



# 時には、こんな旅に出よう。 北の食を、もっと身近に。 体験型観光のススメ



道内各地へ美味しいものを求めて旅をするのも楽しいが、ただ食べるだけでは終わらない『北海道の食』にまつわる体験型観光をオススメしたい。見るもの聞くものがすべて新鮮な体験型コンテンツが、各地で観光メニューとして用意されている。初めてのチャレンジに胸躍る楽しさは期待以上だ。ときには遠出をして、食の舞台裏を知る体験型ドライブを楽しむのはいかがだろうか。



企画・文  
北海道6次産業化地域プランナー  
ばんや 万谷 利久子

生産者の商品開発、レストランなど「食×農×観光」をサポートする北海道6次産業化地域プランナー。支援機関の専門家として企業のマーケティング、行政・DMO観光分野の食コンテンツづくりを行う。北海道大学メディア観光学院デスティネーションマネージャー。米国NTI認定栄養コンサルタント。

## 道南の昆布もイカも、キラキラと輝いて見えた

今回の旅先は、道南の鹿部町と函館市。札幌市から道南は高速道路と函館新外環状道路の利用でアクセスも良好だ。何度も仕事で足を運んでいる地域だが、ここには私の好奇心を思い切りそえられる体験型コンテンツがあり、一度挑戦してみたいと思っていた。事前予約しておいたのは、鹿部町の「昆布漁」「昆布干し」体験、そして函館市の「イカ飯作り」「塩辛食べ比べ」体験だ。わくわくしながら、いざ、2泊3日のドライブ旅行へ出発！

地域の人たちは、自分たちが伝えたいこと、見せたいもの、思いをいっぱい詰め込んで、オリジナルの体験メニューを企画している。訪れる私たちの期待に応えよう

と、おもてなしの心で待っていてくれる。地域を外から眺めるのではない、一歩中へ入れてもらえた喜びを感じるのも体験型観光の魅力だ。



北の逸品がどのように作られているのか、自分も額に汗しながら学ぶことができるのも体験型観光ならではの。





おすすめ体験スポット

1

## 函館市で イカ飯作り

教わった通りの手順で進めていくものの、初めてのイカ飯作りに悪戦苦闘。



このまま刺身で食べたいぐらいの活きの良さ。さすがイカの町…。

### 昔から伝わる、函館の家庭料理の味

道南の森町をはじめ、函館エリアの名物である「イカ飯」。その作り方を教えてくれる体験メニューが「白浜のイカ飯作り」だ。函館市の住吉町白浜で生まれ育った木村マサ子さんが先生で、目の前に海が広がる自宅のダイニングで調理する。漁師さんから仕入れてくれた大きなスルメイカがまな板の上で待ち構えていた。さっそく頭と足を外して水洗いし、胴体に前日から水に浸した北海道産もち米100%を詰める。

鍋でコトコト煮込む間は、サービス精神旺盛なマサ子さんのレクチャーの時間だ。イカの生態、イカ釣り漁と釣り針の変遷。実物の漁具を見せながらアカデミックに話してくれる。70年以上この海を見てきた人の、歴史を語る言葉は真実味にあふれている。イカが獲れなくなり、魚種が変わり、海藻が獲れなくなったという。

マサ子さんは、北海道アウトドアガイドの資格を持ち、自然ガイドやゴミ収集活動など環境を守る活動をしている。「白浜のイカ飯作り」を通して、伝えたいことが胸にいっぱいある人なのだ。とにかく明るく、参加した私たちも笑ってばかりだったのだが、同時に考えさせられることも多い貴重な体験となった。

自分で手作りし、ふくふくと膨らんだ「イカ飯」は、ほんのり甘辛く最高に美味しかった。



鍋で煮込むと、部屋中になんとも食欲をそそるイイ香りが広がる。



左／イカの胴体に、丁寧にもち米を詰めていく。左下／たくさん出来上がりました！右下／トークも面白い、明るい人柄のマサ子さん。



### 白浜のイカ飯作り体験

料金(1名あたり)／4,500円(4人以上で実施)  
定員／4～35名(2人の場合は要問い合わせ)  
所要時間／約2時間30分  
開催時期／通年  
予約／3日前まで  
連絡先／はこれ(TEL.0138-26-0300)





おすすめ体験スポット **2**  
**鹿部町で  
 昆布漁・昆布干し体験**

海中から引き上げられ、巨大な暖簾のようにゆれる昆布。大迫力の光景に思わず息を呑む。養殖でも天然物に負けないくらいの美味しい出汁が取れる。

### 昆布の養殖場を船の上から見学!

「昆布が最近獲れなくなっている」と、よく聞くようになった。海水温の上昇や環境の変化の中、何とか自分たちの昆布を守ろうと大切に育て、漁をする人たちがいる。その真剣勝負の漁の現場を見せてくれる体験ツアーが行われている。

札幌から車で約4時間。道南、鹿部町では、7月上旬から8月の漁期に観光協会が主催する昆布漁見学を実施している。

朝7時に浜へ向かう。観光用に舟を出している漁師さんに乗せてもらい、いざ出港。カモメの声と朝もやが別世界だ。

波の上を勢いよく走る舟はエキサイティング。潮の香りと海風がヒューヒューと行き過ぎる。

20分ほど走ると、漁をする舟が見えてきた。朝日をバックに漁師さんのシルエットが浮かび、絵画のように美しい。さらに近づくと、舟にはソーラーパネルが取り付けられているのがわかる。海の環境保護のために多くの舟がつけているという。

鹿部町では、天然昆布が激減する中、タネつけた

ロープを海に沈め1年間養殖している。昆布は海底に向かって成長し、巨大な暖簾のようにゆれている。駒ヶ岳の噴火で流出した溶岩が多いこの海は、暖流と寒流が交錯し、数十の河川から流れ込む山の豊富な栄養分で上質な昆布がとれると言われる。

3mほどに育った昆布をスクリューで引き上げる。目の前で見ると昆布は生き物のようで、生命力がほとばしる。舟よりもさらに高くまで引き上げられる昆布漁の様子は、豪快なスペクタクルだった。もちろん初めて見る光景。ひたむきに漁に励む漁師さんの姿も凛々しい。

漁業を身近に感じ、自分たちの昆布を選んでくれる人を増やしたい。そんな思いから仕事場をあえて外部



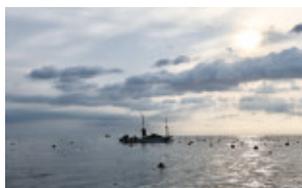
漁師さんが漁場まで舟で案内してくれる。潮の香りを胸いっぱい吸い込んで、朝の港を出発。

の人にも見せることをいとわないという。感謝の気持ちが沸く。

ここ鹿部の地には江戸時代から、現在の青森県の漁師さんたちが良質な昆布を求めて出稼ぎに通っていたという。1615年、ついに移住した一人の漁師さんが仲間を集めて村を開いたのだそうで、町の起源もやっぱり昆布だった。その後も度重なる駒ヶ岳の噴火による昆布礁の被害と復旧の歴史があり、昆布はいつもこの町と共にある。



鹿部温泉観光協会の金澤佑さんが、白口浜昆布の特徴や養殖の方法などを丁寧に説明してくださった。



朝日に輝く鹿部の海。たくさんの浮きが見える辺りに立派な昆布が順番を待っている。

箱メガネで水中を覗いてみると、大きく育った昆布がゆらゆらと踊る様子が見えて感動！

## 鹿部町の夏の風物詩、昆布干しに挑戦！

鹿部町の観光協会が実施する体験プログラムには、「昆布干し」メニューがある。忙しい漁師さんの作業の中に混ざり、昆布を干す作業を手伝うものだ。ゴム製の胴長を渡され、すっぽりと入るように着込む。

海から引き上げられた昆布はすぐさま浜に運ばれ、汚れを落とし水で洗われる。海水温の上昇からか昆布に虫などが付くようになり、丁寧にキレイに落とす手間が増えたという。

手際よく進む流れ作業の中、昆布を運ぶ人の仲間に入る。邪魔にならないよう、動きが止まらないようにと急

いで運ぼうとするが、ヌルヌルとぬめりのある昆布は一筋縄ではいかない。腕をすりぬけて落ちようとする。ずっしりと重く、力を入れて持ち上げながら全身を使って運ぶ。ヌルヌルが顔につき、昆布の匂いに包まれる。なかなかできない経験だ。乾燥用倉庫に昆布を運ぶと、洗濯バサミで昆布を挟み、重ならないように干していく。簡単そうに見えるシンプルな作業なのに、実際に体験すると難しいことがわかる。漁師ファミリーの皆さんが優しく教えてくれ、見守ってくれるのがありがたかった。

こんなに多くの人手とプロセスと時間をかけて昆布が私たちの手元に届く。普段からもっと昆布を大切に使わなくてはと心を入れ替える。

短時間のお手伝いだったが、プロの漁師さんの生活を垣間見られ、浜に知り合いができたような気持ちになった。



干す前に汚れを丁寧に落とす作業は人海戦術。鹿部町の皆さんの昆布への愛情が伝わってくる。



ずっしりと重い昆布を倉庫で乾燥させていく。つやつやと輝く昆布は思わず見とれるほど。

## 鹿部町昆布漁業体験

【船上からの養殖場見学】  
料金(1名あたり) / 10,000円  
定員 / 2~20名  
所要時間 / 約60分  
開催時期 / 4~8月

【昆布干し】  
料金(1名あたり) / 3,000円  
定員 / 2~20名  
所要時間 / 約90分  
開催時期 / 7~8月

予約 / 3日前まで  
連絡先 / 鹿部温泉観光協会 (TEL.01372-7-3500)

## 自分好みの味を探してみよう

おすすめ体験スポット ③

函館市で  
塩辛食べ比べ

函館ドッグの横で、110年間イカの塩辛を作り続けているのが「小田島水産」である。今ではほぼ手に入らなくなった貴重な木樽で、昔ながらの製法で塩辛を仕込む。その長い歴史の中で、曾祖母から継承されたもの、顧客からのリクエストに応えたものなどで数々の塩辛が誕生した。3代目の小田島隆さんが新たに企画したのは、塩辛の食べ比べだ。

15種類もの塩辛がパレットに並ぶ。イカの部位や発酵法、香辛料にも違いがあり、色や食感、風味もそれぞれ。一つひとつが個性的で味わい深く、自分の舌に集中して食べるのがおもしろい。看板商品である「かんずり」という発酵唐辛子を入れたものはうま味があり、柚子が香る「山うに」を入れたものはさっぱりとして爽やかだ。すべて購入し、自宅で晩酌を楽しむ人もいます。

今や本州からの観光客、インバウンド客まで訪れるようになり、工場併設の飲食スペースは賑わいを見せている。もし塩辛の仕込み中に訪問できたなら、工場



上／15種類を一口ずつ、おいしいご飯と一緒に食べ比べ。下／今や貴重となった木樽で仕込まれる塩辛。

でふつふつと発酵する様子や自慢の木樽を見せてもらえることもある。自分好みの塩辛探しの旅、おつなものですよ。

## 小田島水産食品直売所 塩辛bar

住所／函館市弁天町20-7  
TEL.0138-22-4312  
営業／8:00～18:00  
定休日／無休

## ちょっとだけ足を延ばして…

せたな町

## サッカムセタナイ

国道229号の海岸線を走りせたな町を目指すと、高台にシャリュクティリー（食肉加工）とパティスリー（菓子）のお店「サッカムセタナイ」が見える。工房ではフレンチのシェフ高橋広大さんがドライソーセージや生ハムを作る。原料は、地域の食材をはじめ製品に合わせ厳選している。日本海からの風を冷やして取り込み、自然エネルギーとして熟成に利用している。大きなウィンナーは、ホットドックに挟み2階のカフェスペースで提供。あふれる肉汁で豚肉の脂が美味しいのがわかる。

パティシエである友里菜さんは、地元の果樹やチーズを使い菓子を作る。眼下に広がる海を眺めながらケーキをほおぶるのは至福のとき。コクのある上質な生クリームと採れたて果樹の合奏がせたなの新たな食の魅力となっている。

店名の「サッカム」はアイヌ語の「干し肉」という意味。伝統文化を大切にしながらも今のライフスタイルに合う食卓を提案したいと思っているようだ。風と海と土が作るローカルフードの豊かさを、シェフたちの高い技術で感じさせてもらった。



白カビをつけて1か月以上熟成させた「ドライソーセージブラックペッパー」。



菓子担当、パティシエの高橋友里菜さん。



お店がある高台からは、せたなの景色が一望できる。

住所／せたな町北檜山区太櫓416-19  
TEL／050-1467-4793  
営業／金・土曜のみ10:00～18:00（日～木曜日休み、日曜営業の日もあり）

