



大地と食べ物のおいしい関係

ひと昔前まで、私達が生きるために食べる食事は、土地の風土と密接に関係していました。土佐清水の沿岸地域では、漁に出るとともに、海岸段丘のわずかな駄場畑に芋や麦などをこしらえる半農半漁の生活が営まれていました。人々はいお(魚)と畑で取れた菜、そして、季節ごとに野山では山菜を、磯では貝や海藻などをとって、身近な自然から生きる糧を得ていました。(『聞き書高知の食事』より)

流通の発達により世界中のものをいつでもどこでも食べられる今、食べ物と風土の関係は徐々に薄れ、子どもの頃食べていた懐かしい味はいつしか遠い昔のものとなりつつあります。しかし、いくら食のグローバル化が進んでも、やはり近くで取れた新鮮な食材が一番おいしいもの。そして、自然と寄り添い生活する中で先人たちが編み出した料理の味は、きつと土佐清水本来の味なのではないでしょうか。

土佐清水ジオパーク構想では、伝統的な食にスポットを当て、食べ物と大地の関係を探りながら、後世にその味を伝えていく取り組み「作ってたべる食堂」をはじめます。



『作ってたべる食堂』

第1弾

松尾のつわ寿司

「作ってたべる食堂」の第1弾として、松尾地区のつわ寿司を取り上げます。

このつわ寿司、古くから足摺半島の伊佐、松尾、窪津、津呂の4地区でのみ作られてきたもの(『聞き書高知の食事』より)。今回は松尾さえずり会のかあさんたちに、松尾のつわ寿司の作り方や、それにまつわる背景を教えてください。

作ってたべる食堂 第1弾 松尾のつわ寿司

日時：令和元年10月26日(土) 10:00~13:00

集合場所：松尾区長場

行程：松尾区長場に集合~つわ寿司についてのレクチャー~松尾地区散策~つわ寿司作り体験~吉福邸にて作ったつわ寿司などで昼食~解散

募集人員：10名

参加料：1000円(昼食代、保険料込)

お申し込み：

お名前、連絡先を明記して、10月18日(金)までに geopark@city.tosashimizu.lg.jp までお申し込みください。

求む！おいしい情報！

- ◎自慢の郷土料理
- ◎珍しい食べ物
- ◎地域の料理名人…etc.

ジオパーク推進協議会までお知らせください。



ぐっちゃんの

いきものバンザイ!!



植物と食文化

土佐清水は漁師町だけあって海の幸が豊富ですね。お店の鮮魚コーナーでは季節ごとにいろいろな魚が並んでいて、眺めるだけでも楽しい気分になります。しかし、土佐清水の人々は海の恵みだけでなく、山の恵みも上手に取り入れて生活してきました。それがよく分かる例として、市内の各地域で作られている押し寿司があげられます。

押し寿司は、葉を敷いた木の型に酢飯を入れ、さらに上から葉をかぶせて押したのですが、その時に使う植物は地域によって違います。松尾や伊佐など足摺半島では、ツワブキの葉を使った「つわ寿司」が伝統的に作られてきました。ツワブキは海岸近くに生える野草で、晩秋の足摺岬ではあちこちでツワブキの黄色い花がみられます。一方で、山手のほうの斧積にはフユイチゴの葉を使った「きいちごの押し寿司」が伝わっています。フユイチゴは低山の林やヤブ陰などに生え、その名のとおり冬にキイチゴのような



石路(つわぶき) キク科で、初冬に黄色い花をつける。主に海岸近く岩場などに分布し、葉はつわ寿司に使われるほか、春先には若い茎を煮物などにして食べる。

赤い実になります。それぞれの地区で昔から身近にある植物を上手に利用してきたのですね。

年配の方々和林を歩くと、先人の知恵に驚かされます。ぐいめ(グミの木)やいたぶ(イヌビワ、オオイタビ)をおやつにしていた話や、「あの木は樹液が粘るので、枝の皮を剥いて鳥もちにする」とか「これは目の薬になる」とか、知らない活用法をたくさん聞く事ができ、とても勉強になります。今後、土佐清水の大地が育んだ植物と、食や文化との関わりをもっと調べていきたいと思っています。身近な植物の食べ方や利用方法など、ぜひ教えてください。(森口夏季・ジオパーク専門員) (参考『土佐の野草』)

