

令和元年度教育事業

体験の風をおこう

食育体験シリーズ～地域文化の伝承～

第2回

「なれずし」作り



開催日：令和元年11月2日（土）

～ 11月3日（日・祝）

場所：小浜市旧田鳥小学校、

田鳥区漁家（民宿泊）

対象：小中学生を含む家族やその他希望者（大人だけでもOK）

定員：30人

申込締切：令和元年10月25日（金）

※日程、参加費、申し込み方法については裏面をご覧ください。

◆主催 国立若狭湾青少年自然の家

◆協力 田鳥観光協会・福井県海浜自然センター・たがらす我袖俱楽部

◆後援 福井県教育委員会（申請中）・小浜市教育委員会（申請中）・福井新聞社（申請中）
若狭おばま観光協会（申請中）

〒917-0198 福井県小浜市田鳥区大浜

国立若狭湾青少年自然の家

「なれずし」係（担当：大江・伊藤）

電話 0770-54-3100 FAX 0770-54-3023

ホームページ <http://wakasawan.niye.go.jp/>

Eメール wakasawan-sen@niye.go.jp

◇◇ 日 程 ◇◇

11月2日(土)

- 13:00 受付(於:旧田鳥小学校)
 <駐車場:漁業協同組合駐車場>
- 13:30 はじまりのつどい
- 14:00 「なれずし」についての話(森下佐彦氏)
- 14:30 なれずし作り(下準備)
- 15:00 魚さばき体験
- 15:30 選択活動①
- A 田鳥漁港で海釣り
 ※ 竹竿をお貸しできます。自分でご用意されてもかまいません。
- B 田鳥散策
 ※ 神社、棚田など
- C 民宿でゆっくり
- 18:00 夕食・漁家での語らい(若狭湾の伝統的な魚料理の話など)
- 19:00 入浴・自由時間
 就寝

11月3日(日・祝)

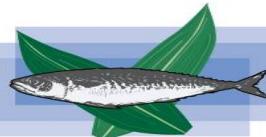
- 7:00 起床・洗面
- 7:30 朝食
- 9:00 なれずし作り(於:旧田鳥小学校)
- 9:45 おわりのつどい
- 10:15 移動、もしくは解散
- 11:00 選択活動②
- D 自然の家でへしこ料理教室
 ※ 講師の先生にへしこを使った料理教室をし
 ていただきます。
- E 帰宅
- 13:30 終了予定

◆◆◆◆ 必要経費 ◆◆◆◆

合計金額(材料費を除く): 小学生以下 5,970 円 中学生以上 6,970 円

【内訳】

- ◆ 【宿泊費(一泊二食)】
 小学生以下 5,500 円 中学生以上 6,500 円
- ◆ 【参加費】 470 円
 ①魚さばき体験料 170 円 ②保険料 196 円 ③消耗品費 104 円
- ◆ 【材料費】
 新規に参加する場合、鯖代金別途一匹 900 円と米、麴代として一匹につき 600 円必要です。
 第1回参加者で、すでに買い取って漬け込んでいる鯖をなれずしに漬け変える場合は、米、麴代として一匹につき 600 円必要です。
- ◆ 【別途料金】
 上記の通り、選択活動の中で費用がかかるものがあります。
- ◆◆◆◆ 持ち物 ◆◆◆◆
 上靴 長靴 エプロン 三角巾 ナイロン手袋
 洗面用具 着替え フェイスタオル バスタオル
 筆記用具 雨具 健康保険証(写可) その他必要と思うもの



「なれずし」ってなに?

海の幸豊かな若狭湾。そこでとれた魚を使った年の瀬の伝承料理「なれずし(なれさば)」は、古代寿司ともいわれ寿司のルーツともいわれています。鯖の「へしこ」を水洗いし、丸一日つけて塩出しをして、皮をはいで腹を開き、ご飯と麹を混ぜ合わせて詰め込みます。これを樽の中につけ込んだものが「さばのなれずし」です。乳酸発酵作用で高級なチーズの香りはくせになる味です。若狭の代表的な食文化のひとつです。

申し込み方法

- 下記の事項をFAX、Eメール、HP申込フォームでご連絡ください。
- 10月25日(金)締め切り (参加決定通知は10月27日以降に発送いたします。)
- 申込み先 住所 〒917-0198 福井県小浜市田鳥区大浜 国立若狭湾青少年自然の家「なれずし」係(担当:大江・伊藤)
 電話 0770-54-3100 FAX 0770-54-3023 Eメール wakasawan-sen@niye.go.jp
- その他 応募者多数の場合は第1回(へしこ)の参加者を優先し、抽選にて参加を決定します。
 漬け終わった「なれずし」は後日着払いにて送ります。



代表者氏名()様
 住所(〒)
 電話番号() FAX番号() ※ある場合

ふりがな 参加者氏名	性別	学年	年齢	生年月日	1日目 11月2日 選択活動	2日目 11月3日 選択活動
	男・女			年 月 日	A・B・C	D・E
	男・女			年 月 日	A・B・C	D・E
	男・女			年 月 日	A・B・C	D・E
	男・女			年 月 日	A・B・C	D・E
	男・女			年 月 日	A・B・C	D・E