



しかベタイムズ

私が担当しております！

鹿部温泉観光協会
金澤 佑

令和8年 10月 第39号 隔月発行

「一関市立花泉中学校の皆さんが来てくれました！」



生徒は漁師さんや水産加工屋さんのお仕事を牛伝いながら泊2日当町で過ごしました。最後は涙々のお別れとなり、充実した出会いと時間を過ぎて頂いたのどうもありがとうございました。今後も当町の更なる発展の為、未来を生きる若年層と当町の産業の出会いを創出していきたいと思っております。受入れて下さった皆様には、心より感謝申し上げます。

鹿部の今が旬な食材

いか

道南で暮らす人々にもファンが多い「いか」当町でも、時期になると早朝の漁港に人だかりができて、春から夏にかけて黒潮や対馬暖流の北上し、秋になると再び九州周辺へ向けて南下し、産卵後にその一生を終える。主に夜間に活動するため、漁火を点灯し光に集めて漁獲する。鮮度の良い個体の見分け方としては色の濃いものを選ぶと良いとされている。刺身・一夜干し・フライ・いかめし・酢味噌和え・塩辛・いか墨・パスタ等ここに記載しきれないぐらいの料理法を持つ人気の食材である。

10月はどんなお魚が取れますか？
本来であれば鮭やスケトウダラの漁を期待したいところですが、最近はまだイカやブリが獲れております。
海の変化は感じますか？
いつも獲れるお魚の時期がズレていたり、今まで獲れなかったお魚が獲れたりとお実に感じます。
いかの美味しい食べ方はありますか？
やっぱり一番は刺身が好きです！
朝は何時からですか？お仕事で大変な事はなんですか？
いつも6時から市場におります。やはり私達の商売は漁師さんがお魚を獲って来てくれることで成り立っているのです。水揚げが少なく漁師さんが悩んでいる時は同様に辛いです。ただ私達以上に漁師さんは大変な思いをしていると思うので、弱音は吐いてられません。特に最近は海の状態も変わってきているので、柔軟に対応していきたいと思っています。
お仕事で楽しい事はなんですか？また目標はなんですか？
水揚げが沢山あって漁師さんも市場の職員も活き活きと働いているときは、気持ちも良いし、とても楽しいです。
これからお魚の安定した水揚げがあつて、みんなが笑顔で仕事に励んでいる活気のある浜を創っていきたいです。
感想
市場ではいろんな種類のお魚を見せてくれてめっちゃ楽しかった。ヒラメとカレイの見分け方も教えてもらった。海の温度が上がったりと大変なことも知れたが、これからも鹿部の海で沢山のお魚が獲れてほしいと思った。優しく案内してくれてありがとうございます。

大清水 幸樹さん

今月の旬な鹿部人 鹿部漁業共同組合



私たちが取材しました！



藤田 陽光
(ふじたはるひ)
鹿部小5年生
特技：タイピング
好きな食べ物：明太子



盛田 湊介
(もりたそうすけ)
鹿部小4年生
趣味：バレーボール
好きな食べ物：カレーライス

「大根といかの煮物」

【材料】(2名分)

いか2杯、大根400g、しょうが適量

(煮汁)

水400cc、醤油大さじ3、砂糖大さじ1、酒みりん各大さじ1

【作り方】

- ①大根を約2cm幅に半月切りにする。いかは足を抜き内臓を出す。
- ②いかの胴を約2cm幅にぶつ切りにする。煮汁を煮立てる。
- ③②に大根・いか・しょうがを入れ、落とし蓋の後に鍋蓋をして中火で20分火にかける。
- ④火を止め1~2時間放置で出来上がり。

【ポイント】

大根の幅で煮る時間が変わる。一晩おくと味が染みて尚美味しい！

今回の料理は 滝野幸子さん



cookpad

日本最大のレシピサイト
クックパッドに掲載中！
鹿部さっちゃんクック
で検索してね！！