

奈良の食文化

Vol.1



題字・絵／當麻寺宗胤院 宮下寛昇住職

- 奈良の食文化研究会の発足に当たって「食文化研究会」発足を祝って……………1
- 春日大社宮司に聞く「食」を見直す……………2・3・4・5
- 特集 **柿**……………6・7・8・9・10・11
「柿の葉茶」で高血圧も不安なし
柿の商品・柿のアイデア料理
- 設立総会……………12・13
- 寄せ書き……………14・15
- インフォメーション・後記……………16

奈良の食文化研究会

奈良の食文化

Vol.1

1996年12月10日発行 ●監修／丸山悦子 奈良女子大学生活環境学部教授 奈良の食文化研究会代表 ●企画編集／奈良の食文化研究会「会報」企画編集委員会
●企画構成／キラ流通研究所 ●デザイン／クリエイティブ パワーホーム ●発行者／芦原隆文 奈良の食文化研究会事務局長 〒639-02 香芝市鎌田373-19
TEL・FAX 07457171603 (転載される場合はご連絡ください。無断転載は固くお断りします。) 頒価200円

お楽しみイベントぞくぞく開催。
冬もホットに、春うららかに。
風情たっぷりの奈良大和路です。



講師の解説を聞きながら歴史にゆかりの地を訪ねる「平城ウォーク」。
そして、楽しい企画がめじろおしの「若草山山びらき」…。
この季節ならではの楽しみが盛りだくさんの奈良大和路へ。

平城ウォーク '97



1,300年前に都のあった平城京。その平城宮跡の広大な空間を抜けると、多くの御陵が点在し少し古風な町並を残す佐紀路へと続きます。そして、雑木林の奥に佇む閑静な秋篠寺、大茶盛の行事で有名な西大寺を経て、西ノ京へ。白壁の民家の上にそびえ立つ美しい塔を眺めながら、野道を歩く気分は格別です。大和路めぐりは自分の足が主役。歴史の深さ、自然の豊かさを実感してください。

- コース 平城宮跡→孝謙天皇陵→日葉酢媛命陵→成務天皇陵→神功皇后陵→秋篠寺→西大寺→菅原神社→垂仁天皇陵→唐招提寺→薬師寺
- 講師 青山 茂(「奈良学」研究家)
- 日時 平成9年2月2日(日) 11:30~16:00(小雨決行)
- 集合場所 平城宮跡(大極殿跡)(近鉄西大寺駅から徒歩20分)
- 参加料 無料
- イベント 各種楽しいイベント予定
- 実況放送 NHK奈良放送局(FM放送)

若草山 山びらき記念 第5回 鹿せんべいとばし大会と奈良公園大クイズ大会

●鹿せんべいとばし大会●



特大の鹿せんべいを大人も子供も1枚ずつとばし、飛行距離の長い人が優勝です。1位から5位の方には、豪華賞品、参加者には参加賞を用意しております。(大人、子供250名予定)

- 日時 平成9年3月20日(木) 春分の日
●鹿せんべいとばし大会/11:30~13:50(受付は10時より)
●奈良公園大クイズ大会/14:00~15:00
(雨の場合は3月23日(日)に延期)
- 場所 若草山1番入口付近
- 主催 若草山 山びらき実行委員会
- お問合せ先 大和物産内 若草山観光振興会事務局 TEL 0742-22-6570

●奈良公園大クイズ大会●



大人も子供も楽しめる、奈良公園にちなんだクイズ大会を若草山中腹において開催。5周年にふさわしい豪華景品を用意しております。ふるってご参加ください。

のっぺ汁の
ふるまい会も
予定しています。



奈良市 奈良市経済部観光課/奈良市二条大路南1-1-1
TEL 0742-34-1111

(社)奈良市観光協会 奈良市上三条町23-4
TEL 0742-22-5200

柿の初体験。

果物を使った料理は数多くありますが、柿をグラタンにするというアイデアは、奈良を愛する人ならではの発想かもしれません。柿をプラスチックだけの手軽さで、下ごしらえから仕上げまで、ナショナルオープンレンジが大活躍。微妙な火加減も上手にコントロールできて、こんがりおいしく焼き上げます。



【柿のグラタン】
ふせきあん
季節野辺料理 撫石庵
作り方は15ページに
掲載しています。

おひろめ
エレクトロニクス



ナショナルオープンレンジ
NE-N15 本体標準価格 106,000円(税別)
色：HM ミストグレー・H ディープグレー

おいしく焼き上がる 新4面ヒーターシステム採用

上・下の平面ヒーターと左右のスイングヒーターで「放射式2段調理」「両面焼きグリル」「4面包み焼き」などオープンでの焼き方が選べます。また、レンジにもオープンにも使える新2役皿や、手動調理の場合操作手順を教えてくれる「クックナビゲーション」お手入れのラクな「ブラックオープン」など多彩な機能を搭載。

心を満たす先端技術 —— Human Electronics 松下電器産業株式会社

National

奈良の食文化研究会の発足に当たって



奈良女子大学生活環境学部教授
奈良の食文化研究会
代表

丸山 悦子

平成八年五月、奈良の食文化研究会が発足の運びとなりました。

奈良は歴史の発祥地で仏教文化が盛んであり、また寺を中心として受け継がれている奈良の食文化を有形無形に祖先からの恩恵ではないかと大事に思われます。

奈良の特産物となった茶、果物などの農家の産物や地酒その他土器、漆器などの県の観光に売り出されている特産物などが、南都七大寺が建立された鎌倉時代に「市」として売られたことが記録されています。

特に南部は吉野川から十津川あたりの山間部で自然の恵みを受け、さまざまな伝統料理がうけつがれております。今日の食卓には、「いもほたて」炊き込みごはんなど山々の香りと並び往時の生活に思いを巡らしながら、食の原点を窺いみる思いがたします。

今日、食環境の変化は目まぐるしく、食生活の洋風化が急速に進み、飽食の時代を迎え、これによって成人病が増加し、このため現在では古くからの日本の食が健康の面からも重要であることが見直されてきています。このような時に日本古来の食を奈良県の各地域のみならず、とりわけ食に携わるみなさんとともに学び、未来へつなぐことは意義深いことと存じます。

まだ何分始まりに過ぎませんが、実りあるものになりますよう今後ともよろしくお祈りいたします。

「食文化研究会」発足を祝って



奈良県知事
柿本 善也

「奈良の食文化研究会」設立総会のご盛会をお祝い申し上げます。

貴会が今後奈良の食文化の発掘・振興に大きく寄与されることを期待いたしますとともに、皆様方のご健勝・活躍をお祈りいたします。



奈良大学教員
奥野 誠亮

貴研究会がご参加の皆様のご熱意によって意義深く開かれることを心からお慶び申し上げます。食生活は人間の五感を駆使して営まれる最高の文化活動のひとつであり、食生活のあり方はそのまま民族の文化の全体像を示しているように思います。伝統的な奈良の食生活の研究を通じてわが国の奥深い文化をひもとかれ、日本人の繊細で麗わしい心の堀り起こしに大きな成果を上げられますようお祈り致します。



奈良市長
大川 靖則

「新しい「奈良料理」に期待する。」

奈良の食文化は先人達によって、食事をしながら人と人との交流を深める中で、育まれてきました。研究会の皆さんの手によって目で楽しみ、香りで味わいながら舌鼓を打つ、新しい「奈良料理」が生まれるよう、おおいに期待しています。



学校法人・若羽学園 理事長
田中 敏子

今年の春に「奈良の食文化研究会」が発足されて、早くも「奈良発の食文化」の機関誌第1号が発刊されるとのこと、大変嬉しく心からお祝い申し上げます。

私も大和で生まれて大和で育ち、今日まで「食」の道「筋」に仕事を続け、大和は日本の食文化の発祥の地だと常に自慢して、先人が残してくれた「食生活の知恵」を伝承することを念願しているものでございます。

この度、多くの同志がいらつしやることを、心強く思っています。次第です。「やまとの村おこし塾」も三、四年前から進められ、各村や町ではつぼつ成果が挙がってきましたが、貴研究会におかれまして、ますますのご活躍とご発展をお祈り申し上げます。

「食」を見直す。

この対談では、春日大社宮司であり、医学博士でもある葉室頼昭氏をお客様にお迎えし、「日本の食文化」というテーマで、お話を伺いました。聞き役は、奈良女子大学・食物学助教授の丸山悦子女士にそれぞれの立場から「食」について、日頃お考えになられていることなどを話していただきました。



葉室 頼昭 春日大社宮司

プロフィール
昭和2年1月3日生。
昭和28年3月 大阪大学医学部卒業(学習院初・中・高等科を経て)
昭和33年4月 医学博士の学位取得(卒業後、大学で創の回復を組織化学的に研究)
昭和38年12月 大阪市 大野外科病院院長に就任
昭和54年より 毎年春日祭・葵祭・石清水祭の三勅祭に奉仕
平成3年4月 神職階位・明階を取得
平成4年3月 生国魂神社祓宜に任ぜらる
平成4年6月 枚岡神社宮司に任ぜらる
平成6年8月 春日大社宮司就任

縄文時代の生活の知恵

葉室 日本人は、世界でもまれな雑食人種ですよ。このルーツは縄文時代にあるようで、今の日本人の心もその時代からあるような気がします。

丸山 そうですね、和洋折衷で、日本人は大変順応性がありますね。おうどんにカレーをかけたたりして…。

食料を安定させるために、何でもかんでも食べて、食料を豊富にして、一定の地域に安定した生活ができるように雑食性になったという説があります。縄文土器によつて「煮る」ということをやり始めてからは、今まで食べられなかったものが食べられるようになり雑食が進んだというわけです。

丸山 火を使い始めて、土器という器があつて、調理することができるようになったという訳ですね。
葉室 わらびやどんぐりなんか、生で食べようとしたって食べられないでしょ。それが煮ることによって、アク抜きされて、食べられるようになり、それから食べ物の種類がすごく増えた。祝詞の中に

は必ず海、川、山、野の物を神様に御供えしてお祭りをさせていた。だと書いてあるんですが、今なら簡単なことだけど、縄文時代にそれをやろうっていうのは大変なことですよ。でも彼らはちゃんとそういう物を神にお供えした。それは、海の部族、川の部族、山の部族

というのがいて、それぞれが仲良く、食物の交換をやつたからできたということですよ。みんなが平和に安定して、生活できるようにしていこうという知恵が、縄文時代からあつたというのがすごいよね。

は肝臓へ行くんですよ、解毒するために。構造からいえば同じビタミンCですよ。不思議でしょ。だから天然のものは構造ではなくて「気」なんだと思う。食物の持つ「気」をいただくんだと思うんですよ。

食物にこもった「気」を食べる

丸山 飽食の時代、グルメの時代を過ぎて、今また、昔の日本型の食事が見直されてきていますよね。昔の食生活には食物繊維が豊富に含まれていて、今の日本人にはこの食物繊維が非常に大切な栄養素だという観点からなんです。

丸山 と、いいますと…。
葉室 ご飯を食べるといふのは「気」を食べるんだと思つています。僕は医者だから、例えばビタミンCを例に挙げると、天然のビタミンCも、人工で作つたビタミンCも構造からいえば同じですよ。ところが天然のビタミンCは異物じゃなくて、薬として作つたビタミンCは異物。異物だから薬のビタミンC

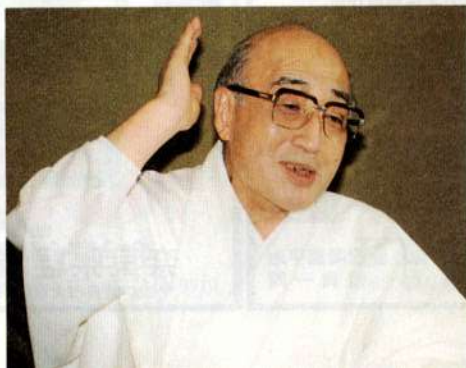
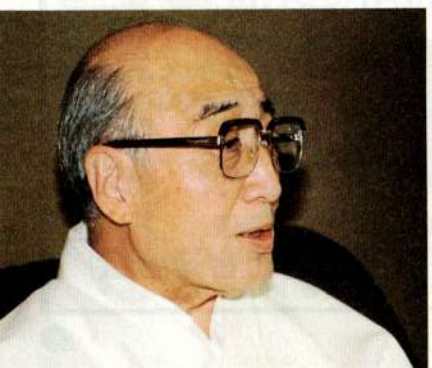
丸山 食べ物には、やはり生命があるということでしょうか。
葉室 神道では神様にお供えしたものを、すぐその場でいただくんです。御供えした物には、神様の「気」が入るから、それをいただくと思つています。これは身体に入るといふわけです。これは日本人の持つ、同食信仰でしょう。これは正しいと思つています。食物には「気」がある。食事を単なる物質として捉えて、たんぱく質だ、ビタミンだつて食べるのは間違つてると思つていますよ。食物ご専門の先生を前に言うのも何だけれど…。

丸山 いえ、大変興味深いお話です。
葉室 原点にかえて「食べ物とは何ぞや」と考えてみると、天からエネルギーをいただいて、生かしていただいていることになるんじゃないの？栄養のこと大切だけれど、こういうことも学生たちに講義して下さいよ。(笑)



丸山悦子 奈良女子大学教授

プロフィール
昭和37年3月 奈良女子大学家政学部食物学科卒業
昭和44年7月 大阪大学医学博士取得
昭和46年4月 奈良女子大学家政学部 食物学科助教授
昭和50年4月 奈良女子大学家政学部 食物学科助教授
平成5年4月 奈良女子大学生活環境学部 教授兼任 農林水産省 奈良県食味試験委員
酵素化学から始め、食品の褐変、クロロフィル色素の分解機作や、不味成分の研究、最近では米を中心とした調理科学を主に食の問題に関心をもち郷土の料理にも取り組む。



春日大社宮司に聞く
「食」を見直す。

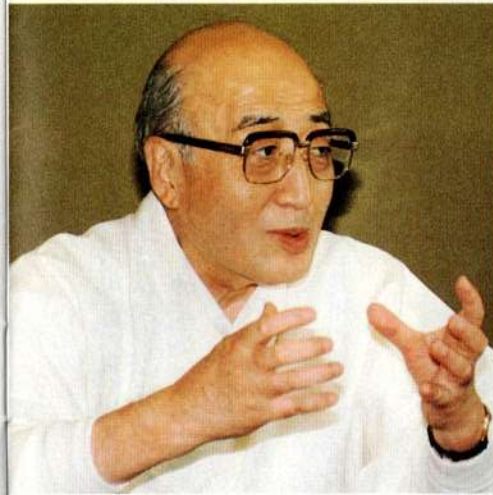
丸山 米の粉で作ったフトなど、昔か

世界一の健康食「神饌」

丸山 神饌についてですが、
葉室 神饌というのは神様に食べてい
ただくものですからね、海、川、山、
野の物をすべてお供えするというこ
が大切だったんです。
丸山 その神饌も明治以前と以後では、
ずいぶんかたちが違ってきているよう
に思えるんですが。
葉室 それはね、明治になって国家神
道になった時、全国で統一されちゃっ
たから。それ以前はね、各神社、神社
で独自のものがあって、熟饌（じゅく
せん）と呼ばれていたんだけど、それ
が明治以降なくなっちゃった。たまた
まこの春日神社には、今も熟饌とい
う形が残っていますけど、これは
珍しいし、素晴らしいですよ。今の神
饌は生ものをお供えするんですよ。もちろ
ん春日神社でもそうだけど、春日では
調理した熟饌もお出しするんですよ。
日本の氏神様というのは、昔その土地
に生きていた祖先でしょ。だから、生き
ていらした頃と同じ食べ物をお供えす
るということで、昔は調理してたんだけ
ど、明治以後それはなくなっちゃいま
した。春日大社では熟饌も御供えして
ますから、食文化の神様って言うよう
な感じもあるんですよ。春日祭で出て
くる料理なんか素晴らしいですよ。

柿を皮ごと
食べてみる!?

丸山 今月は奈良の柿を取り上げた
企画になっているんですが、そのあたり
で何かお話ししていただませんか。奈
良といえば柿が有名で、生産量もかな
りあるんですが。
葉室 柿のことはよく知らないけど、
どんな物でも、その土地で採れた物は、
その土地で生まれて育った人に一番いい
ものなんですよ。建築も、その土地で
採れた木を使って建てると強い。葉だつ
てね、高麗人参は朝鮮半島の人に、漢
方薬は中国の人に合ってるんだな。日
本人が一番いいのは和方ですよ。日本の
土地で採れた草を煎じて飲むのが一番
いい。私は、そう信じてますよ。
丸山 柿もお茶にしたり、煎じて葉に
したり、捨てる場所がないというほ



ど利用されていますね。
丸山 丸ごと全部食べるってことは大
切ですよ。魚だって、頭から尾まで丸ご
と食べられる成魚の小魚がいいって昔か
ら言うんですよ。めざしやじやこみみたいに
小魚を全部食べるんですよ。大きな魚
の一部だけ食べるよりはずっといい。柿
も皮ごと全部食べちゃったらいんじや
ないの？僕はそんなことしたことはない
（笑い）というのね、天然の物には自
然にバランスを取る機能が備わってる
て言うんだな。柿が甘いと思えば、甘
くなり過ぎないように、柿の中にはそ
の甘さと反対の物が必ず含まれている
はずだと。この発想で糖尿病の薬を
考えた人もいるぐらいですからね。柿
も皮ごと食べるのがいいのかもしれない。
自然のバランスということから考えれば、
皮にすごい成分が入っているかもしれ
ない。わかりませんがね。
丸山 皮もお料理に使いますものね。
葉室 使いますか、皮も。

ら揚げ物があったと
いうことにも驚かさ
れますね。
丸山 神饌がね、一
生懸命作るんですよ。
十年くらいかかりますよ。
すよ。おいしいのを
つくろつと思つたら。春日大社の神饌は、
ゴハン、オモノ、スエゴサイ、イギ、
モチアブラモノ、キクダモノという型
式の献立がひとつのカタになっていて、
八種、六種、四種の規定に分けておだ
しするようにしています。
丸山 実にバランスのとれたお料理で
すよね。
葉室 そうね、神饌は世界で一番の健
康食じゃないかと思つていいですよ。
芦原 きょうは、「食」をテーマに葉室
宮司、丸山先生にお話しを伺いました。
今後のおふたりの活躍をお祈りす
るとともに、今回の対談を快く承諾し
てくださったことに心から感謝いたし
ます。本当にありがとうございました。



神饌フト



春日祭御奉



おん祭神饌懸鳥



春日祭饗膳



おん祭大宿所献菓子



春日祭御奉神饌



春日大社宮司のお話しをうかがう(左から)丸山先生、
会員の春鹿酒造蔵元の今西さん、事務局長の芦原さん

丸山 はい。葉を使った柿の葉寿司とか、
渋柿の皮も使って、商品化されてお
りますし、柿は結構捨てる場所がない
というか...
葉室 土地の人は、上手に全部利用
してるって訳だ。ほら、びわの木が家に
あれば健康になるとかいいですよ、ね
びわの葉健康法とかいって。柿だつて
いろいろあるんだろなあ。わたしが知
らないだけで...
丸山 人間の知恵つまり文化ですよ、ね。
丸山 人間食べなきゃ生きていけない
んだから、土地の「気」をたくさん含んだ、
体に合ったものを食べたいんですよ。
丸山 「食」の原点というのは、そうい
うところにあるような気もしますね。
おいしさや便利さばかり目を向け
ないで、やはり、本物を食べなくては...
葉室 天のエネルギーに感謝しながらね。
(笑い)

柿 歴史と伝統。

奈良県果実農業協同組合連合会
〒637 奈良県五條市須恵3丁目7番12号 TEL 07472 (2) 3510

『おいしく食べて健康に、お母さんが選んだお米です』

古来から、日本人の身体を作ってきた素晴らしい主食「米」。良質のたんぱく質を含み、炭水化物は体内の脂肪を燃焼させて毎日の活力源となります。健康で長生きをするためにも、バランスの取れた食生活、そしておいしいお米が大切です。厳選された高品質のお米のうまさそのままいかした「コープライス」「ママライス」は、毎日の食卓の健康、優しい母の思いやりです。

理事長 金井 保

奈良主食販売協同組合
〒630 奈良市南京通7丁目523 TEL 0742 (61) 6051

〈NOSAI 奈良〉の共済事業を、ご紹介いたします。

〈NOSAI 奈良〉の共済事業は全部で6種類。さまざまな角度から、農家の皆さんの安心を約束しています。

- 農作物共済 対象は水稲と麦。
- 家畜共済 対象は牛。
- 果樹共済 対象は柿と梅。
- 畑作物共済 対象は茶。
- 園芸施設共済 ビニールハウス、ガラス室とその内部の農作物。
- 建物共済 母屋、土蔵、納屋、畜舎等。

奈良県農業共済組合連合会 会長 長岡嘉平治 役員 一同

今年も心のこもったギフトをあなたに

自然の中で育ち、産地にこだわり、厳選した果実をたっぷりつかいました。自然の果実の元気をあなたに!

H.F.No.20-A
農産ヘルシーファーム(いちごジャム150g/オレンジマーマレード150g/キャラットフルーツジャム160g/完熟うめジャム160g/焼きいもジャム160g/きんかんジャム160g)

JA 奈良経済連
奈良県経済農業協同組合連合会
〒630 奈良市大森町57-3 TEL (0742) 27-4098 (ダイヤルイン)

柿



「柿との出会いと再発見」

吹雪が止んだ。葉が落ちつくした雑木林のなかで、小さな一本の樹に小鳥が群れ、なにやら親指の先ほどの黒い実をしきりについばんでいる。

その実を、試しに口に入れてみた。種子が大きくくて果肉は少ないが、けっこう甘くて干し柿の味に似ている。「あつ、これは柿だ」と夢中でその実を集めたものだ。なかには渋いのも混じっていたが、これが、樹になつている柿との最初の出会いである。

甘さや果物に飢えていた昭和二十年代後半の、北海道。柿がどれほど貴重品であったことか。このことは、おそらく関西の方々にわかりにくいであろう。柿はあまりにも身近な存在で、有難みに欠けるきらいがある。

北海道では、寒さのために南部でも柿の栽培品種は育ちにくい。まれに「豆柿」が生えているのは、野鳥が本州から種子を運んでくるのか(青森県までは渋柿を栽培できる)。

さて、雪中で「豆柿」を食べてから四十年。まさか日本の柿産地といわれる西吉野の地で、柿を仕事の支柱とするようになろうとは。

いま、この国の果物消費はひとりの六割まで落ち込んでいる。しかも輸入果実が国産を上廻るようになった。このような状況のなかで、柿の新しい消費をどう伸ばすか。農家にとっては生産技術の改革とあわせて、利用・消費面の開拓がまことに重要となった。

この意味でも、新たな「奈良の食文化」を創出しようとする動きがいよいよ活発となろうとしているとき、「食素材としての柿の再発見」もまた

課題である。伝統的な柿料理のいくつかに加え、いわば変化球ともいえる新しい発想が求められていると思う。

フルーツあるいは食素材としての柿は、いわゆる自己主張が強くはない。香りが乏しく酸味ゼロであるなど、弱点といわれているとおり。しかしこれが長所にもなる。他の素材との組み合わせで生きてくるから、調和の妙が発揮された逸品が期待できる。

また、「柿が色づく」と医者「青くなる」という諺にも今日のな意味を見出せる。健康志向がますます強まるなかで、柿の機能性成分にも注目しておきたい。最近、赤ワインがそのタンニンや色素のもつ機能性ゆえに大人気を呼んでいるように、柿のタンニンや色素にも医学的裏付けが待たれるのである。これからのメニューづくりには、健康寄与度が常に問われるようになろう。

時代は、「刺激」よりも「安らぎと癒し」を求めている。果実として、柿はその象徴とも言えよう。珍しいもの・刺激の強いものを求める時代はすでに去つた。そのことが食文化にも当てはまる。

日本人にとって柿は、ホッとさせる「郷愁の果物」であり、はからずもそれが「柿喰へば鐘が鳴るなり法隆寺」の句に読み込まれているのではないだろうか。

日本人の心の故郷、奈良。その「奈良発の食文化」の創刊号を、まず誰に届けようかしら? これはやっぱり、柿の育たぬ新十津川町(明治二十二年の大水害で十津川村から北海道に移住。いまも十津川村を母村(ぼそん)、奈良県を母県と呼ぶこの町の人たちに、母県の柿を添えて送りたい。

奈良県果樹振興センター 所長 木村 雅行

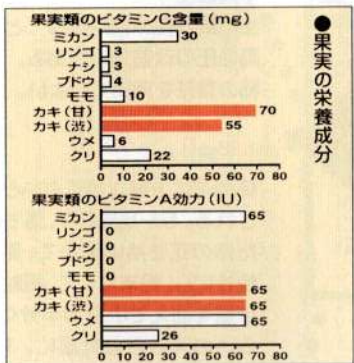
D A T A



ミカンの2倍のビタミンC
神々の食べ物という学名をもつ果物

●柿はビタミン含有率が豊富

果物の王様といえば、マスクメロン。女王様といえばマスカットですが「神々の食べ物」という別名をもつのが柿。植物学の上から見た柿の学名は Diospyros kakiで、これには神々の食べ物という意味があるそうです。柿の仲間には世界で約190種ありましたが、これまでに果樹園芸の対象としてきたものは、柿のほか、北米原産のアメリカガキ、台木や鑑賞用のマメガキ、渋柿の原料にするアブラガキの4種類に過ぎません。柿は、日本以外に中国、ブラジル、韓国、チリ、イスラエル、台湾、アメリカ、イタリヤ、ニュージーランドなど多くの国で生産され、世界中の家庭の食卓ににぎわすだけでなく、切手の図



にもなっているほどです。柿の果実中にはビタミンC、Aが多く、ミカンと比べるとビタミンCは約2倍、ビタミンAはミカンとはほぼ同じくらい含まれています。このように、ビタミン含量は果実類の中では高い部類に入り、これも柿が世界で人気の高い理由のひとつになっているのかもしれない。

H I S T O R Y



大正の大寒波にも耐えた
柿は生命力の強い果物

●渋柿から甘柿へ日本独自の柿栽培

果樹としての柿の記述は、平安時代の「本草和名」(918年)「延喜式」(927年)「倭名類聚抄」(930年)などに見られ、祭礼の際の菓子類として使われたことが書かれています。記述として柿が登場するのはこの頃がはじめてですが、実際には7世紀頃から栽培が始まっております。すでに米や麦と同じように商品として売られていたと考えられています。当時の柿はかなり小さいものであり、干し柿や熟し柿、あるいは塩漬けの柿として食べられていたようです。渋柿しかなかった昔、柿はすべて渋を抜いてから食べなければなりません。甘い柿が栽培されるのは、鎌倉時代あたりからとみられ、鎌倉時代の僧、玄恵の書いた「庭訓往来」中の記載でそのことを確認することができます。中国では紀元前1〜2世紀、前漢の武帝時代には柿が栽培されていたようですが、中国や朝鮮半島には甘い柿がほとんどないことから、鎌倉時代から始まった、甘い柿の栽培は日本独自のものと思われています。

●奈良で生まれた歴史の御所柿

奈良(大和)は、すでに室町時代には、岐阜や美濃や滋賀(近江)とともに、柿の産地として知られていました。江戸時代には甘い柿の栽培も行われ、御所、藤原御所、三ヶ谷御所といった品種は、奈良で生まれた柿です。特に御所は、最も有名で歴史の古い、甘柿でした。しかし、現在ではこれらはほとんど栽培されておらず、刀根早生という渋柿や上西早生という甘い柿が新しく生まれています。現在の五條市や西吉野村では、明治時代、ミカンを中心にウメやナシなどを栽培していましたが、大正十年、奈良県を大寒波が襲い、当時栽培の中心であったミカンが大被害を受けました。しかし、西吉野村黒淵で栽培されていた富有柿は被害を受けませんでした。このことがきっかけとなり、賀名生村を中心に柿の栽培がはじまり、その後、西吉野村から五條市、下市町にかけて、柿の産地が形成されていきました。また、炭酸ガスを利用して、一度に大量に柿渋を抜く脱渋ができるようになりさらに柿の栽培が盛んになりました。

柿



柿



百果の王「柿」の効用。

柿はまるごと1個活用できる健康食品。葉、皮、種、根、花、柿にはいろいろな薬効のあることが知られています。特に柿の葉には止血作用があるとして、中国では昔からよく用いられています。「食べる薬」

ともいわれる柿の効用。食用以外にも柿は思いがけないところで利用されています。その例をいくつかご紹介したいと思います。

【**高血圧予防**】
柿渋を適量に薄め、ハチミツやレモン汁を加えて常用すれば、毛細血管の老化を防ぎ、高血圧の予防に。

【**高血圧**】
生の葉の煎じ汁を常用すると、高血圧の改善効果がある。柿の葉茶を用いてもよい。

【**下痢止め**】
柿の花は下痢止めによくとされる。5～6月ごろ、落ちた柿の花を拾い集めて、黒焼きにし、粉末にして、飯粒少量を加えて小豆の半分くらいの大きさの丸薬に。1回に5粒ずつ、1日3回飲む。

【**たむし**】
たむし・水虫には柿の種を砕き、酢で練って患部につけると効果があるとか。

【**眼底出血**】
眼底出血には、生の葉5～6枚を、太い葉脈をとり除いて、幅3cmほどに刻み、煎じて1回に飲む。九州大学医学部で、眼底出血の患者に葉の粉末を服用させ、効果があったという報告もある。

【**せき止め**】
干し柿の表面に結晶する白粉を茶さじ一杯程度服用すればせき止めに。漢方でも柿霜といって薬用として用いられています。

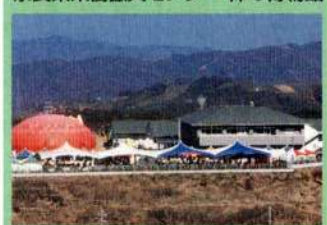
【**うみ止め**】
渋柿のへたをとり、果実を5～6mmの輪切りにして焼酎につけて密封保存。この柿の輪切りを傷口に巻いておくとうみがきれいに取れるということです。



【**火傷**】
火傷をした時に、渋柿のしぼり汁を頻りに患部に塗ると痛みをやわらげ、早く治るといわれています。

【**船や生活用品の補強**】
柿渋は酸化すると表面に薄膜を作り、耐水性を高めます。このため、魚網に塗ったり、和船の内部、身近なところでは、水桶、米びつ、の内側に塗ったりもしています。また、和傘、うちわ、紅柄格子のうわ葉としても使われ、耐水、木材の補強及び防虫のために利用されています。

取材・協力
奈良県果樹振興センター 柿の博物館



〒637-01 吉野郡西吉野村湯塩
TEL 07472 (4) 0061 (代) FAX 07472 (4) 0063
交通案内/五條バスセンター JR五條駅から車で約10分
橿原市から車で国道24号線経由、約50分

(株)主婦の友社 わたしの健康10月号より一部抜粋

名物・柿の葉寿司を作って30年以上。 88才の今も元気いっぱい、手作りの 「柿の葉茶」で、高血圧も不安なし。

川上村大滝 辻井 梅野さん(88才 自営業)

吉野名物柿の葉寿司は昔からお祭りの食事。

いまから650年以上も昔のこと、京の都を追われた南朝の天子さまが朝廷を開いた土地、それがこの山深い吉野の里です。

当時、このあたりは熊野に抜ける街道筋にあたり、熊野で水揚げされたサバを、塩サバにして、夏のお祭りなどのときには寿司にしてみました。

その寿司を天子さまにお出しするときに、ひなびた村のこと、はかばかしい器もなく、柿の葉にくるんでお出しした。これが、柿の葉寿司由来だということ。

それ以来、夏のお祭りのころになると、このあたりの家では柿の葉寿司を作るのが習慣でした。

ところで、このあたりは大台が原に観光に向かうお客さんも多いところで、この柿の葉寿司を作って売り始めたのが、おおかた30年以上前。

私は柿とは切っても切れない暮らしなのですが、こうして元気に米寿も



88才の今も、元気に作業場に立つ辻井さん。

迎えさせてもらって、やっぱり柿はええもんやなあと思いますよ。素人考えですが、柿には、体にいい、何か特別な力があるんじゃないかと思っています。

柿の葉寿司も、さわやかな柿の葉の香りがほどよく寿司に移っておいしいばかりでなく、おそらく柿の葉の力で悪くなるのを防いだり、柿の葉の何かが寿司に移って食べた人の健康を保ってくれるという、そんな意味合いもあるんじゃないかと思っています。

柿の葉で作ったお茶も高血圧対策に愛用中。

じつは、3～4年ほど前、頭がボーッとすることがあって、病院でみてもらうと血圧が高いということ、ああ、これは飲まなあかん、と思ったのが柿の葉茶です。

さっそく柿の葉寿司に使う柿の葉の

病院で会う人で、血圧の高いという人がいると、ああ、柿の葉茶を飲んでらええのになあと思います。

朝作るときは、土瓶に葉っぱを入れて、お茶が煮えたら3分。葉っぱがふわっと上がったところに火を止めます。もつと簡単にしようと思ったら、軽くひと握りをコップに入れて熱い湯を注いで5分くらいおいてから、飲みます。これが3回分くらいになるとすいぶん量がたまりますから、これをきゅうすに入れてお湯を注げば、また飲めます。

柿の葉は夏の時期のやわらかい葉を使います。それと、渋柿の葉のほうがよいようです。

(株)主婦の友社 わたしの健康10月号より抜粋

ミヅホ純米酢の特長

弊社の酢造りは、日本のお酒を原料にして酢に発酵させるのが最も良質な酢だという考えに基づくものです。

11～4月の間は、清酒造りを行ってできた清酒を、吉野杉で作った30石(5400ℓ)の木の桶の中で3か月間の長期発酵熟成させます。じっくり時間をかけることで、杉の木の良い影響をうけた良質な酢ができあがります。

ミヅホ株式会社
奈良県橿原市中町267 TEL07442 (2) 3317

ニシキしょうゆ

ご家庭のおふくろの味になりたい。懐かしい味、安堵する味、団らんの時。そんな醤油になりたいのです。私たちがニシキ醤油は、嵐鳩の里で醤油をつくっています。

ニシキ醤油株式会社
奈良県生駒郡斑鳩町五百井1-3-10 TEL07457 (5) 2626

味とスタイルはひとひねりおいしきは楽しさ

“ねじり糸こん”

3年間に植え替えを3回繰り返して一人前に育った生芋を使ったこんにやく。昭和29年に糸こんにやくが発売されて以来の画期的な商品“ねじり糸こん”。コロコロとしてそのあとバラリとほぐれる感触がたまらない。切る手間が省けて、味がしみこみやすいと評判です。すき焼きはもちろん、おでん、お弁当、鍋物、筑前煮、田楽にとお試しください。

株式会社若草食品
奈良県北葛城郡広陵町大字南178 TEL 07455 (7) 1335

より豊かな食文化の創造を目指してさらなるチャレンジを続けます。

異製粉株式会社
〒633 奈良県桜井市協本528-2
TEL (07444) 2-2776 (代)

美和の白糸 手延三輪素麺事業部
フローベル 製パン事業部

柿



ちょっとひと工夫 柿メニュー

柿の寒天寄せ

西吉野女性会

材料/寒天1本 砂糖適量 柿(良く熟したもの)1/2個
レモン汁 ブランデー キーウイ
(作り方)①寒天をたっぷりの水につけ、柔らかくなったら固くしぼり、水で煮とかし、砂糖半量を入れておく。
②熟した柿を鍋に入れて、よく混ぜ、レモン汁ブランデーを入れる。
③煮た寒天と柿を混ぜ合わせ、グラスに入れて固める。
④柿の形が出来たら、輪切りにしたキーウイでへたの形を作り、柿の枝でとめておく。



柿蒸しパン

西吉野女性会 辻内 田鶴

材料/甘柿 よく熟した柿がよい 3個~4個
むしパンミックス 1kg 敷き紙
(作り方)①柿をミキサーにかけてピューレ状にする。
②むしパンミックスに①を入れてよく混ぜ合せ丸めて敷き紙をしく
③②を強火で25分蒸す 20個~25個できます。
★むしパンミックスをつかわない時
薄力粉・卵・ベーキングパウダー・砂糖・脱脂粉乳・熟柿をよく混ぜ熟柿のピューレ状で混ぜ練るでも良いがむしパンミックスを使うと簡単



材料/コンニャク玉1kg 柿1個(皮をむき幅7~8mm、長さ1.5cmの薄切りにする)石灰10g(200ccのぬるま湯でとく)
(作り方)①コンニャク玉を大四つ切り、中を半分に取り替わが通るまで炊く。
②皮をむいて細かく切り、3,600ccの湯を適宜に入れミキサーにかける。15~20秒回す。
③②を四角なボールに入れよくねる。④を入れ全体に混ぜるように。
④③に⑤のあくを入れ手早く全体に混ぜるようによくねり、5cm厚さののぼし上を軽くたく。20分程おく。
⑤④の上に少し水を入れ10cm幅に切り沸騰したお湯で約30分程炊く。



柿入りさしみコンニャク

西吉野女性会

材料/小麦粉、バター(フレッシュ)、砂糖、卵、エッセンス、ブランデー、柿、アプリコット
(作り方)タルトレットの生地作り
①バターを練り、砂糖、卵を入れエッセンス、粉を加え練る。冷蔵庫で寝かして、めん棒で生地をうすく伸ばし、型にかぶせていきます。
②①に別で作ったバター生地をしぼり、柿のせてシュトロイゼル(バターと小麦粉、砂糖のそぼろ状)をふりかける。
③②をオープンで160℃で20分位焼く。



手づくり菓子工房「クッキングKiZAKI」

TEL07457(4)0474

創作・柿の洋菓子 柿ベイクウエル

斑鳩町 城崎 淑子



柿の餅
奈良市西九条町(株)奈良ほかや
Tel.0742-61-8299



あんぽ干し柿 密珠柿
吉野郡西吉野村石井物産(株)
Tel.07473-4-0518



柿ワイン
大和五條
五條市五條(株)山本本家
Tel.07472-2-1331



柿ようかん
吉野郡西吉野村石井物産(株)
Tel.07473-4-0518



富有柿サブレ
五條市須恵 西尾老舗
Tel.07472-2-2316



吟醸玉流 柿茶
京都府加茂町(株)トミヤマ
Tel.0774-76-2071



柿えくぼ
天理市橋本町市場 清流庵
Tel.07436-5-3906



柿のカッキー
(柿せんべい)
JA西吉野
Tel.07473-4-0934



柿クーヘン
吉野町橋井 瀬商事(株)
Tel.07463-2-8556



柿のかず漬 柿千両
吉野郡西吉野村石井物産(株)
Tel.07473-4-0518



柿チップ
吉野町橋井 瀬商事(株)
Tel.07463-2-8556



純柿餅 KAKI
JA西吉野
Tel.07473-4-0934



柿葉茶
兵庫県西宮市
オーゼキフーズ(株)
Tel.0798-32-2050



柿ジャム
吉野郡西吉野村石井物産(株)
Tel.07473-4-0518



しそ巻つるし柿
吉野町橋井 瀬商事(株)
Tel.07463-2-8556



自然飲料 柿茶
吉野町大淀町中増 南芳園
Tel.07463-2-3630

柿の加工品

柿日和
吉野郡西吉野村石井物産(株)
Tel.07473-4-0518

神代以来の文化を映しながら、
悠久の時の流れをくぐりぬけ、
長い旅に育まれ磨かれてきた郷愁の味わい。
大和の清流が育てた風味を、
旬の味覚を愛でつつ酌む。
この自然の旨さをご賞味下さい。

株式会社 大倉本家
奈良県香芝市鎌田692 TEL07457(8)0018



自分の気ままに、自分流で食べる。
そして、ここでの一時が幸せである。

ランチ ¥2,000~
ディナー ¥4,000~
水曜定休日

20名様から、パーティ(披露宴・宴会・法事等の会食)を承ります。

ふらんす料理 メルベーユ
奈良県橿原市醍醐町(R165沿、欽傍高校南側)
予約・問合せ 07442(5)4569



■各界の期待をよせての発足会

奈良女子大学生活環境学部丸山悦子教授、桜井女子短期大学南幸教授、県内の酒造蔵元、栄養士や地域の郷土料理研究家など二十八名が発起人となって発足しました。

研究会は県内の食文化の歴史や伝統料理の発掘、継承とともに現代に生かせる新しい食文化の創造、開発をめざし、広く県外へも発信していくことを確認しました。

設立総会には多数の学識経験者、食に携わる企業、生協、行政の元首長、大阪の食文化の研究会の方々など各分野から六十名近い人々が参加。

総会には県内の平群斑鳩、天理、葛城、五條、野迫川など各地域から約二〇点の郷土料理が集められ、行事や昔に想いをよせながら全員で試食しました。

参加者はこれからの研究会の活動と発展に期待を寄せて質問や期待の

●奈良は往時は日本をゆるがす政治の舞台でした。今は国際都市なんです。奈良だけの食文化という考えではなく、国際交流の場、全国に発信の場にしていく心構えが必要です。

●丸山先生はお米の先生です。奈良にもいろんなご飯があります。まぜご飯の種類、それからいろんな素材をつかったもの、そういうものをみんなで作ってみて、世界のご飯うまいもん展を開いてみたいものです。

●今日の長寿社会をなしている日本人の食の原点といえる伝統食、郷土料理などを奈良の特徴を生かして、今風に創造する、奈良に住んで誇れるものを全国に発信できればすばらしい。

●奈良にあるいろんな食材を生かし、地域振興、産業振興、新しい観光資源として学者・文化人、行政、食に携わる業種や企業、消費者が一体となって横につながる大きなうねりになることを期待したいものです。



大盛況の設立総会

五月晴れの五月二十六日、奈良市にある今西家書院において、「奈良の食文化研究会」の設立総会が開かれました。

意見が表明され、広範な方々に入会をよびかけることを申し合わせました。

■会員の七味ごぼ

●町づくりの中で食という立場でいわゆる食文化ということととらえるということ、今まで観光とか、特産品とか、あるいは健康食とかという面だけにとらえてきたが、今度は食文化全体をとらえたい。

●行政機関には芸術文化はあるが食文化という受皿がない。そういう受皿を求めているところに食文化研究会が生まれた必然性があります。

●今日、マスコミさん、行政さん、企業さん、そして学者・文化人、消費者のみなさん、生活者のみなさんが一緒になって、いろんなことを考えていこうという組み合わせになったことは感動的です。



▲県内の特産品、郷土料理の試食会



- 代表 丸山 悦子 奈良女子大学生活環境学部教授
- 副代表 水野 繁 元フジテレビプロデューサー(株)サンプロジェクト代表取締役
- 副代表 中曾根 迪子 ならコープ副理事長
- 事務局次長 芦原 隆文 元大阪の食文化研究会設立発起人
- 事務局次長 木村 隆志 キムラ流通研究所所長
- 事務局次長 大國 康夫 奈良県生活協同組合連合会事務局長
- 事務局次長 中村 智恵美 東大寺学園非常勤講師
- 常任幹事 永曾 義子 奈良女子大学付属中・高等学校教諭
- 常任幹事 二木 賢治 日本生活学会会員(株)アデア専務取締役
- 常任幹事 田中 幸夫 やくしの里在宅介護支援センター所長

ホテル三笠温泉
〒630 奈良市川上町728
TEL0742(22)5471

春日山原始林に隣接の若草山・高円山に所在する両ホテルは、森林浴に加え、霊山と大樹の気を浴び、イオン水を使用して、素材、調理、栄養のバランスと共に伝統料理を尊重し、柳生街道や聖地の環境とマッチした期待性や意外性の提供と残心のサービスに努めています。

▼秘法/がらんぼ鍋

高円山ホテル
〒630 奈良市白毫寺町1072番地
TEL0742(23)6472

創作料理 **三笠** 産

江戸期の風情が現在に残る 橿原市今井町に誕生!

※10人以上のご利用には、マイクロバスの送迎をいたします。
忘年会、新年会、大小宴会、ご家族パーティー、ご法事等には是非ご利用を!

●ご予約、お問合せ 07442(4)3030 (サンボウサンボウ)
橿原市今井町1丁目3-22(南都銀行西) 年中無休、AM11:00~PM9:00

安心・安全・リサイクル
共同購入&県内12店舗
16万世帯組合員の輪に、あなたも!

ならコープ
奈良市恋の窪1-2-2 TEL0742(35)1183

● 会員のみなさまの声を集めました。



奈良市 しまだ まさよし
 「柿が赤くなれば、医者が青くなる。」とは親しい医師から聞いた話だが、柿の実が熟れるころは、まことに健康的なシーズンだから思う者も少なく、医者もちよつとは暇になり、それだけ身入りも少なくなるということか。とにかく、柿は、古くから、日本人には親しみの深い果実である。

柿が日本に根づいたのは何時の頃からか。もともと日本にあったものか、それとも大陸からもたらされたものか。筆者にはわからない。また、はじめの柿が、渋柿だったのか、それとも甘柿だったのか、それも分からない。

中国に於ける柿は紀元前千年余り前の周代には既に桃、李、梨、栗、棗等とともに現れている。それ以後、有名なものでは杜牧や白居易が作品にとり込み、また鄭度ほ柿の葉で手習いをしたとある。また蘇東坡は「柿霜」（しそ）というものに触れている。柿霜というの、干し柿の表面にふき出ているあの白い粉のことで、一種のシユガー・アルコールなのだそうだが、流石酒好きの蘇東坡、妙なものを作品に取り入れたものである。だが、干柿となると、どうやら中国での柿は渋柿であったようだ。

吉野口駅前前の柳屋の亭主、薬剤師だが、薬店も開かず、すし屋をやつている変り種。某日、柿の葉ずしの講釈を聞いたのだが、「柿蒂」の話に及ぶと「渋柿は捨てるころがあらへん。渋はとれるし、干し柿はできるし、葉っぱはすしに巻けるし、おまけにへたまで漢方薬

というのは、柿という字は柳の異体字だということである。木と卯(シ)が組み合わさってできた辞書にはある。卯とは(う)え、(う)わすみを意味し、柿の皮を水につけ、その上ずみからしぶをとる。その卯という字を木の横にくっつけ柳としたらしい。この元字が変じて今日の柿の字となった。故に、字面から察する限り、どうも渋柿が本流であつたらしい。渋柿本流は少くとも清代まで続いたという。

日本でも、甘柿発見は、鎌倉時代だといふから、もちろん今後の研究にまねばならないだろうが、本流はやはり渋柿だつたようだ。千種に近い柿があるといふから、その中からの選定といふことはたいへんなことにちがいない。

ところで表題の「柿蒂」(シテイ)もしくはシタイだが、柿蒂とは、柿の蒂(ホソ)を云っているのである。「茶の句に、生つたりな柿の蒂落するまでに」と、いうのがある。蒂とは俗にいうへたのことである。

吉野口駅前前の柳屋の亭主、薬剤師だが、薬店も開かず、すし屋をやつている変り種。某日、柿の葉ずしの講釈を聞いたのだが、「柿蒂」の話に及ぶと「渋柿は捨てるころがあらへん。渋はとれるし、干し柿はできるし、葉っぱはすしに巻けるし、おまけにへたまで漢方薬

にできる」という。何の葉になるのか、「本草綱目」の話になり出したので、それをさへぎって、再び何の葉になるのか聞いたら、「しゃくり止め」の葉になるという。惜しくも、その製法とか、服用法は聞きもらなかった。なお、ついでながら、柿蒂の蒂の字も蒂というのが元字だそうである。(元桜井女子短大教授)

彼岸花が土手のあちこちに真赤に咲き競う九月十五日、大宇陀町を訪れました。

初めの見学、薬の里をたずねて
 班鳩町 金本 加津子

まず、大願寺で薬草料理を試食、葛の刺身の微妙な歯ざわりと、のどごしのよさ、始めていただいた、とんぶりの白あえ、朝鮮人参やゲンノシヨウコなど数種の天ぷらなど、すべて毎朝でいねいに摘まれ、下ごしらえに大変手間がかつたもので、訪れる人々をもてなす心が感じられ、静かなお寺でいただいたお料理は、心も体も自然の恵みでいっぱいになりました。

又、森野旧薬園は、吉野葛製造の元祖といわれ、大きな水槽で何度も水を替え、あく抜きされて、真白な葛になる様子を伺い、そのあと、薬草園を見学しました。今でも、日本最古の薬草園として当時のままの姿を残しており、

させられます。

沢山の薬草が育っていました。見学のあと、大変風情のある部屋でおいしいところ天をいただき(器のフタにした秋海棠の葉がすてき)もつと時間があればと思いつつ古い町並に心を残しながら帰途につきました。

大宇陀大願寺をたずねて

大和郡山市 今田 志乃

薬草料理の品数の多さと意外なおいしさにびびり。特に葛の刺身と胡麻豆腐のわさび醤油との相性の良さには驚きます。やはり手間と時間をかけたものは違うものだ改めて感じさせられました。それにあのおかみさんの笑顔とやさしい口調のおかげでゆったりと味わいながら食べられました。私もおかみさんのように普段の食事の時にも少しでもあの時に近い空間を作り出せたらいいと考えています。

10月15日嘉吉祭の

談山神社を訪れて

當麻町 木村 隆志

談山神社、嘉吉祭の「百味の御食」と呼ばれる御神饌を初めて拝見させていただきました。昨日の雨模様から一転して晴れあがり、舞台造りの本殿はひんやりとした空気が快い。古式豊かな儀式は飛鳥時代にタイムスリップしたような彷彿とした気分



談山神社「百味の御食」

ちよんちよん店

季節野辺料理 撫石庵 (ふせきあん)

TEL 0747230123

柿づくし料理

広陵町 四方 いつ子

五条、栄山寺ちかく、吉野川沿いの季節野辺料理撫石庵の柿づくし料理を賞味させて頂きました。夏は「鮎づくし」秋は「柿づくし」が好評だそうです。個性のない柿、それだからこそのいろいろな調理ができるんだなあと感じました。

柿グラタンの作り方



1 柿釜をつくる
 ガクのついた方の1/5のところを切る。(ふたとして使用)底を平たく切つてすわりをよくする。皮をむいて1cm位の厚みを残し中をくりぬく。料理酒をふりかけてラップをし、電子レンジで6~7分加熱する。

2 具の下ごしらえをする

玉ネギのみじん切り50gとバター10gに塩コショウを加え炒める。
 ①でくりぬいた柿の身のみじん切りにする。

3 ホワイトソースをつくる(3カップ分)

薄力粉80g・バター50g・牛乳3カップ塩こしょう少々・バターを溶かし、オープンレンジで2分30秒。牛乳を加えて、約19分。

4 具をあえる

②に③をよく混ぜて①の柿釜の中に入れて、表面に粉チーズをふりかける。

5 焼く

オープンで予熱250℃に設定し、角皿にクッキングシートをしき、その上に柿グラタンをのせ、約18分加熱する。



A先付け：柿白和え B季節前菜：いか栗・サーモン柿・柿ふるふき・白髪柿・柿ゼリー寄せ・小海老唐揚げ・松葉銀杏・子持ち鮎馬煮 C柿物：松茸土瓶蒸し D造り：鯛柿巻造り E焼き物：柿グラタン F煮出し：鯛香蒸し・柿くすあんかけ G揚げ物：柿、穴子東寺揚げ・柿唐揚げ H群の物：柿なます I御飯：柿の葉寿司 J果実：柿・巨峰 K口代り：鯛の柿鯛門巻 (アスパラソース) L赤出し

トップバリューは品質の良い商品を、圧倒的な低価格でお客様に提供するジャスコの開発商品です。トップバリューブランドの商品は、お客様に愛されご家族の暮らしに貢献、ご満足いただけるものと思います。ジャスコの開発商品「トップバリュー」。新しい時代の安さと品質、ぜひ一度お試し下さい。



確かな品質、この安さ



商品の一例

味に技あり
 秋に枝あり
 手廻りつえ
 万本のもろもろ
 三輪とうもろこし
 〒633 奈良県桜井市巻野内194
 TEL 074444(2)6397
 FAX 074444(2)3277



いにしへの味—1200年の伝統を受け継ぐ手延への技に真心を込めて、昔ながらの手造りの味を生かした、親しみやすい逸品。

奈良の食文化研究会
ご入会のお誘い

古き奈良、新しい奈良の「食」を通じて街おこしの創造をしてみませんか。何より食べることの好きな人、奈良をこよなく愛する人なら県内外を問わず誰でも入会できます。

【会則目的】

本会は、奈良県下に伝わる郷土料理を研究し、その伝承、発掘をはかり、併せてそれらを創造をもつて現代に継承、融合させるための研究を推進し、その成果を記録、発表することにより、これらの普及をはかる。

【会則事業】

食文化の調査、情報収集をはかり：県民の食文化に対する熱意と創意が常に汲み上げられ、完全に発揮できるような適切な諸部会の設定をはかり：県下の観光ならびに食文化に関連する地場産業の活性化：その振興を促す企画の開発に努める。

会員になると

特典1 「ふるさと奈良 うまさ発掘 味めぐり」

隠れた奈良の味を訪ねての食へ歩きに参加できます。

特典2 「創造、奈良の食開発」

そうざい、菓子、特産品のあたらしい食の開発にチャレンジすることもできます。

特典3 「創作「食」のコンテスト」

「奈良の食文化、創作作品展」料理の好きな方ならどなたでも参加できます。

特典4 「奈良発の食文化」

奈良だけにしかない、奈良の食を考える情報誌(季刊)発行を無料にて配布

奈良の食文化研究会
発足一周年記念イベント

奈良の食材
創造作品展

平成9年4月13日(日曜日)

会員による奈良の食材を生かした各種の作品展を計画しております。

作品は——
●郷土料理、お総菜、お菓子、漬物、飲み物など食に拘わるもの。
●古代食、伝承・伝統食、現代食を問わず和風、洋風いずれもよい。
●会場には厨房設備あり。原則として創作作品は容器に盛って、当日出展してください。



八重桜



「ふるさと自慢の贈り物」柿の葉ずし

私共は江戸末期より「鮎鮎」等に係って以来、文豪谷崎潤一郎の「陰翳礼讃」で絶讃された「柿の葉ずし」を最初に商品化。酢、塩以外の保存料を使用せず自然食品の持ち味を生かすべく励んでおります。又先代当主は「おかいさん」の名称で大和茶がゆを取り上げ大和、吉野ならではの料理を「茶良店」(猿沢池畔)「吉野本店」にてご賞味いただいておりますが、これからも「古都ずし」「はしきやし」(愛八師)等の、郷土に根ざしたおいしい「平宗オリジナル」の商品開発を目指して、ひたすら「食」にこだわって行く積りであります。

総本家 平宗 平井直之



献上鮎ずし



古都ずし

総本家 平宗

〒630 奈良市今御門町30-1 TEL 0742(22)0866(代) FAX 0742(22)2714

吉野の水が育む伝統の味。

豆腐づくりひとすじ百余年。奈良県は吉野の自然の恵みを味に人のこころに生かしながら、私どもは吉野豆腐をつくり続けてきました。21世紀を目前にしたいま、私共は伝統を大切にしながら食品を通じて人々の健康的な生活に貢献し、それを次代に伝えることを基本姿勢とし、努力を続けております。豆腐をはじめとする製品をみつめ、研究するなかで弊社の製造技術を集大成して生まれたのが、「華吉野」です。弊社は原材料に対するこだわりを企業理念とし、お客様に喜んで頂ける製品をと、日々努めております。吉野山系大台ヶ原を源とする清水を豆腐の命として国産大豆、にがりこだわり、選び抜いた原材料と真心をこめてつくりあげた豆腐職人の逸品でございます。ご贈答のみならず、ご家庭用としてもきっとご満足いただける品として、ぜひご利用頂きますようご案内申し上げます。



湯豆腐用

株式会社 山食

〒639-31 奈良県吉野郡大淀町馬佐 8 17 番地
TEL 07463(2)1135(代) FAX 07463(2)1078

【会員と会費】

本会は、その目的・趣旨に賛同し、規定の会費を納入したものを会員と認める。会費 員1年間会費(2年間)参千円 特別会員1年間会費(2年間)壹万円 賛助会員1年間会費(2年間)貳万円以上(入会)希望の方は、別紙申し込み用紙にご記入の上、奈良の食文化研究会事務局へお申し込みください。会費や資料などお送りします。

「奈良発の食文化」をご希望の方は一部二百円と送料(冊)九〇円分の切手を同封の上、事務局へお申し込みください。

事務局 香芝市鎌田三三三一九
TEL&FAX(〇七四五七)七一六〇三〇

●編集後記●

一年間で一番忙しい年末年始の仕事と会報誌づくりが重なった為スケジュールが遅れ、皆様にご迷惑をおかけいたしました。今回の創刊号は「柿特集」を組んでいるだけに、スケジュールに追われ、柿の実が樹のうえでだんだん熟してくるのを見るたびに身を削る思いでした。私達にとって今年ほど柿がいとしく、そしてこわいと思つた事はありませんでした。それでも何とか発刊が出来ましたことは、会員の皆様のおかげと感謝している次第です。次号はさらに企画を充実し、ご期待に沿うつもりですのでよろしくご協力の程お願い申し上げます。

奈良発の食文化 編集委員 木村 隆志



榎原ロイヤルホテル

〒634 榎原市久米町652-2
TEL 07442-8-6636(大代表) FAX 07442-8-6644

「衣食足りて礼節を知る」のことわざの通り「食」は生活の最重要課題であり、人間生存の為にはならないものであります。中国四千年の歴史に匹敵する日本食の二千年の歴史の中には、文化そのものが伝統的に存在するものと思われず。

最近フランス料理、イタリア料理、ロシア料理、東南アジア料理と多種多様な料理が食べられる時代になりましたが、いつの時代もどの料理も日本人による、日本人の為の、日本人が食べる日本人の口に合った料理でありたいものです。

取締役支配人 芳川 哲