
11	さばのかがらすし		4	11		3	5	
12	浜焼きさば			4	12	106	16	5
13	干物	2	7	12	5	22	49	7
14	醤油干し		5	8	5	97	20	1
15	さばの醤油炊き	2	4	14	7	45	78	9
16	さばめた			1	2	27	4	1
17	なまくさ汁					4	1	
18	さば汁		1			1		12
98	ム二郎					1		
98	塩焼き（さばの塩焼き）						4	
98	船場汁						1	
98	みそ煮（さばのみそ煮）			3			1	
98	パッテラ					3		
98	さば缶							
98	鯖のきずし（酢メ）							
—	なし			7	2	7	9	
—	食べではない							1
99	未回答	13	6	20	13	31	57	2

No.	料理名	越中	能登	加賀	越前	若狹	丹後	但馬
1	さばの姿ずし		2	8	2	6	23	6
2	さばの押しずし（地域回答なし）	2	1	12	4	4	7	
2①	さばの押しずし（金沢押しずし）	1	2	10	2	1	3	
2②	さばの押しずし（加賀押しずし）	2	2	12		2	11	1
3	さばの棒ずし	6	9	54	21	67	111	9
4	さばのいぎりずし	2	8	28	10	27	59	7
5	焼きさばずし	4	7	44	19	80	111	10
6	丹後ばらすし			2	1	8	104	6
7	焼きさばちらしずし			1	2	29	7	1
8	へしこ、ごんか	4	6	28	18	56	100	7
9	なれずし		1	2	4	51	8	3
10	へしこなれずし					54	4	2
11	さばのかぶらずし	7	7	25	7	18	14	1
12	浜焼きさば	1	1	11	15	49	39	9
13	干物	4	1	15	5	12	37	3
14	露油干し	2	3	11	6	33	30	4
15	さばの露油炊き	2	2	9	2	15	33	1
16	さばぬた		1	10	7	59	14	1
17	なまぐさ汁			1	1	32	2	
18	さば汁			1		1	3	1
98	さばの味噌煮						2	
98	パッテラ			1		1		
98	しめ鯖		1					
98	すべて							
—	なし			1		4	1	
99	未回答	3	5	5	4	31	74	2

【参考文献】（書名五十音）

- 『魚食と日本人 水産と人・生活・地域のかかわり「第Ⅰ部 魚食からみえる地域」』古今書院 林 紀代美 2015年
- 『京丹後市史 資料編「京丹後市の民俗」』京丹後市史編さん委員会編 2014年
- 『郷土料理「丹後ばらずし」の変容と伝承』農業問題研究 48巻1号 90-96ページ 中村均司 2012年
- 『上智経済論集「日本における甘味社会の成立-前近代の砂糖供給-』53（1・2）上智大学経済学会 鬼頭 宏 2008年
- 『水産学術産業拠点基本構想』福井県 2017年3月
- 『「丹後ばらずし」—その魅力と担い手の技—』パンフレット 丹後郷土資料館 2023年
- 『丹後ばらずしの謎をさぐる』令和4年1月26日開催タウンミーティング発表資料 丹後郷土資料館編 2023年
- 『日本海水学会誌72(5)「サバへしこ（糠漬け）の製造における塩の役割」』日本海水学会 大泉徹、小坂康之 2018年
- 『日本の食生活全集①「聞き書 石川の食事」』農山漁村文化協会 石川編集委員会編 1988年
- 『日本の食生活全集⑧「聞き書 福井の食事」』農山漁村文化協会 福井編集委員会編 1987年
- 『日本の食生活全集②⑥「聞き書 京都の食事」』農山漁村文化協会 京都編集委員会編 1985年
- 『日本の食生活全集②⑧「聞き書 兵庫の食事」』農山漁村文化協会 兵庫編集委員会編 1992年
- 『能登における発酵食文化発掘・発信事業』報告書 一般社団法人能登半島広域観光協会 2021年
- 『福井県嶺南地方沿岸部のサバのヘシコナレズシを事例として「変容する伝承食の真正性」』国立民族学博物館 研究報告44-2 国立民族学博物館 濱田信吾 2019年
- 『へしこ・なれずしの製作技法』若狭小浜のデジタル文化財ウェブサイト 小浜市
(https://www1.city.obama.fukui.jp/obm/rekisi/sekai_isan/Japanese/data/524.htm)
- 『御食国ストーリー創出発信モデル事業 若狭小浜小鯛ささ漬調査報告書』福井県小浜市 2023年

（岸岡貴英）

-
- 『聞き書き ふるさとの家庭料理 ①すし なれずし』農山漁村文化協会編 2002年
- 『日本の食生活全集②③「聞き書 愛知の食事」』農山漁村文化協会 愛知編集委員会編 1989年
- 『日本の食生活全集②⑧「聞き書 兵庫の食事」』農山漁村文化協会 京都編集委員会編 1992年

（中村均司）



海の京都・若狭湾沿岸地域のサバ食文化
—郷土料理「ばらずし」ほかの担い手のわざ継承・
魅力発信事業（調査研究）調査報告—

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字天王山 611-1

発 行 日 令和 6 年 3 月 25 日

