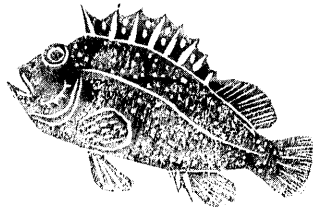


壱岐島便り 1

おかげさまの暮らし

文・カット
田内英理子



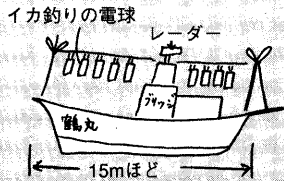
縁あって、長崎県の壱岐島に私が暮らし始めて九年になります。夫と義父は漁師で、家の前の初瀬の港には、船がつかないであります。また歩いて数分のところにはいくつかの磯があり、“海の恋人は森”というように、後ろには魚つき保安林(漁業資源を守るため、海に面した陸地の林を保全するもの)が広がっています。磯の生き物、港の中で見かける魚たち、たくさんのお虫や鳥、いろいろな命が身近にあります。磯で見かけるイソギンチャ

クや貝、海藻、とれてきた魚やイカは美しく、いつも子どもたちと見とれてしまいます。そしてありがたいことに、自分の体を動かせば、折々の海と山のごちそうをいただくことができます。小さな子どもたちでも、食べる物がとれる——これは大きな喜びであり誇らしいことのようにです。野山や海のものには必ず手に入るとも限らず、とれたらうれしい天の恵み、だから食べられると、“おかげさまで”と思うのです。

春、子どもたちが待ちわびているのがヨモギです。

まだ寒くても、小さなヨモギを見つけると、春の兆しを喜び合います。なるべく犬やイタチのおしっこがかかっているような所から摘んで帰るのが仕事の始まりです。葉っぱを洗って、さつとゆで、刻んですりばちですりま

●夫と義父が乗る船、名前は**鶴丸**
イカ釣りと、はえ縄漁をする



す。子どもたちが小さいころ、このすべてが私の仕事でしたが、年を追うごとに子どもたちが分担してくれて、そのうきうきと楽しい気分がプラスされ、よりおいしくなってきた気がします。さて、何にして食べるかは、楽しみの素であり、けんかの種にもなります。

息子たちにアトピーがあるということもあり、おやつは基本的に手作りを心がけています。毎日のことなので素材で簡単にできるものばかりです。ちょうど昭和のころ、私たちが育つときに食べていたものがびったり合います。ふかし芋やおにぎり、ふなやき（小麦粉を水でといて薄く焼く、私の母のふるさとの味）、はつたい粉ねり、いきなり団子²など。そんな中で、ヨモギおやつはちよつと手のかかる春のごちそうなのです。

家で作るヨモギおやつは、春の香りが強く、苦みもまいています。ヨモギは、野にある季節の限定ものなので嬉しさも格別なのだと思います。ある冬の日にパン屋でヨモギパンを見つけた長男は、「あれ、もうヨモギが出るの?」と疑問をもちました。きっと冷凍か干して粉

◎ヨモギでおやつを作りましょう。

ヨモギ団子



米粉をこねて四十〜五十分蒸したものにすったヨモギを混ぜ、よくこね合わせ、好きな形、大きさに丸めます。子どもたちは粘土感覚で楽しみ、食べるのが惜しいような団子を作ることもあります。

ふつ団子



「ふつ」とはヨモギのこと。この地方独特の団子です。蒸してつぶしたサツマイモに小麦粉を混ぜて蒸し、すったヨモギを混ぜてこね上げます。

だごのもと



すったヨモギと地粉、塩少々をこね合わせる

硬めにこねて、拍子に切つて揚げると、かりんとう。平らにのばしてフライパンかオーブントースターで焼くとチャパティ。小豆を煮て塩ぜんざいの団子や、お汁に落としてだご汁もみんなの大好物です。

●月の暦は漁に欠かせない

● ○ ○ ○ ●
 旧暦1日 15日 翌月1日
 大潮 小潮 大潮 小潮 大潮

潮と命もかかわりが深く、赤ちゃんが生まれるのは潮が満ちるころで(しかも大潮が多い)人が亡くなるのは、引き潮どきと、よくいわれている

にしたヨモギを使って作ったんだろうと話し合いましたが、何となく腑に落ちない様子でした。
 ヨモギやフキなど春の味はほんのり苦みが

あり、それは冬の間に体にたまった毒素を排出してくれるのだと聞きます。体調を整えるための昔からの知恵です。漁には月の暦、旧暦が欠かせないこともあって、ここではつい最近までお正月や節句は旧暦で祝っていたそうです。旧暦の桃の節句のころには、ヨモギが野にあふ

れ、ひしもちの緑にしたということでした。

春を待ち、わくわくとヨモギおやつを作って楽しみ、初夏のころ花芽がつき、虫もついてくると「これが今年の最後ね」と食べじまいをする、私たちはそういう食べ方が好きです。

春の野の土や風の香り、ゆでたてのヨモギの鮮やかな

緑、蒸した団子の熱々の湯気、ふたをあけるときの歓声、つまみ食いにけんかの声、ああ今年はこんなこともできると成長を感じられ、ヨモギおやつは、私たち家族のうれしい食べものです。

海にも春がやってきて、草が育つように色とりどりの海草が伸びています。壱岐に来て何より驚いたのは、ワカメに匂があることです。春の海でとれるワカメのおいしいこと。岩や大きな石に生えているワカメはカマで切って取りますが、しけの後は波でもぎ取られたワカメが浜に打ち上げられているので、子どもでも拾えます。

捕った魚を活かすために港に浮かべているいけすにもワカメがつき、まだ茎が硬くなっていない文字どおり若芽は、早春のごちそうです。とってきたワカメは茶色で

●ごはんの友 ワカメ

青めたワカメは、酢みそや梅みそで食べるのがうちの定番。茎は佃煮やみそ漬けにする。メカブは細かく刻んで、たいてはド口、ヌル口にする



す。ぐらぐら沸かしたお湯にくぐらせると、さーっと緑色になり、その美しいこと。『青める』とこのあたりでは言います。

ヒジキにも、ワカメと同じくらい驚かされました。ヒジキも岩や大きな石に生え、波にゆらゆら揺られていきます。大潮——満月か新月の前後数日には、潮の干満の差が大きくなります。そのころ、潮が引いたのを見計らって磯に行くと、ヒジキやワカメが顔を出しているわけです。ヒジキを切って帰ったらごみや別の海藻や根などを取り除いてきれいにしてから、大きな釜で1時間ほどゆで、これを日に干します。お店で袋に入って売っている

●ヒジキ

磯のぬれた石は
すべりやすく危ない！



本当はもっとベターッと
岩に貼り付いている

ヒジキは、こうして
きるのです。

壱岐では、二月まだ
寒いころに、芽が出た
ばかりのヒジキをとる
のが好まれています
(芽ヒジキ)、隣の対馬

では、もっと暖くなるまで伸ばしてからとるのが好まれるそうです(長ヒジキ)。

子どもたちと磯に行くと、石を投げたりイソギンチャクをつついたり、食べられないけどきれいな海藻を見つけたりします。枯れ葉色の野や冬の海の色に彩りが戻ってくるうれしさが、野や磯からのお土産に表れているようです。食べられるお土産だけでなく、こんなうれしい気持ちのお土産にもありがとうございます。

注1 はったい粉ねり

はったい粉(麦こがし)にお湯をさして練った食べ物。
甘みを加えたり、梅
干で食べたりする。

注2 いきなり団子

小麦粉をこねた皮
でサツマイモをくる
んで蒸した団子。主
に熊本の昔ながらの
おやつ。

●大きな釜で、ぐらぐらゆでる

ドラム缶くど(かまど)



お正月前のもちつきも
このくどと、お釜を使う。
たき物を秋冬の間集めておく