

魚をもっと
食べてほしい。
私たちが、全力です



海にも食卓にも近い、魚料理のプロが土佐にいました。

彼女たちの名は、「土佐佐賀産直出荷組合」。

伝統製法と女性ならではのひと手間、そしてたっぷりの愛情を込めた

その一品は、心まで元気にしてくれます。

きらきらとした海に負けなくらい、いつも明るい土佐佐賀産直出荷組合（高知県黒潮町）のフルメンバー。



伝統の1本釣りによるカツオの漁獲量が県下一を誇る、高知県黒潮町。タブノキやオガタマ、スタジイなどの原生林がそのまま残されている鹿島は、目の前の佐賀港に出入りする船を今日も見守ります。

小さな漁師町で 始めました

「獲れたての生のカツオを薬焼きにしたがが、やっぱりおいしいいや。味が全然違うき」。「薬焼き鰹たたき」でおなじみの土佐佐賀産直出荷組合以下、さんちよく（高知県黒潮町）の浜町明恵さんは、真っ青な海と小さな港を背にした加工場で胸を張って話します。ここは、伝統の1本釣りによるカツオの漁獲量が県下一を誇る、高知県黒潮町。タブノキやオガタマ、スタジイなどの原生林がそのまま残されている鹿島が目の前に浮かぶ佐賀港には、日帰り漁から戻ってきた船が着岸し、魚が水揚げされています。船が戻ってくる度に競りが行われ、その際に使うそろばんの音が聞こえてきます。並ぶかごの中には、獲れたての生のカツオが光り輝いています。

高知といえばカツオ、そしてカツオのたたき。カツオは伝統の1本釣りのほかに、近年、巻き網漁が盛んに行われています。巻き網漁は魚を網で追い込み一網打尽にします。1回の漁獲量は多いものの、網の中で魚が重なり合って傷つき、質が落ちてしまいます。また、月単位で航海する大きな船での1本釣り同様、持ち帰るために冷凍することになりま

す。一般的なカツオのたたきは、この冷凍のカツオをガスや炭で、ときに香りを出すために少し薬を入れて焼くのです。一方、さんちよくでは、1本釣りの生のカツオを基本に、薬のみで焼いたたたきをしています。さんちよくで働いているのは、全員女性です。始まりについて浜町さんは話します。「生まれ育ったこの町でまた働き始めとうて、当時まだ小さかった子ども3人を育てながら仕事を探したたがよ。漁師の父が獲ってきた魚を母が料理するという実家やったき、港で値がつかない魚を見かけ、もつたないと思ひ、『なんとかならんかえ?』と言う漁師さんたちをなんとかしたいと思つたがよ。それでもカツオの一大産地には、少量の魚を加工できる場がなかったき、なら、自分でやろうと一人で始め、地元の良い声をかけていたら、女性メンバーが増えていったがよ。そこで、自分たちの子どもに食べさせたいものを作ろうと考えたがです」。

想いが生む 味わい深さ

朝6時30分。いくつかの港から仕入れている浜町さんは、今日は久礼港にいました。「けんちゃん、今年のカツオはどんなかよ?」浜町さん

がけんちゃんと呼ぶ矢野賢一さんは、久礼港の入札権を持つ仲買人。この港での入札権を持たない浜町さんは矢野さんからカツオを仕入れていきます。「今年はず乗りがええ。でも、いつもより水揚げが遅い。黒潮の流れの関係やろか」。海の状況は刻々と変わります。聞くに、よいカツオは丸々としていてパンと張っているのだそう。しかし、カツオは個体差がよくあるため、最終的には切つて食べてみないと味は分ならず、海同様、読むのが難しい魚なのです。矢野さんはさんちよくの立ち上げ時から仲間ですが、港で認めてもらうには何年もかかりました。浜町さんは毎日港に通つて学びました。「有難いことに、今では『入札してええ』と言つてくれようけど、私はこれからはけんちゃんから仕入れるき」と浜町さん。水産の人情の世界を歩んでいます。

つい先ほど水揚げされたカツオを加工場へ運ぶと、製造の開始です。その手際は迅速かつ、どこまでも丁寧。まずは、大きなカツオを包丁で捌いて節にしていけます。「骨はもちろん、血もしっかり取り除くがよ。血はくさいと感じる原因になるきね」とは竹中住恵さん。商品の量目に合わせて切り落とした部分を集めたざるを覗いていると、「この切り落としては角煮にするがで」。ちなみ

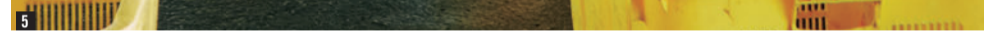
土佐の伝統と母の知恵



- 1 大きなカツオを包丁で、迅速かつ丁寧に捌いていきます。
- 2 骨はもちろん、くさいと感じる原因になる血もしっかり取り除きます。
- 3 カツオの節の間に炎が入るよう、揺れ動く炎を追いかけます。
- 4 火種に入れると一気に炎が立ち上がる薬の入れ方や、二人の呼吸が重要な薬焼き。



- 5 漁業が盛んな黒潮町では港で働く女性も多い。次の船が到着する前にかごを片付け中。
- 6 種類も量も予測できないのが海。今日はカツオやレンコダイなどがあがりました。
- 7 佐賀港では日帰り漁の船が到着する度に水揚げ、競りをを行います。
- 8 値段を競る際に使うのは大きな木のそばん。昔からある風景です。



9 カツオのかごがずらりと並ぶ久礼港では、朝6時30分から競りが始まります。
10 浜町明恵さん(左)がけんちゃんと呼ぶ、仲買人の矢野賢一さん(右)。

炙りの香ばしさが美味
お徳用・
土佐近海1本釣り
薬焼き鰹たたき



1286 凍 22
200g (2パック) 1,380円 (税込1,490円)

そのままお皿に盛るだけ
スライスしている
土佐一本釣り
かつお刺身



2855 凍 25
100g 739円 (税込798円)

冷めてもOK。お弁当にも
かつお角煮



1369 凍 10
110g 548円 (税込592円)

⑦小麦・大豆

※同時配布のカタログ『ツチオーネ』と
お買い物サイト129号も合わせてご覧ください。

日本人は魚が好きで、たくさん食べているというイメージはあるものの、実は今、若年層を中心に、家で魚を料理して食べるのが減ってきています。「骨を取るのが面倒で食べづらい」という理由から煮付けを好まない子どもも多くなっており、魚のある食卓が少しずつ消えていく可能性もあるのです。さんちよくは

これまで、「切って盛るだけ」や「温めるだけ」など約70もの魚加工品を作ってきました。「私も経験したとき、よう分かるけど、仕事や子育てなど忙しいで大変だね。そんな時は、私が代わりに魚料理を作るからね！」魚の食卓の母になるという気持ちでおるき。海と食卓をもっとつな

いでいきたいき。力強さとやわらかさを兼ね備えた、浜町さんをはじめめとするさんちよくの母たち。全力で前に向かい続けるこのエネルギーが、日本の海や食卓をきつと元気にしてくれるはずですよ。

※農林水産省「伝えよう魚食文化、見つめ直そう豊かな海」参考

海と食卓をつないでいく

に、頭や骨などの残りは肥料にするそう。捨てるところはありません。そして、いよいよ薬焼きへ。一人が薬をふわつと広げながら火種に入れると、一気に炎が立ち上がります。もう一人は、網にのせたカツオの節の間に炎が入るよう、揺れ動く炎を追いかけます。これがほんの少しのできごと。「上手にできんかったら薬と時間を消耗するからね。薬の入れ方が一番難しい熟練の技が必要で、また二人の呼吸も大切ながよ」とは松田昌子さん。皮目に少し多く焦げ目を付けたその仕上がりは、家でもカツオをはじめ魚を料理する、母である皆さんも納得するおいしさです。



11 厚めでも薄めでもお好みにカットし、玉ねぎ、青ねぎ、にんにくを添えて。ポン酢の代わりに塩をかけていただいても。
12 商品の量目合わせて出る切り落としは角煮に。大鍋にたっぷり入れて、じっくり煮込みます。冷めてもやわらか。



イベント

編集後記 ↓ 取材時の5月でも、夏を思わせるきらきらとした海、砂浜、空。それよりもきらきらしていたのは、浜町さんをはじめとする土佐佐賀産直出荷組合の皆さん！ てきばき、丁寧、とにかく明るい！ 自然と気持ちが軽く、明るくなりました。さすが、母（編集部・大麻）

夏の一品に！ 家で簡単にできる発酵料理

りんひろこさんの発酵ライブキッチン

2019.8.3(土) 11:00~14:30

「ジャーサラダ」を日本に紹介したりりんひろこさんは、味噌を何種類も仕込んで使い分けるほどの発酵好き。今回は、家で簡単にできる発酵レシピをご紹介します。メニューは水キムチ、水キムチを使った韓国風冷やし中華、乳酸発酵させたキャベツを調味料兼具材として使った台湾の鍋「白肉鍋」を予定。発酵パワーで夏を乗り切りましょう。

りんひろこ
Hiroko Rin

料理研究家、フードコーディネーター。京都で学んだ懐石料理、アールヴェエダや薬膳など東洋の食養生の考えをもとにしたおいしく簡単にできる料理を、テレビや雑誌などで提案している。



上/韓国風冷やし中華にアレンジもできる水キムチ。
下/乳酸発酵ならではのさっぱりとした酸味が食欲をそそります。

DATA

会場…………… オイシックス・ラ・大地
Osaki Kitchen Studio (品川区)
※JR「大崎駅」南改札口より徒歩5分
講師…………… 料理研究家・りんひろこさん
参加費…………… 大人(中学生以上)●3,500円、
小学生●1,000円、未就学児●無料
定員…………… 30名
申込締切… 7月19日(金)
主催…………… 大地を守る会 発酵ラボ

※デモンストレーション後、
できあがった料理をいただきます。



太陽の光でゆで卵ができる！

夏休み自然エネルギー教室

2019.7.28(日) 13:00~16:00

身近にあるものと自然の力でエネルギーが生み出せることを体験する、毎年恒例のイベント。ビニール傘で「超簡易型太陽光調理器」を作り、太陽の光で卵をゆでます。ペットボトルや牛乳パックを使い、ソーラーカー工作も行います。夏休みの自由研究にもおすすめです！



手作り調理器を設置。
ゆで卵は上手にできるかな？

DATA

会場…………… エコギャラリー新宿(新宿区)
※JR「新宿駅」より徒歩15分、
都営大江戸線「都庁前駅」より徒歩5分
参加費…………… 1組 800円
※超簡易型太陽光調理器1つ、ソーラーカー1つを含みます。
定員…………… 12組(対象●小学3~6年生・保護者)
申込締切… 7月12日(金)
主催…………… 大地を守る会 大地を守る・くらしからエネルギーを考える会



楽しく、ゆったり過ごす夏の日

やさともりの夏休み

2019.8.3(土) 10:00~15:00

夏休み恒例のやさともりイベントを今年も開催します！ 里山の自然が広がる筑波山麓。木漏れ日が美しい森の中で野の花を摘み、沢蟹が息づく「かにさわ」で水遊び。新鮮な野菜を冷やしていただきます。自然観察会には、生き物博士の陶武利さんをお招きします。



DATA

会場…………… やさともり(茨城県石岡市)
※現地集合・解散です。
駐車場…………… あり(無料)
講師…………… 生き物博士・陶武利さん
参加費…………… 大人(中学生以上)●1,000円、
子ども(小学生)●500円、
未就学児●無料
定員…………… 40名
申込締切… 7月19日(金)
主催…………… 大地を守る会
森と木の住まいづくりフォーラム
※最寄り駅のJR常磐線「石岡駅」より
会場までタクシー約30分。
自家用車の場合、常磐自動車道「土浦北IC」より約30分。
※森の中に簡易トイレがあります。

冷やしていただく野菜はおいしい！

家庭でも簡単！ 夏の疲れを癒すお抹茶

簡単でおいしいお抹茶の点て方

2019.8.22(木) 10:00~12:00

抹茶に関わる道具の説明から、家庭で簡単にできる抹茶の点て方まで、表千家教授・柴田宗美さんに丁寧に紹介いただきます。毎年恒例「和菓子処清野」の特製上生菓子付き。一服のお抹茶とこだわりの和菓子で、真夏の暑さを和らげほっと一息つきましょう。

DATA

会場…………… 川崎市中原市民館 料理室
(神奈川県川崎市)
※東急東横線・目黒線、
JR南武線・横須賀線
「武蔵小杉駅」より徒歩3分
講師…………… 表千家教授・柴田宗美さん
参加費…………… 600円
※抹茶・和菓子代を含みます。
定員…………… 30名
申込締切… 8月4日(日)
主催…………… 大地を守る会 港北大地サークル



やさしく丁寧に教えてくださる
柴田宗美さん。



手作りとお茶を楽しむひととき

オーガニックワークショップ

2019.8.6(火) 14:00~16:00

味わい深い、香り高い、使いやすい……日々の暮らしに心地よい楽しさを届けてくれる「おもちゃ箱」(東京都大田区)。みつろうクレヨンで絵付けし、オリジナルエコバッグを作ります。さらに、オーガニックのハーブティとチョコレートを味わいながら、お話も伺います。



DATA

会場…………… 川崎市中原市民館 実習室
(神奈川県川崎市)
※「武蔵小杉駅」より徒歩3分
講師…………… おもちゃ箱・
井上美里さん、青山真梨子さん
参加費…………… 1,300円
※試食、材料、お土産代を含みます。
※お連れのお子さんと
バッグ・試食追加の場合、
1人につき200円となります。
定員…………… 30名
申込締切… 7月21日(日)
主催…………… 大地を守る会 にんじんの会

透明に輝く色彩を通して
感覚が磨かれます。

お申込みはWEB
または右記申込書を
注文書と一緒に
ご提出ください

大地を守る会 イベント 検索



お問合せ

オイシックス・ラ・大地
ソーシャルコミュニケーション部
TEL●050-5306-8513
E-mail●csr@member.daichi.or.jp

注意事項

当社は、大地を守る会のイベント及び大地を守る会が告知する他団体のイベントにお申込みいただく際、ご記入いただく個人情報をお申込み内容に関する確認、参加者への連絡、抽選、抽選結果連絡、お問合せに対する回答、非常時に関する対応、イベントの質向上管理のために利用させていただきます。なお当社は、イベント等を旅行業者に業務委託する場合があります。この場合、個人情報を開示することがあります。業務委託にあたっては、個人情報の保護に関する契約を締結し、業務委託先が契約を遵守するよう必要かつ適切な管理及び監督を行います。上記に同意の上お申込みください。個人情報の取扱いに関するその他の条件については、当社ウェブサイトの個人情報保護方針をご確認ください。
<https://takuhaidaichi-m.com/jp/information/8>

2019年7月号 イベント参加申込書

ソーシャルコミュニケーション部行

イベント名		参加人数	会員番号
参加者の氏名(フリガナ)		性別	年齢・学年(生年月日)
アレルギーの有無		参加者の氏名(フリガナ)	性別
アレルギーの有無		年齢・学年(生年月日)	アレルギーの有無
メールアドレス(事前連絡が可能で添付ファイルが受信可能なもの)		携帯電話番号(当日連絡が可能なもの)	

*ご家族の場合は代表者分のみをご記入ください。

備考(会員として登録された「住所」と異なる方がいらっしゃる場合はその方の住所、他連絡事項がある場合はその旨をご記入ください。)

*複数のイベントにお申込みされる場合や記入しきれない場合は、「連絡便」などに必要事項を明記の上、ご提出ください。



発行 オイシックス・ラ・大地株式会社
東京都品川区大崎1-11-2
ゲートシティ大崎イーストタワー5階
TEL 050-5306-8513