



# マイウェイ

No.36

## 小坪地魚物語

監修 成瀬早平 写真 松尾剛彦  
財団法人はまき産業文化振興財団

平成11年12月発行 ● 発行人 平澤貞昭 ● 編集人 高橋紀雄 ● 発行財団法人はまき産業文化振興財団 〒220 8001 横浜市西区みなとみらい3-1-1 ☎045-251-2771 (直通) ㈱西北社 大日本印刷㈱

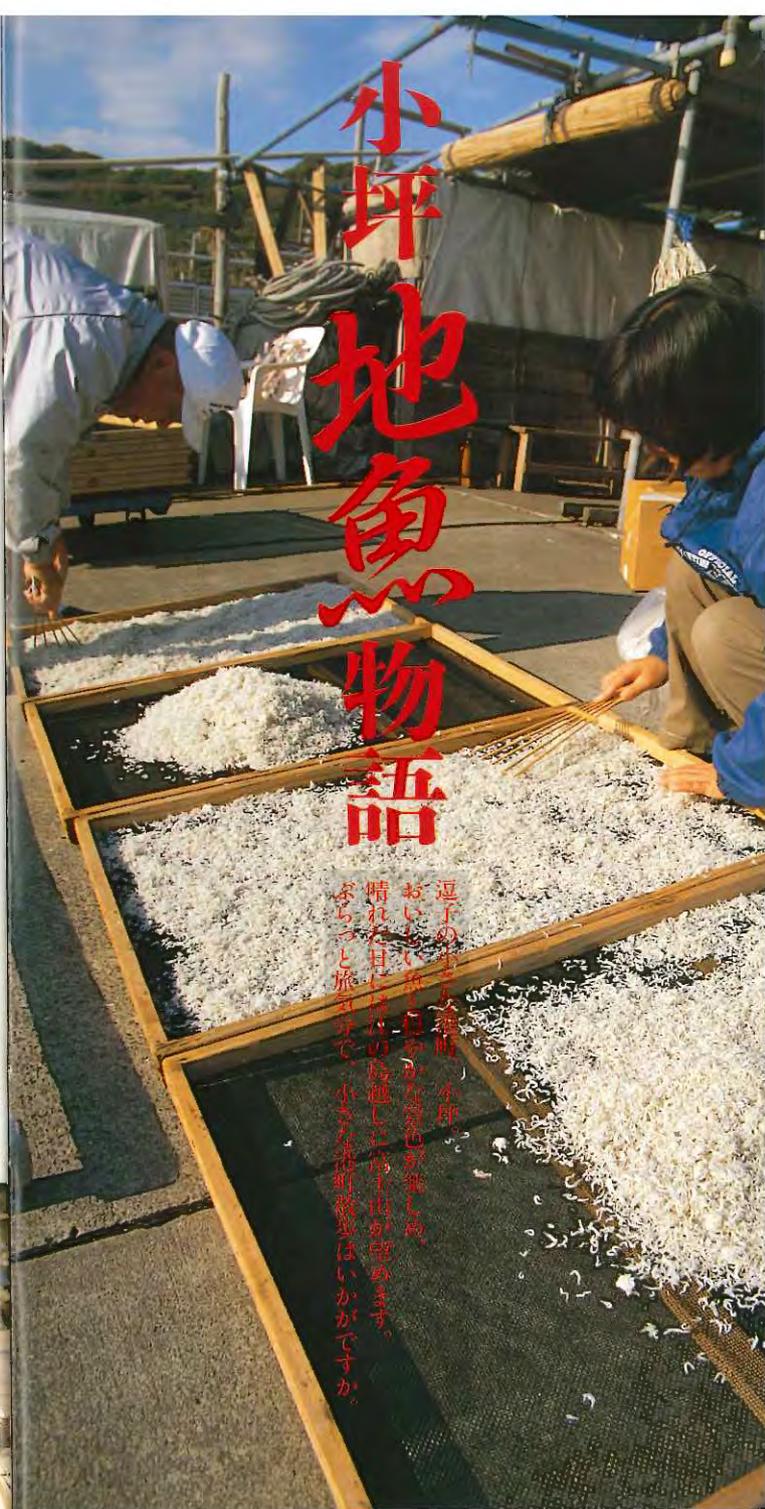




小坪を代表する名産品、タタミイワシとワカメ。水に戻すだけで使えるワカメは常備しておく便利です。

# 小坪の海と魚

# 小坪地魚物語



湿下の子干し(魚干し)小坪  
おいしく干し魚を堪能したい。お晴れた日には、小坪の魚干しを、高十山が望めます。ぶらぶらと旅先で、小坪の魚干しを、はいかがですか。

## 恵みをもたらす沖のカブネ

小坪<sup>こぼら</sup>は逗子市が鎌倉市に接する海辺にあります。入り江は小さく漁港としては不利な地形ですが、南端の大崎、西端の飯島崎の沖の海底には、カブネと呼ばれる磯の棚が発達し、魚介類や海藻の恵みをもたらしています。

小坪漁港に揚がる主なものとしては一年を通して、イワシ、アジ、サバがあり、十二月から一月にかけてアマダイ、三月から十一月にかけてはシラス、五月から八月にはアオリイカが揚がり、磯ものとして、サザエ、アワビ、ワカメが知られています。

小坪漁協の組合長でシラスとワカメの漁を行っている「まるき丸」の篠田實さんにお話

をうかがいました。

2ページ/春から冬先まで行われるシラス干し。下/小坪について教えてくれた組合長の篠田さん。



「春から初冬にかけてはシラス漁ですね。大体、沖合二キロから三キロが漁場で、朝、六時に出港し、九時から十時ごろに浜に戻ります。そして、浜でシラスをゆで、天日に干します。タタミイワシもつくっています。生のシラスをハガキ大のすのこにすくい広げ、薄くもなぐ、厚くもなく均一に全面に広げるんですが、これが、慣れるまで結構難しいんですよ」

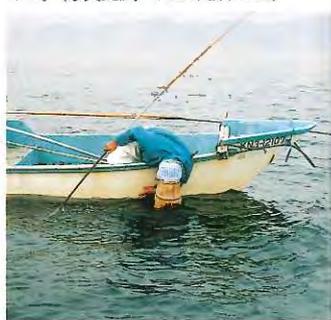
冬場はワカメ漁が中心になるそうです。



波光きらめく昼下がり。そこには映画のワンシーンのような美しい景色があった。



見突漁を行う「かんす丸」の一柳隆三さん。(写真提供/小金井敏幸さん)

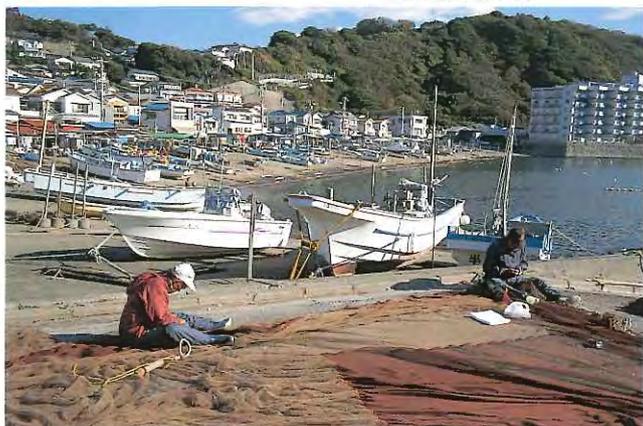


漁を終え、午後の手の空いた時間に網の繕いを行う。

上/小坪では鎌倉エビと呼ばれる伊勢エビ。最近では、めったに取れない。中・下/小坪漁港で。



小坪の水産会社、大辰水産で。大きき別にサザエをより分け、主に築地へ卸すという。



## 伝統の漁法、見突漁

「ワカメは水温が低くないと育たないんです。長いものは一ヶ月前後になり、天然のものは沖合六百メートル、やや深いカブネに根を張り、立つように生えています。小坪沖の岩(磯)は軟らかく、言ってみれば土壌がいい。それに波が適当に荒く、もまれる。だから、いいワカメが育つんです」

質のよさで知られる小坪のワカメ。二月中旬旬から四月にかけて新ものが出回りますが、天然ものは予約だけで捌けてしまっています。

小坪ではサザエ、アワビの漁も盛んですが、これは主に見突漁という漁法で取られています。

見突漁とは箱メガネで海中をのぞき、海底にいる貝をモリで挟んで揚げるもので、全身を使って一人で行います。

右足でかじをとり、口は顔につけた箱メガネが外れないよう内側につけられた棒をくわえ、右手で漁をするのです。目と歯がよくなるとできないと言われるそうですが、そのきつさが知れます。後継者不足に悩まされていますが、若い人の中にこの漁を受け継ぐ人も現れ、現在二十三人が頑張っているそうです。そのほか、小坪では定置網漁や、釣り船の仕立て船も行っています。

港に揚がる漁獲量は決して多くありませんが、魚種が豊富な小坪。相模湾を凝縮した海の幸があります。

# 小坪の幸を おいしく食べる

料理 一柳日出子さん

小坪の伝統料理「水なます」、  
名産のワカメとサザエ、  
そして新鮮な魚でつくる干物。  
小坪の海の幸をご堪能ください。



小坪自慢のおいしい三種。

## ワカメ

酢みそあえと酢のもの

小坪の乾燥ワカメは水に放つだけで、鮮やかな緑色に戻ります。それは、加工する際に一手間かけ、ゆでた後、浜に一日から二日干し、仕上げているからです。



ワカメ干しは晴天で北風の強い日が最適。(写真提供/小金井敏幸さん)



●わたの部分は苦いので、取る。



●サザエはザルで水切りし、加える。



●よく混ぜ合わせてから、器に盛る。



奥/サザエとワカメの酢みそあえ。手前/酢のもの。

## ■酢みそあえ■

- 材料(5〜6人分) 乾燥ワカメ3本 サザエ10個 ネギ3本 A「みそ大さじ3 砂糖大さじ3 酢大さじ1」
- つくり方

①ワカメは水で戻し、ネギはさつと湯通しをし、適当な大きさに切ります。

②サザエの身を取り出し、流水で洗いながらわたを取り除きます(a)。まな板にわたを取った身をのせ、包丁でサザエのふたと身を切り離し、身を適当な大きさに切ります。

③Aをすり鉢で混ぜ合わせ、よくなじんだら①②を入れ(b)、合わせます(c)。

\*サザエの身が取り出しにくいときは、かなづちなどでサザエの殻を割り、身を取り出すとよいでしょう。

## ■酢のもの■

- 材料(2〜3人分) 乾燥ワカメ1本 サザエ2個 きゅうり1本 A「砂糖・塩・酢・しょうゆ・出し汁適宜」
- つくり方

①ワカメ、サザエは酢みそあえと同じ要領で下準備を。きゅうりは小口切りにし、塩もみにします。

②①をボウルで合わせ、混ぜ合わせたAを加えます。



漁船「たつ丸」のおかみさん、一柳日出子(いちやなぎひでこ)さん。お嫁に来たころは魚料理は得意でなかったそうですが、今や何でもござれ。鮮やかな手さばきでおいしい料理を教えてくださいました。サザエは茶わん蒸しにしても最高です。

# カワハギ

水なます——漁師さんの伝統料理  
水なますは、夏の暑いときに氷を浮かべて、のどごしをよくし、食欲をそそる一品として食べることが多かったそうです。水で溶いたみそを加える前の、肝と身をたたいた「肝あえ」状態も絶品。ビタミン類も多く、酒のさかなに最高です。



口が小さく釣り上げるのは至難。

- 材料(4人分) カワハギ2匹 みそ適宜
- つくり方
- ① 胸ビレのつけ根に包丁を入れてから、胸ビレをつかみ取ります(1)。
- ② 内臓を取り、中から肝を取り出し、別に残しておきます。
- ③ 胸ビレの皮の切れめから皮をはいていきます(2・3)。
- ④ 身を五枚におろします。肩口から尾まで背の部分に包丁を入れます。次に頭の向きを逆にし、尾から肩口まで腹の部分に沿って包丁を戻します(4)。そして尾の方から中骨に沿って肩口の方に包丁を入れ、身はずします。その身を肩口から尾の方にかけて包丁を入れ半分にします。残りの片側も同様になります。
- ⑤ ④を細かく切り分けれます。



奥/伝統料理の「水なます」。手前/肝あえ。水溶きしたみそを加えると「水なます」に。



② 肝を塩は取っておく。



③ 自然にスリと皮はむける。



④ 包丁の刃で細かくたたく。9



⑤ 肝の量は控えめに。



⑥ 胸ビレをつかみ取る。



⑦ 身を5枚におろす。

- ⑥ ⑤に肝を半分(一個の)乗せ(7)、包丁でミンチ状になるまで、たたき合わせます(8)。
- ⑦ ⑥を器に入れ、好みの味に水で溶いたみそを加え、出来上がりです。  
\*カワハギは刺し身にして、肝をつけながら食べてもおいしく、また、残った頭や胸ビレ、背ビレはみそ汁に入れると、よい味が出るそうです。

# カマス

## 最高の味の干物

干物づくりも、生魚と同様に、鮮度が大切です。新鮮な魚が手に入ったら干物をつくってみてはいかがでしょう。つくり方は、カマスもアジも基本的には同じ。ただし、カマスは背開きに、アジやサバは腹開きにします。



塩焼きもおいしい。



① 干し時間は2～4時間。日差しの強い真夏は不向き。保存は密封し、冷蔵庫か、冷凍庫で。

●材料(1人分) カマス1匹 塩適宜  
●つくり方

- ① ウロコを取ります。
- ② アゴの部分に包丁の刃を入れ、エラを抜き取ります。
- ③ 頭のつけねの部分に包丁を入れ、背骨に沿って、背開きにします(①)。
- ④ 内臓を取り除き、歯ブラシまたはタワシで、骨のところに残った血をきれいに洗い流します(②)。
- ⑤ バットの表面にまんべんなく塩を振り、カマスを並べ、さらにカマスの表面にも塩



① 包丁は何度も入れず、なるべく1回で。



② 白くなるくらいまで洗う。



③ 全体にむらなくかかる程度に塩を振る。

- を振ります(③)。カマスは塩を控えめに、アジ、サバはややきつめにします。
- ④ ⑤を室温、または冷蔵庫で二十分から四十分ほど休ませます。
  - ⑥ ⑥を水洗いし、塩を流しキッチンペーパーなどで水気をふき取り、表面が乾く程度に干します(④)。カラカラになるまで乾かすとおいしくありません。干し網がなければ、ザルに並べたり、洗濯ばさみに挟んで干すとよいでしょう。
- \* 天日に干さず、脱水シートにぐるみ一夜冷蔵庫においてもきれいに仕上がります。



新嘗祭への献上品

# 海松

毎年、海松を献上している一柳さん。手にしているのが海松。

毎年、十一月二十三日に、宮中では「新嘗祭」が執り行われます。天皇陛下がその年に取れた穀物を神に感謝してお供えになり、自らもお召し上がりになる祭典です。この祭典には各地から新穀、海産物が献上されます。その中の一品に、小坪から献上される海松があります。海松は、松葉を寄せ集めたような形のふさふさした緑色の海藻です。古くから、神への供物として重視され「養老律令」(七一八)の定める貢納品としては、ノリ、テングサに続き、ワカメと同等の価値を認められていたそうです。いつごろから、小坪の海松が献上されるようになったかは、はっきりしていません。現在は「かざえむ丸」の一柳徳次郎さんが任されています。例年十一月半ばから献上に上がるその日まで、晴れた波静かな日は船を出し、海底の岩に根を張った海松を採取します。そして、色、形、鮮度のよいものを二選び、神奈川県水産課の方の同行のもと、献上しています。

## 干物の科学

鎌倉女子大学教授  
成瀬宇平



ここでは、アジを例に説明します。アジの干物が刺し身や塩焼きなどとは一味違い、おしく感じるのは、うまみ成分のほかに身にほどよい弾力性があるからです。

一般に魚の身に食塩を振ったり、食塩水に漬けたりすると、たんぱく質が網状の構造に変化します。そのために弾力性が現れ、食感をよくします。また、魚を干している間に、たんぱく質は酵素的作用により、徐々にうまみ成分として働くアミノ酸に分解され、身の中に増えていきます。

干すことにより水分も減少しますから、うまみ成分は濃縮します。魚の死後に生成されたイノシン酸、その後の乾燥中に生成されたアミノ酸と食塩などが相乗効果を現し、生よりおいしくなるのです。

アジは代表的な青魚ですが、その脂質には血中コレステロールの増加、血栓形成の抑制として働くEPAやDHAなどが含まれており、血中コレステロールの心配な人にとってはその予防には適切な魚といえます。

DHAは老化防止や網膜の病気の予防によく、一日に二尾の干物を食べれば、生活習慣病の予防や記憶力の低下防止にも役立つでしょう。干物だからといってEPAやDHAの酸化を心配することはありません。中くらいの大きさのアジの干物は、約二十分のたんぱく質を含み、体にとって重要なたんぱく質源になり、同時に神経細胞の働きを助けます。

食べておいしく、体にもよいアジの干物は、いつまでも残しておきたい日本の食べ物の一つといえます。

# 小坪の今と昔

神奈川県立歴史博物館 学芸部長  
八幡義信



大崎公園から小坪漁港を望む。

小坪湾は昔、鷺の浦と呼ばれていました。白鷺の舞う美しい海辺だったのでしょう。小坪は鎌倉と逗子の境界に位置する小さな漁村です。北東に小高い山を背負い、南西に海が開けた外海で、わずかな入り江の斜面に人々は暮らしています。漁場としては決して広い場所ではありませんが、鷺の浦の入り江を囲むように、東西から南に延びる沖の磯は、小

坪の人々に海の幸の恵みを与えてきました。棚の多いこの磯には、今でも特産として名高いワカメをはじめ多くの海藻が繁茂し、磯もののサザエやアワビ、アジ、サバ、イワシなども豊漁です。こうした海の幸が往時にも鎌倉の人々に喜ばれていたのでしょうか。小坪はまた古い歴史に包まれた町でもあります。幕府の所在地であった鎌倉に隣接し、



静かに暮れゆく飯島崎で。

三浦半島への道筋にあたっていましたので、源頼朝はじめ多くの武将の往来がありました。鎌倉入りして間もない寿永元年（一一八二）のころから、頼朝はしばしば小坪に来遊しています。笠懸や坩飯に名をかりて小坪に住んでいた愛妾亀前のもとに通ったとも考えられます。『三浦古尋録』という近世の記録には頼朝がこの村に来たとき、茶壺を献上したので小壺（小坪）としたといい、そのお礼に頼朝から贈られた漁網で漁を披露したところ、頼朝は大いに喜び、「地引曳く霞の中の桜鯛小壺の浜の春の朝風」と詠んだことが記されています。

また、北条泰時による飯島崎の和賀江島（貿易港）の築港は、小坪の歴史に大きなかわりがありました。中国大陸や朝鮮半島との交流にともない多くの物資が陸揚げされ、材木座や大町が繁栄しましたが、それにもなつて小坪も発展したことでしょう。海路を鎌倉に入った関西の商人たちにとって、小坪の新鮮な魚介類は魅力だったことと思われます。和賀江島は中世唯一の築港遺跡で、国指定史跡としてその遺構が伝えられていますし、多くの詩人に詠まれた小坪から見る江の島、稲村ヶ崎、富士山の夕照の美しさは今も変わることがありません。

やはたよしのぶ●日本史の中世を専門にし、鎌倉・三浦の歴史に精通。「吾妻鏡」を読み説く勉強会なども主宰。鎌倉女子大学講師。逗子市在住。  
\*1 射五の二つ。馬に乗って走りながら二、三十が先の的を射る。\*2 在地の武士が將軍を供応すること。

# 地魚が買える 鮮魚店

(小坪漁港を中心に)

## 魚佐次(うおさじ)

昭和二十年からJR逗子駅前に店を構えています。店先には、小坪をはじめ、長井や佐島など三浦に揚がった近海ものがあふれています。旬の魚や三崎から直送のマグロの刺身も人気。

営業時間●9時〜18時30分ごろまで。  
休み●日曜日、その他、月一回不定休



魚のデパートと呼ばれる品々も。鮮魚、貝類、干物、練りものなど、常時50〜60種類を扱っています。

## 丸正魚店(まるしょううおてん)

逗子、鎌倉在住のお得意さんが多く、今でも御用聞きに回り、魚を配達。小坪に揚がった魚をつくる自家製の干物は絶品。アジやカマス、アマダイ、ヤナギムシガレイなどの干物が人気です。

営業時間●9時〜18時ごろまで。  
休み●無休



舌の肥えたお得意さんが多いだけに、店内には、鮮魚、活魚とも、厳選したものが並ぶ。

## 「小坪漁港の祭り みかん投げ祭り」

毎年、一月一日に行われます。一年の無事と大漁を祈願して、竜宮様に奉納されたみかんが、正月飾りをした船上から配られます。

午前9時30分くらいから。



写真提供/小金井敏幸さん。

## 谷亀(たにかめ)

小坪の魚を中心に近海ものが並んでいます。市場跡の雰囲気を残し、晩ご飯の魚は何にしようかしらと、買い物を楽しめる店。いつもお客さんでにぎわっています。

営業日●平日・土曜日/17時〜17時30分ごろまで。日曜日/10時〜17時30分ごろまで。  
休み●水曜日



毎年12月27日から31日はお正月用品魚類、かまぼこなどの大特売を行う。



### 小坪漁港への交通

JR横須賀線逗子駅、または京浜東北線新逗子駅から小坪回り鎌倉駅行きバス、小坪海岸停留所下車、徒歩1分

- ① 魚佐次
- ② 丸正魚店
- ③ 谷亀

監修●成瀬宇平(なるせうへい)/昭和十年福島県生まれ。鎌倉女子大学教授。医学博士。食品科学、中でも魚に関する分野を専門とする。著書に「魚料理のサイエンス」(新潮選書)などがある。

右上/「いぬたま」の人気者、「さくら」と。左上/ネコグッズが並ぶキャッツピア。中/動物が大好きという末松さん。右下/「いぬたま」の園内。その下は新たに加わった「たまいちち」で育つフェレットの赤ちゃん。中下/オランダのマーストリヒトの商店街。左下/視察の際、パリ、ロンドン間はユーロスターで移動。サービスは飛行機込み。

## しっかりと町に根付く商店

平成七年に、(財)はまぎん産業文化振興財団主催の商業従業者海外派遣団に参加して、デンマーク、オランダ、フランス、イギリスを十二日間にわたって視察してきました。

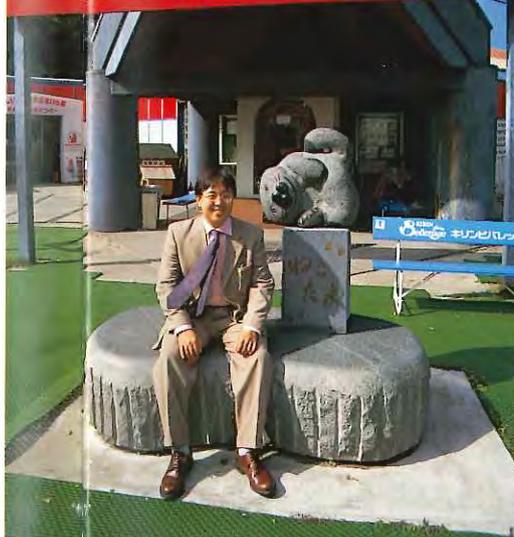
ヨーロッパには、仕事で二回行ったことがあります。しかし、どちらかというと私の関心は米国に向いていました。米国にホームステイしたことがあるからかもしれませんが、何かにつけ米国のほうが「活気」があるようで、魅力を感じていたのでです。

海外派遣団員が語る(18)

質のよい品ぞろえと

専門知識で顧客満足を図る

川崎市多摩区西生田 木松産業(株) 木松 誠さん



派遣団に参加して、ヨーロッパに対する見解が変わり始めました。態勢は「守り」かもしれませんが、決して衰退ではなく、成熟したものであることに気づいたのでです。

例えば、ロンドンでのことですが、地域に商店街が、しっかりと密着していました。卵の専門店、肉の専門店など、一軒、一軒の店は、十五坪から二十坪程度のこぢんまりとしたものですが、ムダなものは置かず、質のよい品ぞろえ、そして専門知識で、お客さまに接し、満足いただいているようでした。ハロッズのように博物館のようなデ

パートがある一方で、普段よく買い物をするのは地元の商店街だそうす。

しっかりと町に根付く商店街を目的にあたりにして、大切なことは、お客さまに満足していただくこと、そのためには専門知識を持ち、お客さまの信頼を得ることだと思に至りました。

私の会社では、ペットとその関連商品を扱っています。視察の経験を活かし、年に何回か勉強会を開き、ペットに関する知識を高めるようにしました。また、今後はさらに社員一人一人の個性を引き出し、際立たせるようなチームづくりをしたいと思っています。

## イヌの公園「ドッグパーク」を

海外派遣団に参加した年に、二子玉川（東京都世田谷区）に「ねこたまキヤツパーク」という、世界のネコを集め、ネコと触れ合える動物園をつくりました。現在、イヌと遊べる「いぬたま」、人気上昇中のフェレットを集めた「たまたち」を加え、ネコやイヌに関するグッズを集めたショップも併設しています。

「ねこたま」を始めるきっかけになりましたのは、ペットショップのジレンマからでした。イヌやネコが好きな

に、家庭の事情のために飼えず、毎日のようにショーウィンドーに見にくれる人がいます。ところが、ある日、かわいがっていたネコやイヌが売れてしまい、がっかりした姿を見ることがままあります。お客さまの楽しみを裏切ってしまうようで、それでいつでも大好きなイヌやネコと触れ合える場を提供できたらと思ったのです。

これからは、「ドッグパーク」というイヌのための公園をつくりたいですね。二子玉川の近くには、砧公園があります。公園内には、世田谷美術館もあり、なかなか雰囲気の良いところです。

芝生が一面に広がる園内は、イヌを散歩させるにもよく、綱をつけて散歩させている人が結構います。

しかし、レトリバーなどの大形犬は、人間が綱を引いて散歩させたぐらいでは運動量が足りないんですね。ですから、綱はずし、イヌが思う存分走り回れるようなイヌのための公園「ドッグパーク」をつくれたらと思っています。

平成十一年の秋に、賛同してくださる人のご協力を得て、第一号を千葉にオープンしました。ぜひ、次は神奈川県につくりたいものです。（談）

末松 誠 ●昭和四十二年、川崎市生まれ。商社に勤務したのち、末松産業に入社。現在は営業本部長として、「ねこたま」「いぬたま」「たまたち」の企画運営に当たる。

上／二子玉川駅のすぐそばを悠々と流れる多摩川。右下／砧公園。広い園内には美術館のほか、サイクリングロードも整備されています。中／「いぬたま」、「ねこたま」のあるタイムスパークの入り口。タイムスパークには、おしゃれな石づくりのレストランやテニスコートもあります。左下／二子玉川駅ロータリーにある横浜銀行玉川支店。



「ねこたま」「いぬたま」「たまたち」●東京都世田谷区玉川1-15-1 タイムスパーク内、新玉川線・田園都市線・大井町線「二子玉川駅」東口より徒歩3分 ☎03(3708)8511/10時~18時/年中無休(月一日のみ休み)

※財はまきん産業文化振興財団では、事業の一つの柱として平成元年より神奈川県内の商業従業者の方を対象に「神奈川県商業従業者海外派遣事業」を主催。海外の商業文化を視察する機会を提供しております。

## 年金

〈はまぎんからのお知らせ〉

### 「年金」電話相談サービス(無料)のご案内

年金制度や年金請求の手続き方法など、年金に関する疑問に何でもお答えいたします。

お気軽にお電話でご相談ください。

**土・日曜日も受け付けております。**

なお、毎週三回実施している

「年金教室」のお申し込みも承ります。

また、年金に関連した雇用保険制度、

健康保険制度についてのご相談もお受けできます。

●「はまぎん」年金デスク ☎01220(3334)089

●相談受付日

毎日。(ただし、祝日、12月31日～1月3日、

5月3日～5日は休業させていただきます)

●相談受付時間 9時～17時

## 編集後記

マイウェイでは以前相模湾のさかなについて、料理法などを交えお伝えして大変ご好評をいただきましたので、今回は小坪にスポットをあてて、その歴史や文化に触れるとともに漁港を訪ね漁師料理もご紹介することといたしました。教えていただいた料理は、素朴ですが素材の味を十分に活かした絶品です。栄養、味ともによい干物はぜひ挑戦して我が家の常備食としたいものです。最後になりましたが、漁協をはじめ取材にご協力いただきました皆様、お忙しいところありがとうございました。

財団法人はまぎん産業文化振興財団  
事務局長代理 井上敬美

## ホール

〈はまぎんホール ヴィアマールからのお知らせ〉  
**ホール利用のご案内**

ヴィアマールは、イタリア語で「船便」の意味。広く世界へつらなる文化、芸術をお届けするホールでありたいという願いをこめ、名づけました。みなとみらいに建つ横浜銀行本店ビル一階にあり、ジャンルを問わず、コンサート、講演会などにご利用いただけます。

### 施設概要

- ホール 客席数517席(前舞台使用時490席)
- 使用時間 9時～22時まで
- 使用料金 基本料金、技術者料金、付帯設備使用料の合計。基本料金は、1日を3区分に設定、6万～25万円。技術者料金は、1名3万8千円。有料催事の場合は別途増料金を申し受けます。
- 休館日 月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始、5月3日～5日
- お問い合わせ・お申し込み先 ヴィアマールホール事務局  
(銀行営業日の10時～16時) ☎045(225)2173  
横浜市西区みなとみらい3-1-1 横浜銀行本店1階

ホール全景 舞台形式から平中間形式まで、多様な設定が可能です。



ロビー 気品ある落ち着いた空間で、開演前、幕間を優雅にお過ごしいただけます。