

東北食べる通信

2017

3
月号

世なおしは、食なおし。

特集

悶々と、苦闘の果てに

小 女 子

なご
ころ

宮城県石巻市

きゅうりんはま
給分浜の安藤秀さんたちが獲った

東北食べる通信

悶々と、苦闘の果てに



【宮城県石巻市給分浜】

文＝高橋 博之 写真＝山下 雄登

4
月3日
7°C

明治時代から始まった伝統漁法でメロウド（女郎人）と呼ばれる魚を追いかける男たちがいる。宮城県石巻市給分浜の漁師たちだ。機械化が進んだ近代漁法が席卷する漁船漁業の世界で、未だに伝統漁法にこだわる漁師たちとは一体どんな男たちなのか。私はいつになく、彼らの世界を覗けることに興奮していた。

煮て干し、ちりめんにすると美味しいことで知られるコウナゴ（小女子）の親魚であるメロウドは体長10～15cmで、細長く、銀色に輝いている。メロウドの多くは水族館や養殖の餌として出荷されているため、地元以外の市場にはほとんど出回らず、一般には馴染みが薄い。東日本大震災後、メロウドの単価が上がった。水族館が餌として仕入れていたイワシが獲れなくなり、さら

に単価の安い中国産の餌に雑物が多かったため、国産に切り替わっていったことも追い風となった。

給分浜で生まれ育った漁師の安藤秀さん（34）は、メロウドは貴重な収入源となる一方で、味は抜群だとも語る。唐揚げにしてもよし、刺身にしてもよし、特に塩をして干し、焼いて食べるのが最高に美味しいと教えてくれた。ここまで言われると、なんとしても食べてみたくなる。そして、漁師が絶賛する、この市場に流通しない幻の魚を、東北食べる通信読者にお届けできることが、楽しみでならなかった。

海の巨大金魚すくい

メロウドを伝統漁法で捕まえるのには罟がある。メロウドは海面近くにいるため、超音波を利用することで海中の魚群を探す魚群探知機が使えないのだ。頼れるのは、人間の視力と勘だけ。メロウドを狙う鳥を遠隔から見つけると、全速力で船を走らせる。船の前方には、長さ14mの繊維強化プラスチック製の棒「アゾ」が2本装備されていて、先端には網がくくりつけられている。メロウドの群れが渦になっている「イケ」と呼ばれるポイントに着くと、金魚すくいのように棒を海中に突っ込み、網ですくい上げる。だからこの伝統漁法は、すくい網漁と呼ばれている。

秀さんにメロウド漁を教えた父の貢一さん

（62）は言う。「メロウドは小さい魚だから大きい魚から逃れるために群れをつくる。空からはカモメやウトウがメロウドを狙っている。その鳥が海に飛び込み、数羽でグループをつくって追い込むと、怖がるメロウドはさらに群れを大きくする。さらに、メットウ（オットセイの地元での呼び名）も狙っている。3、4月になると、鳥たちも子孫繁栄のために餌のメロウドを口に挟んで、女川沖の島へ持ち帰る。それをカモメが横取りしようと狙っている」。

一番おもしろえ

すくい網漁が始まったのは貢一さんの祖父

の代からで、当時は山から杉の木を切り出してきて「アゾ」として使っていた。今は機械が当たり前だが、昔はなんでも人力だった。貢一さんが漁師になりたての頃は竹の棒2本を「アゾ」として使い、両手ですくい上げていたが「なんぼも獲れねえ（ほとんど獲れない）」と、貢一さんは当時を振り返る。機械の動力で繊維強化プラスチック製の「アゾ」を操り、一気にすくい上げる今は、大きい群れに当たると1回で5トンも獲れる。そうなれば、このたった1回で燃料代や人件費などのコストを差し引いても儲けが出る。

しかし、当たるときもあれば外れるときもあるのが漁船漁業の世界である。勘や経験もある程度は頼りになるが、自然と対峙する人間の力には自ずと限界もある。その限界を乗り越えて、漁獲高を引き上げようとすれば、テクノロジーの力が必要になる。ところが、メロウド漁には魚群探知機も使えないため、近代漁業の中では非効率な漁法と敬遠され、多くの浜で姿を消していった。残ったわずかな浜のひとつが、この給分浜なのであった。なのに秀さんは、このメロウドのすくい網漁が「一番おもしろえ」と言う。

小さいながら、噛みしめるほどに深い滋味が広がる小女子は、料理のメインにも、また隠し味にもなる便利食材です。卵焼きに混ぜて焼いたり、あえ物に加えれば、毎日の食事にちょっとした変化を出すこともできます。今回は夕食のメインになる、春の香りが楽しいかき揚げをご紹介します。菜の花のほかにも新ショウガや山菜など、香りの強いものと合わせると一気に食卓が華やきます。

コウナゴのかき揚げ

材料 (2人分)

コウナゴ (煮干し)	30g	冷水	大さじ 3
玉ネギ	1/4 個	大根・ショウガ (すりおろし)	各適量
ニンジン	1/3 本	揚げ油 (サラダ油・ごま油)	各適量
菜の花 (または三つ葉)	1/3 束	天つゆ (または塩)	適量
小麦粉	大さじ 4		

作り方

- ① 玉ネギはやや厚めに縦薄切りにする。ニンジンはやや太めのせん切りにする。菜の花は約 4cm 長さに切る。
 - ② ①とコウナゴをボウルに合わせる。小麦粉大さじ 1 を加えて混ぜ、全体によくまぶす。
 - ③ 別のボウルに小麦粉大さじ 3、冷水を合わせてざっと混ぜる。②を加え、さっくりと混ぜて絡める。
 - ④ 揚げ油を鍋に合わせて中温 (170~180°C) に熱する。③を食べやすい大きさ (4~6 等分) に分け、スプーンなどで油に静かに落とし入れ、散らないように 20 秒ほど表面を軽く押さえる。
 - ⑤ 上下を返し、全体がカラリとするまで揚げる。油をしっかりきって器に盛り、大根・ショウガを添える。天つゆや塩をつけていただく。
- ※ 具の野菜はゴボウ、サツマイモなどでもおいしい。

自家製ふりかけ

フライパンにごま油大さじ 1 をひいて中火で熱し、コウナゴ (煮干し) 大さじ 3、大根の葉 (粗みじん切) 1/2 カップ、白ごま大さじ 1 を入れてゆっくり炒める。大根の葉がしんなりして縮んだら、醤油・酒各大さじ 1、砂糖小さじ 1 を加えて汁けがなくなるまで炒める。冷めたら保存容器に入れ、冷蔵庫で 4~5 日間保存可能。

※ カリカリの食感に仕上げたいときは、これを 150°C に予熱したオーブンでさらに 10 分焼くとよい。



かりかり、しつとり 2つの食べ方

春の訪れ、小女子のかき揚げ

今月の一品



いえてつくる

増量限定
海鞘・若布
特集

【渥美貴幸さん】
宮城県石巻市谷川浜
文 保田さえ子 写真 山下雄登



災から1年を待たずに「とにかく俺が獲った魚を食べてほしいんだ」と自らインターネットで販売を始めたときの姿こそ、友の本来の姿だと渥美さんは思っている。「秀と一緒にこの漁業をよくしていきたい」との意志を胸に抱く渥美さんは、「『東北食べる通信』のような道があれば、秀は絶対突き抜ける」と、期待を込める。

同志とタッグ

夏が旬のホヤをこの時期に販売するのは、渥美さんの新たな試みだ。「夏のホヤはうまいけど、氷漬けにしないと送れない。鮮度落ちも早いから、そのせいでホヤに苦手意識を持ってる人って多いんですよ。今の時期なら氷無しで、生きたまますぐいい状態で届けられる。春のあっさりしたホヤの食べかたを提案したい」と意図を明かす。同志の安藤さんがこの時期に収穫する新ワカメと合わせ、さっと火を入れて味わうしゃぶしゃぶのレシピとともにお届けする。

きた渥美さんにとって、県の方針は到底受け入れられるものではなく、「水揚げしたら、あとは韓国に行くのが捨てられようが金に換えられればいいのか？」と首をかしげる。大勢に抗った渥美さんに対し、同業者からの風当たりはすさまじかった。

一方、渥美さんの決断を支持する消費者の動きが湧き起こったのも事実だ。その結果、渥美さんはホヤを一切廃棄することなく売り切った。この出来事は、しがらみにとらわれがちな地域にやっと小さな風穴を空け、「最近、年配の人たちが、廃棄はだめだよあって少しだけ理解してくれるようになった。若い漁師たちも古い体質に疑問を持ち始めて、自分たちでどうにかしたいと相談を持ちかけてくるようになった」と言う。

道があれば突き抜ける

閉鎖的な漁村社会に身をおきながら、「俺は家を継いだわけではなく、自分で漁師になりたいってなっただけだから、納得いかないものはいかないとわがまま言って仕事してこられた」と、渥美さんは言う。とりわけ震災後、地域の漁業が衰退の危機にある中で「自分がグッドサンプルになればいい」と覚悟を決め、孤立を恐れず奮闘してきた。一方で、「震災のあと、フィッシャーマンジャパン（渥美さんも属する三陸の若手漁業者グループ）とも『東北食べる通信』とも出会わずに本当に俺ひとりだったら、何者にもなれなかった」との思いもある。だからこそ、旧知の安藤さんを『東北食べる通信』に引き合わせたかったのだと。

昨年、10年ぶりに安藤家の船に乗り込んだという渥美さんは、友の姿にどこかすぶったような印象を受けたのだと言う。しかし、出る杭は打たれるこの地域社会にあって、震

2015年9月、「ロックに生きるホヤ漁師」として本誌で特集した渥美貴幸さん(34)。ぶっくりと身の肥えた3年ものホヤは、浜から直送するや、読者の間でも評判となった。その渥美さんの人物像を紹介した本誌記事には、こんなくだりがあった。

“うちの船に乗らないか？”漁師になってバリバリ働いていた旧友からの誘いが、人生の大きな転機になった。20歳のときだった。「なぜか彼の電話だけには出た。あの電話がなければどうなっていたかわからない」

この電話の主の“彼”とは、渥美さんの中学時代のバンド仲間、今号巻頭特集の主役、安藤秀さん(34)。「貴幸、何か怪しい仕事やってたら、おまえばかじゃねえの。ラクして稼いでねえで体使って稼げ」って船に呼んだ」と言う。当時、道も定まらず閑々と暮らしていた渥美さんは、そこから3年あまりの月日を安藤家の船で修行して送り、漁師となる腹を決めた。同じ船で共に汗した安藤さんは、いわば同志だ。

ゼロ申告の決断

2016年、東日本大震災で深手を負いながら再起した渥美さんは、着実に生産を回復し、宮城県全体でも震災後の出荷のピークを迎えようとしていた。しかしその矢先、県漁協は、ホヤの大量廃棄を決定する。最大の輸出先だった韓国が、原発事故の影響を理由に水産物の禁輸措置を続けていることがその理由だった。生産者の申告により廃棄量が決定されること、その量に応じた金額が補償されることが取り決められた。

しかし、渥美さんは廃棄「ゼロ」を申告した。禁輸は今に始まったことではない。いかにして国内で販売していこうかと模索し続けて



1. 安藤秀さん(左)たち一家のメロウド漁に同行した渥美貴幸さん(右)。ホヤ養殖を生業とするが、ときどき「獲る」漁業やりてえなあと思うのだとか。2. 渥美さんが育てたホヤ。プラス(+)形の入水孔から海水やプランクトンを取り込み、マイナス(-)形の出水孔から吐き出して生息している。



ホヤとワカメの
“春の磯香る”
しゃぶしゃぶ

- ① ホヤは皮ごと縦半分になり、皮から身を外す。内臓やフンを取り除き、一口大に。
- ② 皮は、半量ほどを汚れを落とし、4等分に(だしに使用)。
- ③ ワカメは茎と葉を切り分ける。長く切ると、見た目も歯ごたえもGOOD!
- ④ 鍋に水と昆布を入れ、火にかける。昆布から小さく泡が立ったら、だし用のホヤの皮、白髪ネギ、その他お好みの具を入れ、ホヤとワカメをしゃぶしゃぶしながらいただく。ポン酢、柚子胡椒で食べると、旨味が引き立つ。
- ⑤ 雑炊は、スープに白だし(市販)を加えて味を調え、こしゅうをひと振り。
- ⑥ せん切りにしたホヤとご飯を加え、煮立ったら溶き卵を入れ、混ぜてすぐに火を止める。
- ⑦ 青ネギを散らし、締め一杯をどうぞ!

くろだめし

牡鹿半島同級生タッグ。谷川浜ホヤ×給分浜ワカメ



コウナゴと花椒のアヒーヨ

コウナゴ(煮干し)60g、ニンニク(みじん切り)大さじ1、花椒大さじ1、赤とうがらし(小口切り)小さじ1を小さめのフライパンに合わせ、オリーブオイルをひたひたになるまで加える。弱火にかけ、ニンニク、花椒の香りがたつまで加熱する。カリカリに焼いたフランスパンを添え、一緒にいただく。※炊きたてのご飯、サラダにかけてもおいしい。



コウナゴとナッツのつくだ煮

むきクルミ・アーモンド各大さじ1を包丁で粗く砕く。フライパンに砂糖・醤油各大さじ2、酒大さじ1、みりん小さじ1を合わせて弱火にかけ、砂糖が溶けたらナッツ類、コウナゴ(煮干し)大さじ3を加える。焦げないよう気をつけながら、汁けがほとんどなくなるまで炒め煮にする。



コウナゴのチヂミ

小麦粉100g、片栗粉大さじ3、卵1個、水100ml、塩ひとつまみ、粉末だし小さじ1をボウルに合わせる。コウナゴ(煮干し)20g、ニラ(5cm長さに切る)1/2袋分、玉ネギ(薄切り)1/2個分を加え、さらに混ぜて生地をつくる。フライパンにサラダ油を多めにひいて熱し、生地を流し入れる。表面にコウナゴ大さじ1を散らし、赤とうがらし(小口切り)少々をのせ、両面をこんがり焼く。最後にごま油大さじ1を回し入れて香りづけをする。たれ(醤油大さじ3、酢大さじ2、ごま油大さじ1、豆板醤小さじ1、青ネギ<小口切り>大さじ1を合わせる)につけていただく。

い
え
て
つ
く
る

FOOD
DESIGNERS NETWORK

小女子のいろいろレシピ



食べることは生きること　社会学者・山内明美 編

三陸世界は森羅万象を躍り

海や土に働きかけて、そこから命の糧を得る仕事においては、自身の取り巻く環境に無頓着ではいられません。時に風を読み、潮や空の表情をうかがうことは、己を取り巻くリスクを理解するための不可欠な能力です。そうした能力が、都市社会の中で問われることはほとんどありません。(中略)
小さな船ひとつで、大海へ漕ぎ出す仕事は、圧倒的な自然に身を委ねる生き方でもあります。「自然」から奪う命の責任を、自ら負っているということなのかむしろれません。

「東北から、もうひとつの社会構想を考える」(山内明美著・「東北復興新聞」2013年5月28日掲載)より

▼ **高橋博之**（以下・高橋）：震災から6年。明美さんにとっては、どうでしたか。

山内明美（以下・山内）：ちょっと信じられないですね。7回忌という年月の速さもさることながら、南三陸（山内さんの故郷）のようにピラミッドのような盛土や防潮堤などで故郷の風景が激変しています。

高橋：田中角栄って、僕が生まれた1974年に金脈問題で退陣したんですが、今、あの人が言った「列島改造計画」のようだすら感じます。当時は、雪深い新潟まで新幹線を通すんだと言って山にダイナマイトを仕掛けて拍手喝采した時代。そんな時代はもうとっくに終わってしまったのに。

山内：似ていますね。60年代から70年代は、田舎は圧倒的な自然の広がりや、まだ茅葺き屋根の家とかがあった時代。資源枯渇や汚染が社会問題になる以前のことです。もっとも、すでに水俣での公害は発生していましたけれども。今は、これ以上いるんなものをつくっても逆に土地や海に負荷をかける時代になりました。とりわけ、激甚災害が起きたことで、防衛意識の高まりから、過剰なコンクリートで故郷を防御するようなまちづくりになってしまいました。20年、30年後に「何やってたんだべ」ってことになってしまう。

トイレがないのにゴミだけが増える

高橋：今、僕らが生きている社会は「リスク社会」と言われています。このリスク社会って何なのか、改めて教えてもらえますか。

山内：社会学者のウルリッヒ・ベック（1944―2015）がチェルノブイリ原発事故（1986）の

東日本大震災から6年となる2017年3月。編集長・高橋博之が訪ねたのは、三陸沿岸、宮城県南三陸町出身の歴史社会学者であり、東北開墾理事の山内明美さん（41）。現在、リスク社会の只中を生きる私たちが向かうべき“とぼ口”はどこにあるのか。東北の同志として共に探った。　構成=保田 さえ子

三陸世界は森羅万象を躍り

ます。もう一度新しい転換が生まれるのであれば、そういう場所からかなと思う。

もはや人間というものでいられなくなる

高橋：今、社会をAI化して人間の仕事を奪い、どんどん効率化しようとする流れがあります。そこに乗って開かれる豊かさもあるでしょうけれど、同時に、さらに溜め込まれていくリスクがあると僕は思っている。例えば、養老孟司先生がよくおっしゃっている「脳と体のバランスが崩れる」問題。自分自身の自然のバランスが崩れていくようなこういう問題も、リスク社会の中に入ってきますよね。

山内：そうですね。もはや人間というものでいられなくなるかもしれない、と感じます。

東北食べる通信

このリスク社会を乗り越えていくそこはかとない力がある

高橋：農家や漁師は、取り巻くリスクと常に向き合い、そのリスクをとれる範囲において恩恵に預かる暮らしをしてきた。一方、都市の僕らは、そのリスクと恩恵の関係に目を向けずに恩恵ばかりもらおうとしてきて、気づいたらとんでもないリスクが溜まってしまった。僕は、今のこの原発の問題も含めて、もう一度しっかりリスクと向き合うことが問われているんだろうと思います。農家や漁師の生き方って、本当に自ら責任を負ってて、潔い。だから僕は、あの人たちに対して「かなわない」という気持ちになるんです。

山内：農家や漁師には、このリスク社会を乗り越えていくためのそこはかとない力があります。あれだけ巨大な津波が来て、大変なことが起きたのに、また海に出て行く。海と一緒に生きる。すべて流されても、目の前の海を「太平洋銀行だ!」と笑い飛ばす。強いですよね。だからこそ、その海が汚染されてはダメなんです。

高橋：あの世界観は、思い通りにならない自然と対峙している彼らが、その怖さと向き合っていくためのある種の哲学なんでしょうね。農家漁師のじいちゃん、ばあちゃんの話に耳傾けていると、言葉は難しくないんだけど、まさに哲学的なことをしゃべってる。

山内：皮膚感覚で持っているんですよね。土や海ものすごくコミュニケーションしていて、その言語の感覚は、まさに五感。

とぼ口を残しておく

山内：近代化って何なのかというと、ざっくり言いますと規格化していくんです。明治からの

それは踏まえてなんですが、最近私は、「三陸世界」ということを考えるようになりました。南三陸に連れながらこの6年、自分の故郷の歴史や民俗の掘り起こしをしています。たとえば、鹿躍（ししおどり）という芸能を継承している水戸辺という漁村には、江戸時代に建てられた供養塔が残っていて「奉一切有為法羅供養也」と刻まれています。この供養塔の存在は以前から知っていましたが、その意味に気がついたのは震災後のことです。「一切」は、仏教の言葉で“森羅万象”のことです。

つまり人だけを供養するのではなく、海も土も石も空気も、この現象界のすべてを鹿躍で供養します、と刻まれてあった。私は、ここに「三陸世界」が集約されているなと思ったんです。自分たちは一切とともにあり、地震のときも飢饉のときも、すべてを鎮護して供養しないではいけないというこの感性、皮膚感覚。私たちは今、そういう感覚が摩耗している。その摩耗の末のリスク社会なんです。ベックは「私だけの神」と言いましたが、私は、もしもこのリスク社会から次へのとぼ口の可能性があるとすれば、農漁村のこういうところかもしれないと思うんです。

高橋：以前、東北人の僕に対して「福島の人たちのエネルギーをよい方に向けられるよう、口を開いておかなければいけない。そこが閉ざされていたら憎しみにしかいかないんだ」と、忠告をくださった方がいました。幼少期にああいうことがあり、いわれなき差別なども含めて経験してきた子たちに対し、僕たちは道を示さなければならぬのだと思います。

山内：水保にはもうひとり、杉本栄子さんというすごい女性がいました。自分自身も水俣病ですが、両親も旦那さんも水俣病患者でした。周囲が切り崩されていく中、一家だけが訴訟に残って村八分にあっただんです。公然と嫌がらせを受ける中で、国やチョソや地域を恨んで恨んで、恨み疲れて、最後に「許す」という結論に至った。そうしなければ「苦しくて仕方がない」と言ったそうです。杉本さんは「水俣病は、“のさりだ”と言い切った人です。“のさる”というのは、子どもを授かるなど幸福が宿ることを表す言葉。杉本さんは、水俣病のがさったことで自分はものすごい葛藤を得て、それで深い人生を送れたと言って亡くなりました。私などはその意味の深さに理解が及ばないですが、その言葉を作家の石牟礼道子さんが引き受けて「私たちは許されて生きている。罪なことですね」と万感の思いで語った映像が残っています。そこには壮絶な怒りや怨念が沁んでいます。しかし、負のスパイラルにしない圧倒的な人間の深さと強さが水保にはあると思います。私たちが水俣から学ぶことがたくさんありますね。

高橋博之 ● 本誌編集長

山内：いえ、あれはヨーロッパにおける宗教の議論です。生きるのがしんどい若者が原理主義と結びつき、それがテロリズムに向かってしま

日本の近代化の中では、まず東京方言を標準語とした。徴兵制を敷いて軍隊をつくらせていくとき、津軽と薩摩の人が意思疎通できないのでは困るわけです。だから、国語を教育して、国民を養成した。そういう近代社会のあり方と、農漁業というのは、相容れない部分があります。津々浦々で漁法は違うし、北の北海道と南の沖縄では、農業の仕方が異なる。

そんな中、農業の近代化がものすごく進んだのが戦後の東北でした。戦時中の食糧増産政策と、敗戦で韓国・台湾の外地主を失った背景もあって、寒冷地稲の品種改良を成し遂げた。もともと稲は熱帯から亜熱帯原産の植物ですから、西日本の方がずっとと収量が多かったのに、寒冷地で圧倒的に条件の悪い東北が逆転したんです。有名なコシヒカリは戦時中の増産政策で生まれた品種です。ところが、ここが近代農業の困難なところで、「五穀豊穣」になれば買いたたかれるという市場の論理があります。市場受けのいい単一品種を大量に生産するシステムになっていったとき、“よじれる”んです。農家にとって豊作は喜びだったのに、近代の市場の論理はそれを許さない。

高橋：そのよじれが農家と漁師をずっと苦しめている。一方で、リスクを溜め込んでしまったこっち側の社会に、もし反転の可能性があるとするば、自然と接続しているその外側の世界、農漁業の世界なのではないか。明美さんはそれを“とぼ口”と言っていますよね。

対談：食べることは生きること

社会学者 山内明美 × 本誌編集長 高橋博之

う異様さを論じている。リスク社会は、そのような混沌をつくるということなのでしょう。こうしたリスク社会の中で、困難を乗り越えてより良い生き方のできるコミュニティを考える人たちもいる一方、負のスパイラルが蓄積されれば、テロリズムにもなりうる。

高橋：以前、東北人の僕に対して「福島の人たちのエネルギーをよい方に向けられるよう、口を開いておかなければいけない。そこが閉ざされていたら憎しみにしかいかないんだ」と、忠告をくださった方がいました。幼少期にああいうことがあり、いわれなき差別なども含めて経験してきた子たちに対し、僕たちは道を示さなければならぬのだと思います。

水保に、緒方正人さんという漁師がいます。あの人は重い水俣病でお父さんを亡くして、裁判という形で国と戦ったけれど、その途中、国に向けていた刃を自らに向けました。父親の命を奪ったチョッソという会社がつくったものが自分の暮らしの中にあふれていることに気づき、自分も加害者のひとりだと悟ってしまったんですね。そうしてご自身がおっしゃるには「狂った」。汚染された魚を食うこともやめなかった。その果てに、システム社会としての“国”に生きる自分と向き合いながらも、一方で「いのちの山河としての“くに”」に生きようと呼びかけているんです。そのもうひとつの“くに”は、明美さんが見つけようとしている“とぼ口”ではないかと。僕らは、