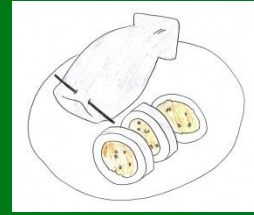
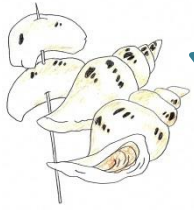


# 隠岐圏域

いか飯  
あらめの炒め煮  
バイ貝の串焼き  
かに汁





7班（隠

### ○いか飯

第二次世界大戦中の戦時体制による食料統制で米が不足していたため、当時豊漁だったするめいかを用いて、米を節約して作れる料理として考案したのが始まり。また、腹持ちが良く、持ち運びが便利な弁当としても用いられた。

### ○あらめの炒め煮

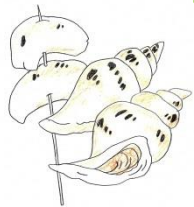
隠岐の島では幅広く柔らかいあらめが採れる。新芽を使っているため、歯ごたえがあるが、柔らかいのが特徴。

### ○パイ貝の串焼き

隠岐の海には暖流と寒流が交わり、山から栄養分をたっぷりと含んだ水も流れ込んで、プランクトンが繁殖したくさんの海藻が茂り、海藻を餌とする多くの貝類が生息する。中でも、パイ貝は隠岐諸島では島後でのみ捕ることのできる貝と言われている。

### ○かに汁

カニ汁はセコ蟹という松葉ガニのメスと大根を煮て作られる味噌汁。メスを使う理由は、メスガニの持つ卵の旨味が味噌汁に適していることである。



7班（隠

### ○感想

初めて扱う食材が多く、パイ貝やイカなどはぬめりがあって下処理に手間がかかった。パイ貝は身を出す際もコツがいり、身を半分に切ることや串にさすのも苦労した。イカの皮はむきづらかったが、骨は容易に取ることができた。カニは切るのに非常に力が必要だった。あらめは野菜と炒めることで彩をよくすることができるのだと学んだ。食材の処理方法などを地元の方が丁寧に教えてくださりスムーズに調理することができた。また、班員のうち二人が県外出身者だったため、島根県の隠岐諸島について知るよい機会になった。隠岐ならではの食材は他にも多くあるとお聞きしたので、調理を試してみたいと思った。隠岐の海の幸を存分に味わうことができた献立だった。

### ○食文化を継承していくために、どうしたらいいか

学校給食などで地域の特産物や地域ならではの料理を出して、子どもの頃から地元の味を知って慣れ親しんでもらう。その給食がどのような由来を持つ料理なのか分かりやすく教える。また、親がもっと郷土料理を作れるようにする。そのために地域の食材の調理法などを親にも伝えることが必要である。さらに、お祭りなど若い人が訪れやすい場所で郷土料理を出店して知ってもらう。身近なイベントなどを開催することで、楽しみながら興味を持ってもらうことができる。子どもへの教育としては、調理実習を積極的に行う。自分達で調理することでより理解が深まる。子どもへ伝えるためには学校の取り組みも必要であり、郷土料理を親世代へ伝えるためには生産者の協力も必要である。まずは継承したい食文化の魅力を充分に知ること、人にもっと伝えられると考える。

### 参考文献・引用文

<https://ja.wikipedia.org/wiki/%E7%83%8F%E8%B3%8A%E9%A3%AF>

<https://e-dashi.com/okiarame/>

<http://www.kankou-shimane.com/okigotouchi/pc/>

<http://local-specialties.com/gourmet/000249.html>