

うつわから  
広がる食育 ④⑥

女子栄養大学短期大学部非常勤講師  
資源と環境の教育を考える会『エコが見える学校』  
関東学院大学非常勤講師  
三信化工株式会社

## 海老原誠治

えびはら せいじ

佐賀大学物理学科卒業、佐賀県立有田窯業大学校・常勤講師を経る。

◎政府インターネットテレビ『徳光・木佐の知りたいニッポン～守りつなぎ広める日本の心 和食』で和食器の給食、出前授業の様子が放送されています。

きたまえぶね

# 北前船が紡ぐ、食の文化 (6)

「ミガキニシン」と聞いて、ピンと来るのは西日本の方でしょうか。または山間部に縁のある方でしょうか。やはり、北前船の終点である関西では流通しやすいのでしょうか？ また海から離れた地域では、ミガキニシンや棒タラなど、乾燥させた魚介類が多く流通するようです。少なくとも東京出身の筆者には、正直、あまり縁がありませんでした。「ミガキニシン」と聞いて「磨きニシン」と想像する方もいらっしゃいますが、どんな物なのでしょうか？



▲刺し網によるニシン漁。(北海道・明治～大正期)

## 資源確保の工夫

大漁に捕れたニシンは、その7～8割は肥料となる鰆粕いんかすとされました。肥料として遠回りに農作物として食べるより、直接食材となれば、それに越したことはありません。しかし、すぐ腐る魚を食べるには限界があります。そのような中、塩漬けや乾燥等の技術を駆使し育まれたのが、数の子や「身欠きニシン」です。

まず春先に産卵のため、北海道沿岸に押



▲ニシン裂き（鰆潰し）の様子。(北海道・明治～大正期)

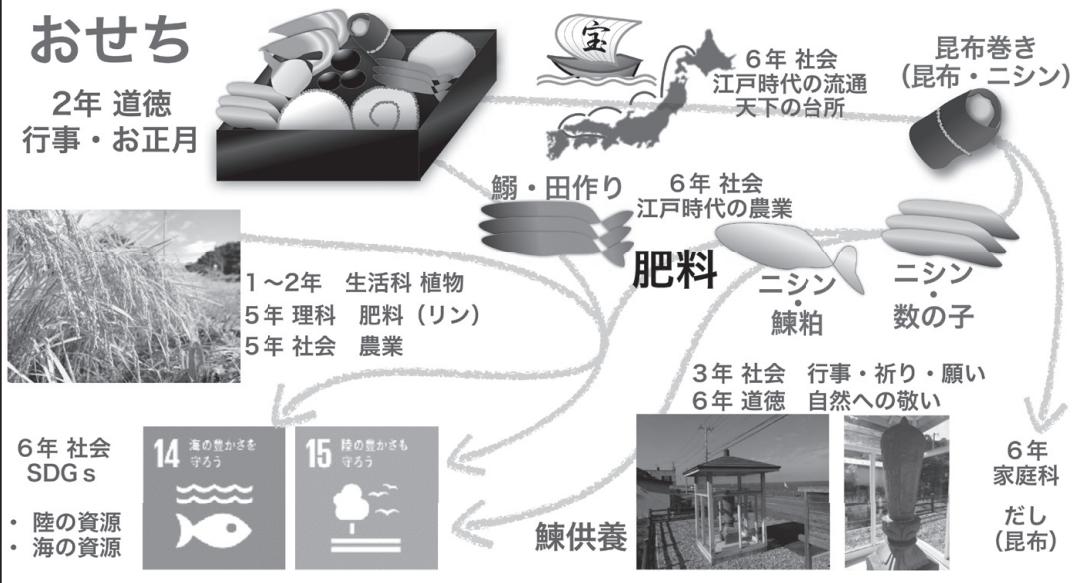


▲身欠きニシンの乾燥。(北海道・明治～大正期)

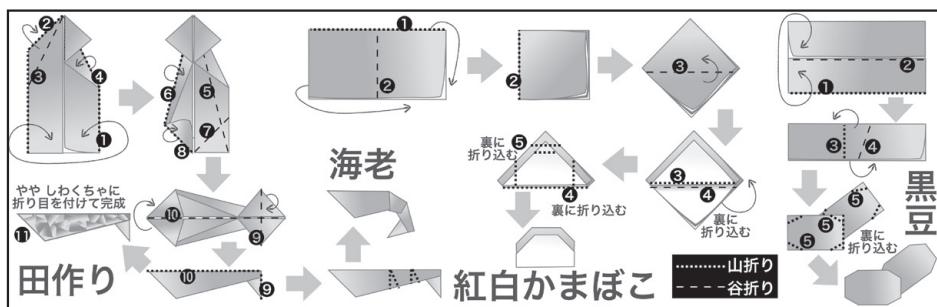


# おせち

2年 道徳  
行事・お正月



▲お節料理から広がり、さまざまな学年・教科領域で扱える題材。6年生の社会科ではSDGs（持続可能な開発目標）の17の目標のうち、「海の豊かさを守ろう」「陸の豊かさも守ろう」につなぐこともできる。



▲折り紙で作るおせち料理より、「田作り・海老・紅白かまぼこ・黒豆」

[開発：海老原誠治・大塩美奈子「いただきます.info」／詳細データ：<https://itadakimasu.info>]

し寄せたニシンを刺し網で捕ります。刺し網はその編み目が、狙った魚が通り抜けられないギリギリのサイズに合わせてあります。ニシンの通り道に網を張ると、小さな魚は通り抜け、狙ったサイズの魚種のみが網に絡まって捕れます。捕れたニシンの程度の良い物から、卵を取り出します（ニシン裂き・鰯潰し）。天日干しや塩漬けにして数の子となります。一方、卵を取り除いた身も、干して身欠きニシンとなります。

このように、乾燥・塩漬け・砂糖漬け・発酵などを駆使した保存技術に対し、ユネスコ無形文化遺産の提案書では、「食材を最大限に利用するために発達」と「資源の最大有効活用を促進することによって持続可能な社会に貢献する」と書かれます。

## お節で伝え得るもの

北前船を切り口に、昆布、ニシン、数の子、身欠きニシン、鰯粕、肥料と、気ままに書き、2019年2月号の連載では鰯供養も紹介しましたが、お節料理から、さまざまな切り口が見えてきます（上図）。新学習指導要領では、カリキュラムマネジメントや教科・学年横断により、育みたい力の具体像が求められますが、お節は、肥料や食料、SDGs、飢餓に向き合う切り口となり得ます。ただそれにとどまらず、お節に込められた日本文化の根底にある感謝・敬い・願いなど、アニミズムと自然への畏怖は、単なる知識だけでなく、思いや動機として、重要ではないかと考えます。