

つるおかおしえで 食文化体験の 取組み報告

2021年秋みどりまち文庫活動報告会

2021年9月18日

三島 拓也

慶應義塾大学大学院生・明治安田生命保険相互会社



活動のきっかけ

- 2021年3月27日にみどりまち文庫会員向けに開催された「ゼロ・イチ～多様な会員同士で話そう～」でのやりとり

移住者が鶴岡の魅力を感じられるようなことをやってみたい

食を通じたコミュニケーションや取り組みをしたい

ゼロ・イチ みどりまち文庫

～多様な会員同士で話そう～

参加費：ビジネス・プレミアム会員 無料
一般会員 500円

アウトプット

言語化！

やり
応援したい！

インプット

新しい視点

三島

原田

食文化創造都市鶴岡

- 海・山・川に囲まれた自然豊かな地域であり、変化に富んだ地形から豊富作物が採れる
- 伝承された在来作物が豊富にある（50種類以上）
- 精神文化と結びついた独自の食文化が色濃く残っている（精進料理など）

日本で唯一の
「ユネスコ食文化創造都市」認定



食文化創造都市鶴岡の作物・食事

● 季節ごとの様々な作物・食事

春	夏	秋	冬
<ul style="list-style-type: none">・ サクラマス・ 笹巻き・ 孟宗汁・ ばんけみそ・ あおさ・ おとめ心いちご・ のどぐろ・ 行者にんにく・ マダイ・ アスパラガス	<ul style="list-style-type: none">・ だだちゃ豆・ 庄内砂丘メロン・ 南禅寺豆腐・ 岩がき・ 民田なす・ 沖田なす・ ブルーベリー・ 月山筍・ 麦きり・ ごま豆腐・ スルメイカ・ 在来野菜きゅうり	<ul style="list-style-type: none">・ 庄内柿・ 庄内芋煮・ 新米・ 刈屋梨・ 月山ワイン・ 弁慶飯・ はらこ飯・ ひやおろし（日本酒）・ 温海かぶ・ いちじく・ 新そば	<ul style="list-style-type: none">・ 寒鱈汁・ ハタハタの田楽・ 納豆汁・ アサツキの酢味噌和え・ 岩のり・ 大山の新酒・ 棒鱈の煮つけ・ 白子の天ぷら・ ズワイガニ

食文化を通じた移住者の地域愛着の醸成

- 「食文化」「豊かな自然」は他の地域にはない鶴岡の魅力的な資源（地域資源）である
- 移住者が地域資源に触れ、魅力を体感することで、地域に対して愛着が湧く
- みどりまち文庫には食・文化に強い人がいっぱいいる

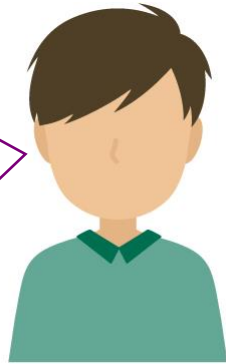
つるおかおしえでが「食文化体験会」を移住者向けに開催し、
移住者の地域愛着が醸成する

移住者の地域愛着醸成は、鶴岡にとって
経済的・社会的に価値がある

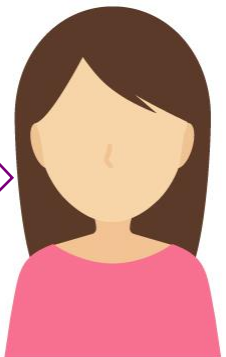
- ・ 今まで手が出せなかった地域の作物を調理・食事できるようになると地域で消費が増える
- ・ 他地域に住む親族や知友人に贈り物をする
- ・ 移住者は他地域と比較できるので、地元民とは違った視点で地域を見て、新たな発見をする
- ・ 止むを得ず転居してしまった後も関係人口として継続して応援してくれる 等

【都會在住経験のある移住者】

海も山もまちから近いし、子供には大自然を色々体験してほしい



食べ物は美味しいし、旬のものが色々あって飽きないわ。今度実家に果物を送りましょう！



食文化体験会の取組み

つるおか食文化体験会

鶴岡の旬の食材を使った料理を作って食べて
鶴岡の春を感じよう!



孟宗汁



山菜料理



笹巻き

5.15 2021 sat
【第1部】10:30-12:00<30人程度>
【第2部】15:30-17:00<30人程度>
まちづくりスタジオ 鶴岡Dada
山形県鶴岡市本町1丁目7-45
参加費 1人500円 (中学生以下無料)

◆申込方法: 右記のQRコードを読み取って所定の項目を入力してください
◆持参物: 孟宗汁用の大きめの鍋 山菜・笹巻きを入れる容器
◆注意事項
・新型コロナウイルス感染対策のため、会場で行うのは調理のみとし、食事は自宅等でお願ひします。また、調理の様子も動画配信しますので、調理を自宅で行うことも可能です(食材は会場でお受け取りください)
・2週間以内に緊急宣言中・まん延防止等重点措置実施中の地域に往来がある場合は、会場での調理への参加にご遠慮ください
・食材は変更になる場合があります
・食料定員になり次第締め切らせていただきます

主催: みどりまち文庫 つるおかおしえて実行委員会
共催: 慶應義塾大学 社会人大学院生メンバー
後援: みどりまち文庫 鶴岡塾
照会先: 前橋 (kmae@sfc.keio.ac.jp)
三島 (taku2020@sfc.keio.ac.jp)

第2回 つるおか食文化体験会

わらび収穫体験会

6.6sun

9:30-12:00

参加費 (入園料・弁当代・備品等準備金として)

大人 2,500円
高校生・大学生・院生 2,000円
中学生 1,300円
小学生以下 500円

場所: 大平高原わらび園

山形県鶴岡市下田沢字大平
※朝日保育園前駐車場に集合したあと、全員でわらび園に向かいます

- ◆申込方法: 下記のQRコードを読み取って所定の項目を入力してください
- ◆持参物: 動きやすい服装・長靴 (あれば) ・軍手 (あれば)
- ◆注意事項
 - ・9:30に朝日保育園前駐車場に集合したあと、全員でわらび園に向かい、10時頃から収穫を始めます
 - ・雨天中止。中止の場合は前日までに申し込み時に入力いただいたメールアドレス先にご連絡させていただきます。



← 申込フォーム

主催: みどりまち文庫 つるおかおしえて実行委員会
共催: 慶應義塾大学 社会人大学院生メンバー
照会先: 三島 (taku2020@sfc.keio.ac.jp)
前橋 (kmae@sfc.keio.ac.jp)

第3回 つるおか食文化体験会 地引網・魚捌き体験会

開催 2021 **7/23 FRI 8:30~14:00**

申込み受付 7/19まで

参加費: 500円 (中学生以下無料)

定員: 30名 定員に達し次第締め切らせていただきます

集合場所: 鶴岡市由良コミュニティセンター駐車場
(山形県鶴岡市由良2丁目14-53)

- 【持参物】
- ・動きやすい服装
 - ・帽子・タオルなど日よけ・暑さ対策となるもの
- 【注意事項】
- ・雨天もしくは波が高い場合は地引網は中止となります。その場合は、魚の調理と貝殻クラフトを行う予定です



移住者大歓迎!
鶴岡の魅力を感じよう!

主催: みどりまち文庫 つるおかおしえて実行委員会
共催: 慶應義塾大学 社会人大学院生メンバー
照会先: 三島 (taku2020@sfc.keio.ac.jp)
前橋 (kmae@sfc.keio.ac.jp)

※第4回はコロナで延期

第4回 つるおか食文化体験会

鶴岡の夏の在来作物

沖田なす と だだちゃ豆
を使った簡単クッキング



開催日時: 2021年8月29日 10:30-12:30

参加費: 500円 (中学生以下無料)

定員: 10名

場所: ふじじま市場たわらや (鶴岡市藤浪2丁目)

持参物: 持ち帰り用のタッパー

申込方法: 右記のQRコードを読み取って
所定の項目を入力してください



◆注意事項
・新型コロナウイルス感染対策のため、会場で行うのは調理のみとし、食事は自宅等でお願ひします。
・食材は変更になる場合があります
・定員になり次第締め切らせていただきます

主催: みどりまち文庫 つるおかおしえて実行委員会
照会先: 三島 (taku2020@sfc.keio.ac.jp)

第一回食文化体験会

- 2021年5月15日に鶴岡Dadaで午前と午後の2回開催
- 鶴岡の春の旬の食材である「孟宗」と「赤みず」の調理に加え、「笹巻き」を提供
- 移住者の多い慶應義塾大学先端生命科学研究所の研究者や学生、従業員などを対象として声掛けを実施
- 参加者は約41名
- 鶴岡市の「コロナ対応型賑わいづくり支援事業補助金（つるおか食のイベント支援事業補助金）」に申請して補助金を獲得

【主な感想】

- 赤みずはスーパーで見かけても下処理が不安で買えなかったのですが、今回調理方法がわかったのでこれからは購入したい
- 孟宗汁は竹の子の下茹でや出汁がいらぬなど、意外な事も知り勉強になりました。
- 下処理が面倒なイメージの孟宗や山菜が、簡単に美味しく調理できることがわかり、これから自宅やキャンプの際の一品に加えたいです！またおおらかな講師の方々も最高でした！
- 料理初心者でも楽しく進められる内容でよかったです。
- 友達と料理をするという経験が新鮮で意外と楽しかった。



つるおか
食文化体験会

期間の旬の食材を使った料理を作って食べて
期間の春を感じよう！

孟宗汁

山菜料理

笹巻き

5.15 2021
Sat

【第1部】10:30-12:00<30人程度>
【第2部】15:30-17:00<30人程度>
まちづくりスタジオ 鶴岡Dada
山形県鶴岡市本町1丁目7-45
参加費 1人500円 (中学生以下無料)

申込方法: 右記のQRコードを読み取って所定の項目を入力してください
※持参物: 孟宗汁用の大きな鍋 山菜・笹巻きを入れる容器

※注意事項
・新型コロナウイルス感染症対策のため、会場で行うのは避け、会場は自宅等でお願いいたします。調理の様子も動画配信しますので、調理を自宅で行うことも可能です(食材は会場でお受けください)
・お泊りの方は朝食含まず、お昼お断り。等重の指定された地域に在住がある場合は、会場までの交通手段の参加はご遠慮ください
・食材は変更になる場合があります
・参加費は当日の決済が前提となります

主催: つるおか食文化 事務局
共催: 慶應義塾大学 社会人本学協会のつるおか食文化 鶴岡支部
問合せ: 鶴岡 (kmae@sfc.keio.ac.jp)
三島 (taku2020@sfc.keio.ac.jp)

第二回食文化体験会

わらび収穫 体験会

6.6sun

9:30-12:00

参加費 (入園料・弁当代・備品等準備金として)

大人	2,500円
高校生・大学生・院生	2,000円
中学生	1,300円
小学生以下	500円

場所：大平高原わらび園

山形県鶴岡市下田沢字大平
朝日保育園前駐車場に集合したあと、全員でわらび園に向かいます

- ◆申込方法：下記のQRコードを読み取って所定の項目を入力してください
- ◆持参物：動きやすい服装・長靴（あれば）・軍手（あれば）
- ◆注意事項
 - 9:30に朝日保育園前駐車場に集合したあと、全員でわらび園に向かい、10時頃から収穫を始めます
 - 雨天中止。中止の場合は前日までに申し込み時に入力いただいたメールアドレス先にご連絡させていただきます。

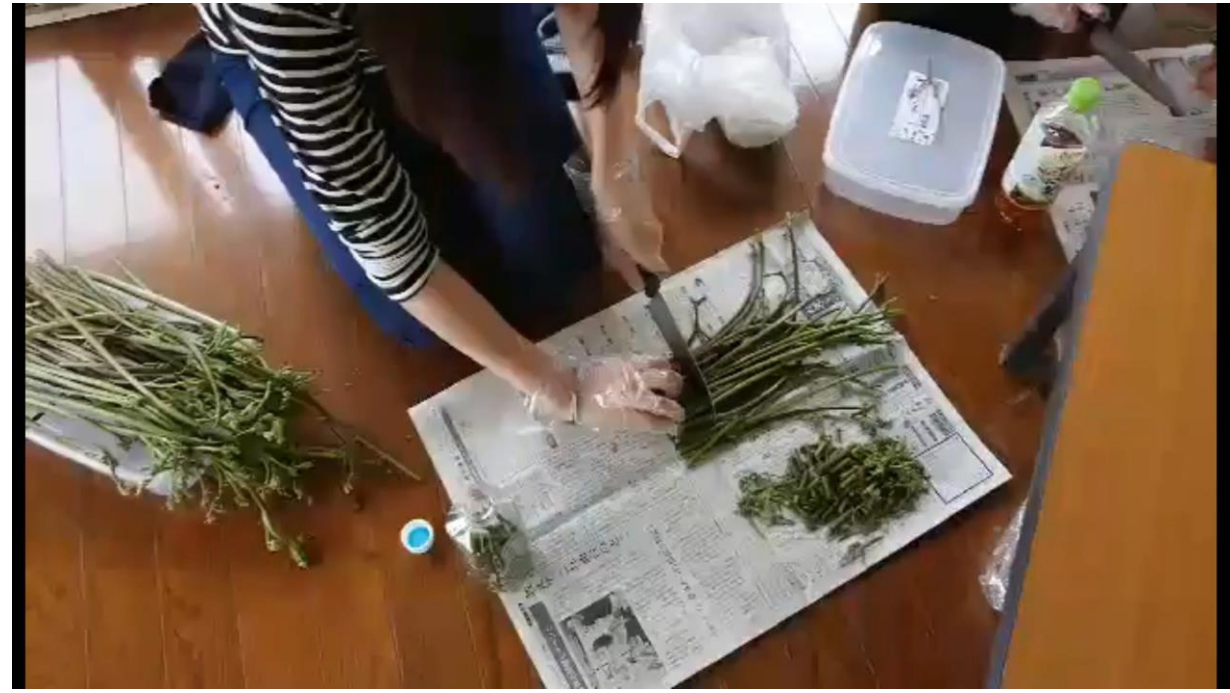


←申込フォーム

主催：みどりまら文庫 つるおがおしえて実行委員会
共催：鶴岡学院大学 社会人大学院生メンバー
照会先：三島 (taku2020@sfc.keio.ac.jp)
前橋 (kmao@sfc.keio.ac.jp)



- 2021年6月6日に大平高原わらび園で開催
- わらび園で参加者自身でわらびを収穫し、わらびの調理や塩蔵の方法を学ぶとともに、「弁慶めし」を提供
- 第一回目参加者にメールで案内するとともに、Facebookで幅広く案内
- 参加者は約12名



第三回食文化体験会

第3回 つるおか食文化体験会 地引網・魚捌き体験会

開催
2021 **7/23 FRI 8:30~14:00**
申し込み受付 7/19まで
参加費：500円(中学生以下無料)
定員：30名 定員に達し次第締め切らせていただきます
集合場所：鶴岡市由良コミュニティセンター駐車場
(山形県鶴岡市由良2丁目14-53)

【持参物】
・動きやすい服装
・帽子・タオルなど日よけ・暑さ対策となるもの
【注意事項】
・雨天もしくは波が高い場合は地引網は中止となります。その場合は、魚の調理と貝殻クラフトを行う予定です

移住者大歓迎！
鶴岡の魅力を感じよう！

主催：みどりまち文庫 つるおかおしえて実行委員会
共催：産業観光大学 社会人大学学生センター
問合せ：三島 (takuzo2020@fbc.kanagawa.jp)
TEL: 0565-831616 ext. 201

- 2021年7月23日に由良海岸で開催
- 夏らしく海で地引網と磯ガニ釣りを体験した後、「鯛」と「カワハギ」の調理し、調理した魚などで「鯛めし」「カルパッチョ」「カワハギの煮込み」「鯛汁」「もずく」を提供
- 第一回・第二回に参加者にメールするとともに、Facebookで幅広く案内
- 参加者は約37名
- 鶴岡市の「コロナ対応型賑わいづくり支援事業補助金（つるおか食のイベント支援事業補助金）」に申請して補助金を獲得

【主な感想】

- 魚捌きはよい体験になりました！
- 色々なことを経験できて大満足です
- ご飯も豪華で美味しかったです！カニ釣りもう少しやりたかった

【鶴岡に居住していて感じる鶴岡の不満や不安】

- 交通手段が少ない、空き家
- コミュニティが限定的。特に妻
- 冬の気候
- バスが少ない

【鶴岡に居住していて感じる鶴岡の魅力】

- 人の距離の近さ 食文化の多さ 自然の近さ
- 食が美味しい 住民が優しい 自然がいっぱいで飽きない



良かった点	今後の課題点
<ul style="list-style-type: none">ほとんどの参加者からは好評いただいている補助金を受けられたおかげで、参加費を安くすることができている地域全体を使って色々な場所で開催できているのも魅力の一つ。地域および関係者の方々に感謝！	<ul style="list-style-type: none">コロナ禍ということもあり、調理・飲食の方法に関して、もっと真剣に考えないといけないと思っている。都会の電車ほどでないにせよ、密な状態になることが何度かあった移住者にもっと広く声掛けできるようネットワークを構築していく必要がある広報活動にもう少し重点を置いて、活動を幅広く認知していただく必要がある参加者同士がコミュニケーションできるような仕組みがあればいい

【今後について】

- 食文化は、通年で、それぞれの季節の食材・食事を体験して初めて理解できると思っているので、可能な限り今後も継続していきます！（補助金をまだ申請できるので、12月までにあと1回はやりたいなと思っています）

ありがとうございました!



以下で気になることがあったら気軽にご連絡ください！！

- みどりまち文庫の「食文化体験会」「銀座モーニング」「ゆるっとCafé」「モバイル屋台」に関して
- 慶應義塾大学先端生命科学研究所に関して
- 庄内の自転車イベント「じろで庄内」に関して
- 生命保険・損害保険のご相談

三島拓也 mishima takuya

メール アドレス:

taku2020@sfc.keio.ac.jp

