

配布資料(抜粋) 〈昭和100年〉で考える「鹿児島県の近現代」

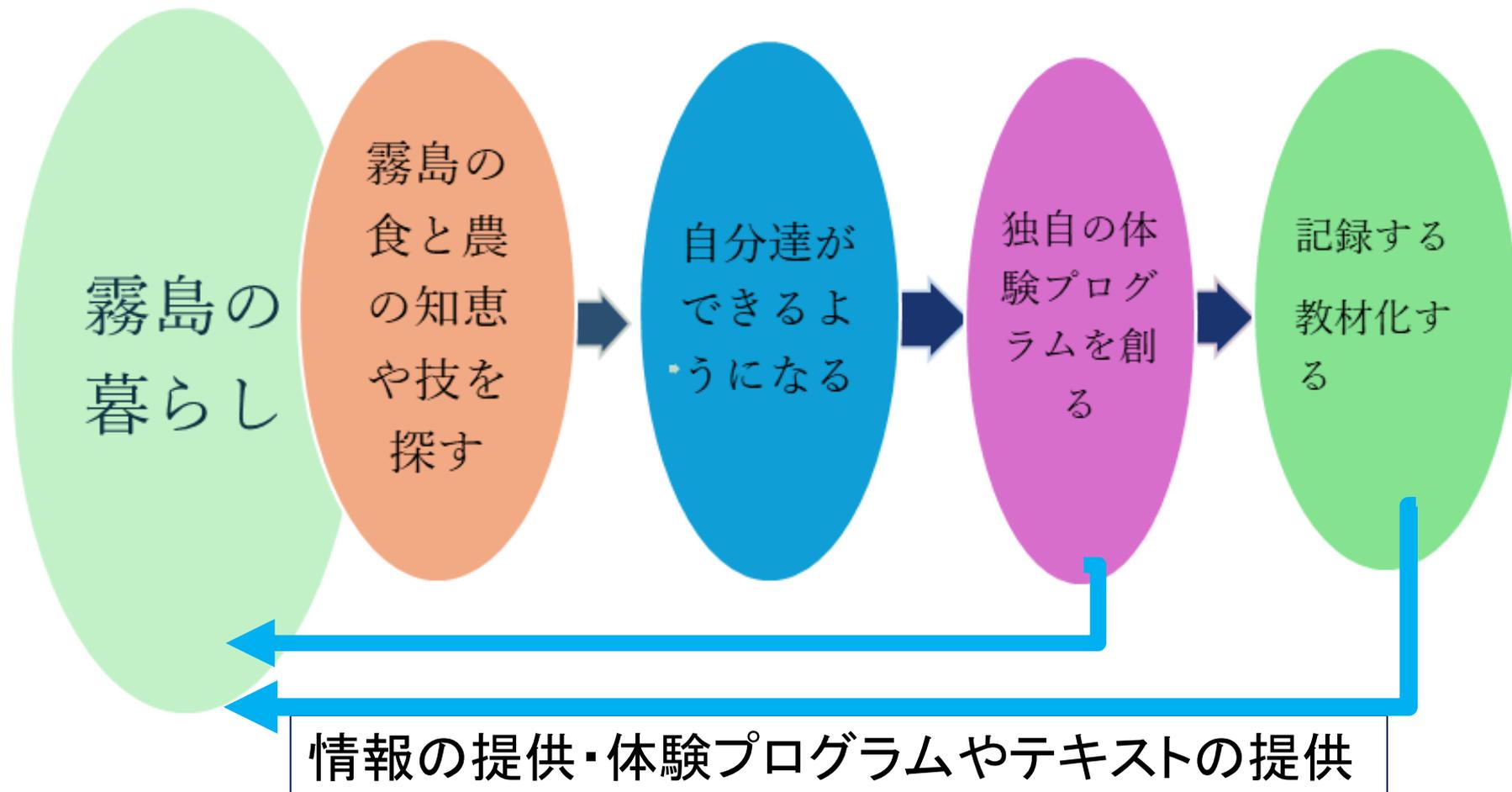
「鹿児島100年の食」



～伝えていきたい食と心～

- NPO法人霧島食育研究会 理事長千葉しのぶ

NPO法人霧島食育研究会の活動のイメージ



本日の内容

- 霧島の暮らしから学ぶ「植え方から食べ方まで」
- 聞き取りからわかった鹿児島島の食文化の特徴
- 食文化は「ここで生き抜く知恵」
～「ずし」「あくまき」
- 食は「ことば」でつながる

植え方から食べ方までを伝える「霧島里山自然学校」 「日本の米を食べることの大切さ」を伝える



地域に根差した食べ方を学んだ「霧島たべもの伝承塾」



県内各地の食文化を学ぶ 「かごしま郷土料理マイスター®講座」



風土に根差した鹿児島島の郷土料理



「霧島・食の文化祭」で行っている 「家庭料理の聞き取り」



100年レシピ

およそ100年前に生まれた人が食べたたり作ったりしたもの



昭和6年11月の食卓の再現



鹿児島県の食文化の特徴①

温帯から亜熱帯までの気候風土の中で
「そこにある食材の利用」



ごま冷汁 へちまのみそ炒めなど(霧島地域)

鹿児島県の食文化の特徴②

シラス台地だからこそその工夫



さつますもじ（全県）

鹿児島島の食文化の特徴③

南方からの食文化の流れ



田芋料理(沖永良部島)

「地域ごとのダシ」で作られる「ずし」

- 「ずし」とは
- 米やそばを野菜などと共に煮込み、かさを増す
- 多く作り、何回も食べる



さつまいも・カボチャのずし



そばずい(そばと野菜のずし)

各地の「ずし」



鶏のダシ(霧島など「そばずし」)



サバのダシ(喜入「そばずし」)



鶏のダシ(知覧の「といのずし」)



豚のダシ(徳之島「どうしばん」)

沖縄の「ジューシー」



固(クファ)ジューシー



フーチバジューシー



精進御雑炊(ショウジンウジューシー)

「あくまき」は保存食



木灰に熱湯をかける



灰1升で2升の灰汁



3時間程度ゆでる

灰汁の違いによる仕上がりの違い



つのまき(種子島)・唐人巻き(坊津)・笹巻(山形・新潟)



つのまき(種子島)



唐人巻(坊津)を作る様子



笹巻(山形県鶴岡市)



笹巻(新潟県 村上市)

鹵粽(キーツァン)(台湾)



食は「ことば」でつながっている



史実には残らない歴史を伝える



- 大切だと思う「食のことば」
- これだけは言ってもらいたくない「食のことば」
- 次の世代に伝えたい「ことば」

食の大切さを伝え継ぐために

- 幼少期からの「食べる」「作る」経験
- 地域全体で「食」の大切さを伝える



ご清聴ありがとうございました