

パブリックメディア型観光情報誌

# おいしい食くわい楽らく誌

2013.12

vol.4

なくてはならないもの



北海コーポレーション  
武蔵 照義さん



### JR留萌駅構内 立ち喰いそば店

留萌市船場町2丁目  
JR留萌駅  
【駅弁予約連絡先】  
TEL 090-7644-3774  
【営業（平日・土日祝日）】  
7:00 ~ 15:00  
元旦のみ休業



郷土食  
04

## にしん親子めし

値段は890円。駅弁は予約制で、JR留萌駅構内の立ち喰いそば店で受け取ることができる。

留萌の文化を象徴するもののひとつにニシンがある。江戸末期から明治、大正、昭和と100年以上にわたり、ニシン漁が人々に与えた恩恵は暮らしや文化、芸能、建造物に今も色濃く残っている。そのニシン漁で栄えたマチ留萌ならではの駅弁「にしん親子めし」。包装紙には水墨画風のニシンが描かれており「にしん」の筆文字の力強さは、かつてニシン漁で栄えた往時を偲ばせる。ふたを開けると白醬油漬けの大きな数の子が丸ごと2本とニシンの甘露煮が豪快に盛りつけられている。

## 留萌市

留萌市は北海道の中央部西端に位置し、管内の中核都市である。市名は、アイヌ語のルルモッペ（潮が奥深く入る川）に由来する。

人口:23,548人(2013年9月末)  
市の花:ツツジ  
市の木:アカシア

大きな夕陽が水平線に溶け込み、海面が黄金色に輝く。千の望みが万里を駆け抜けるように、心の旅が始まる場所に、一番美しい瞬間を心に留めたら、ここからまた歩きだそう。

## 留萌市



### 留萌市



**けあらし 気嵐のたちこめる朝** 寒い冬の朝、港に気嵐がたちこめ幻想的な雰囲気を出す。山の際から朝日が昇る。

(写真投稿: 留萌市在住 渡辺一夫さん)

表紙/留萌のゆるキャラKAZUMOちゃん  題字・書/田中欽也さん(留萌市)





# なくてはならないもの

もうすぐお正月がやってくる。

おせち料理に欠かせない『数の子』は子孫繁栄を願う縁起物として昔から食べられてきました。

江戸末期から続いた留萌の千石場所（ひとつの場所で千石も獲れる場所）が終わりを告げたのは、昭和32年のこと。

しかし、その水産加工技術は現在まで受け継がれ、数の子加工生産日本一のマチとして留萌の人々の誇りとなっている。

## 世界に求めて

かつて鯺の大群が押し寄せた留萌で培われた数の子加工の技術は、干し数の子から塩数の子、味付け数の子へと移り変わった。

留萌市内の水産加工会社は互いにしのぎを削り、数の子文化を守ってきた。昭和32年の春を最後に、鯺の姿は消えたが、数の子加工を生業とする人々は、その資源を世界の海に求めた。

「数の子の身上は歯触りです」と話すのは、株式会社加藤水産営業部課長の笹森昭夫さん。その傍らには、カナダやアラスカで数の

子の買い付けを担当する同社の営業部係長の笹森貴宗さんが世界地図を見つめる。

ポリポリとした食感の良さ、緩やかな弧を描く美しいフォルムの数の子は食べる芸術品ともいえる。笹森さんらが追い求める数の子の神髄が、ここにある。

## 技で魅せる

昭和49年に暖簾をあげた老舗の寿司店「丸喜」。

店主の伊藤幸博さんがこだわるのは前浜の数の子。短い水揚げの時期に獲れた鰯を仕入れ、数の子

ム状になってしまったため、仕上げまで気を抜くことができない。火を通して数の子の食感を損ねることのない逸品に仕上げた。

今では、店の看板商品ともなり、老若男女を問わず、物産展でも店でも人気を得ている。

「やんしゅうまい」は、伊藤さんの技と熱い想いの結晶ともいえる。



を塩漬けにする。遙々遠方からこの数の子を味わうためにやってくるお客も少なくない。

「鰯と数の子は留萌の代名詞」と伊藤さんは胸を張る。

年に二度、東京の百貨店で寿司を握る伊藤さんが肌身で感じる留萌のイメージ、それが鰯と数の子だった。

伊藤さんは更にこだわりの商品も開発した。それが、留萌産の米粉を衣にあしらった「やんしゅうまい」だ。しゅうまいの中身は、鰯と白身の魚のすり身をバランス良く練ったものと数の子だ。数の子は上手に加工しないと食感がゴ

## 味、受け継ぎ

「鰯そぼろ」は平成18年に留萌千望高校情報ビジネス科の生徒達が開発し、3年後の平成21年に発売された。

かつて留萌の人々が保存食として食べていた鰯製品を、現代風の味付けにした「鰯そぼろ」。鮭フレークのように、鰯の身と骨を佃煮にし、そぼろ状に加工した商品だ。お土産物としても人気を得ている。

「マヨネーズや胡麻油で和えても美味しいです」と話す平澤里菜さん。自分流にアレンジして味





わっている。

「札幌での販売会では、まとめ買いをしてくれるお客さんもいました」と船越瑠菜さんは、試食で美味しさをわかってくれたことに手応えを感じた。



「東京での販売会では、留萌について質問攻めにありました」と宮成美さんは、自分が暮すマチについても勉強し、接客するよう心がけている。

在校生である彼女達は、留萌の象徴「鯨」を使った特産品を開発した先輩達に刺激を受けつつ、留萌産米を使ったスイーツやハネ野菜を加工した野菜ジュースの開発に取り組む。

「鯨そぼろ」のように、息の長い地場産商品の開発を目指して。数の子は正月に食べるものという印象がある。確かに、晴れの日

の食事に欠かせない縁起物であるが、先人からの食文化を受け継ぎながらも、日々気軽に味わえるよう想いを注ぐ人々がいる。今、この時代の味を追求し未来につなげるために。

「なくてはならないもの」として。

**「数の子製品」**  
株式会社加藤水産  
留萌市旭町3丁目10-18 TEL 0164-43-3333  
<http://www.ymk.co.jp/>

**「やんしゅうまい」**  
丸喜  
留萌市開運町2丁目5-6 TEL 0164-42-1476  
<http://www.marukisusi.com/>

**「鯨そぼろ」**  
北海道留萌千望高等学校  
留萌市千鳥町4丁目91番地 TEL 0164-42-2474  
<http://www.senbou.hokkaido-c.ed.jp/>

## コラム 干し数の子

「数の子」はニシンの卵巣で、日本のお正月には欠かせぬ食材です。その語源は昔ニシンのことを「かどいわし」と言ったことから「かどいわしの子」↓「かどの子」となり「かずのこ」と呼ぶようになったといわれています。

現在は主に塩蔵数の子と味付け数の子として市場に出回っていますが、塩蔵数の子の方が高級品として扱われており、薄い塩水に漬けて塩抜きをしてから、味付けをして食します。

しかし、戦前までは数の子と言えば、天日干しをした干し数の子が一般的でした。干し数の子を塩水に漬けて戻してから、味付けをして食用とします。塩蔵のものより味が濃く、美味しいと言われており、今でも高級割烹などで使われているそうです。

留萌では井原水産株式会社が干し数の子を製造していますが、その価格は塩蔵数の子の6倍ほどにもなり、手間暇がかかることから大変高価なものとなっています。

皆さんも今年のお正月はちよつぱり贅沢をして、パチパチブツブツと音をたてながら、戻した干し数の子を賞味してはいかがでしょうか。

ちなみに食通で知られた北大路魯山人は「水に戻して柔らかくなったものをよく洗い、適当な大きさに指先でほぐし、花がつかまたは粉がつかの良いものを少し余計目にかけて、その上に醤油をかけ、醤油があまりしみこまない中に食うのが、数の子を美味しく食う一番の方法である。」と言っています。



留萌市教育委員会生涯学習課  
福士 廣志



# 手書きまっぷで小旅行【留萌市編】

マチの玄関口、留萌駅。

観光客ならずとも、誰もが一度は訪れる場所だ。平成22年11月JR留萌駅は開駅100年を迎えた。昭和40年代に現在の駅舎に建て替えられたが、駅は変わらず人々を迎えてくれる。ここ駅前の商店街は様変わりしたが、今も並ぶ老舗がある。駅正面には、レトロな灯りが旅人を誘う軽食喫茶「キタノ」。昭和54年から営業し朝9時からのモーニングセットは、旅人には嬉しい駅前ならではのサービスだ。熱々の鉄板で出されるナポリタンも、昔懐かしい味で地元でも人気のメニューだ。

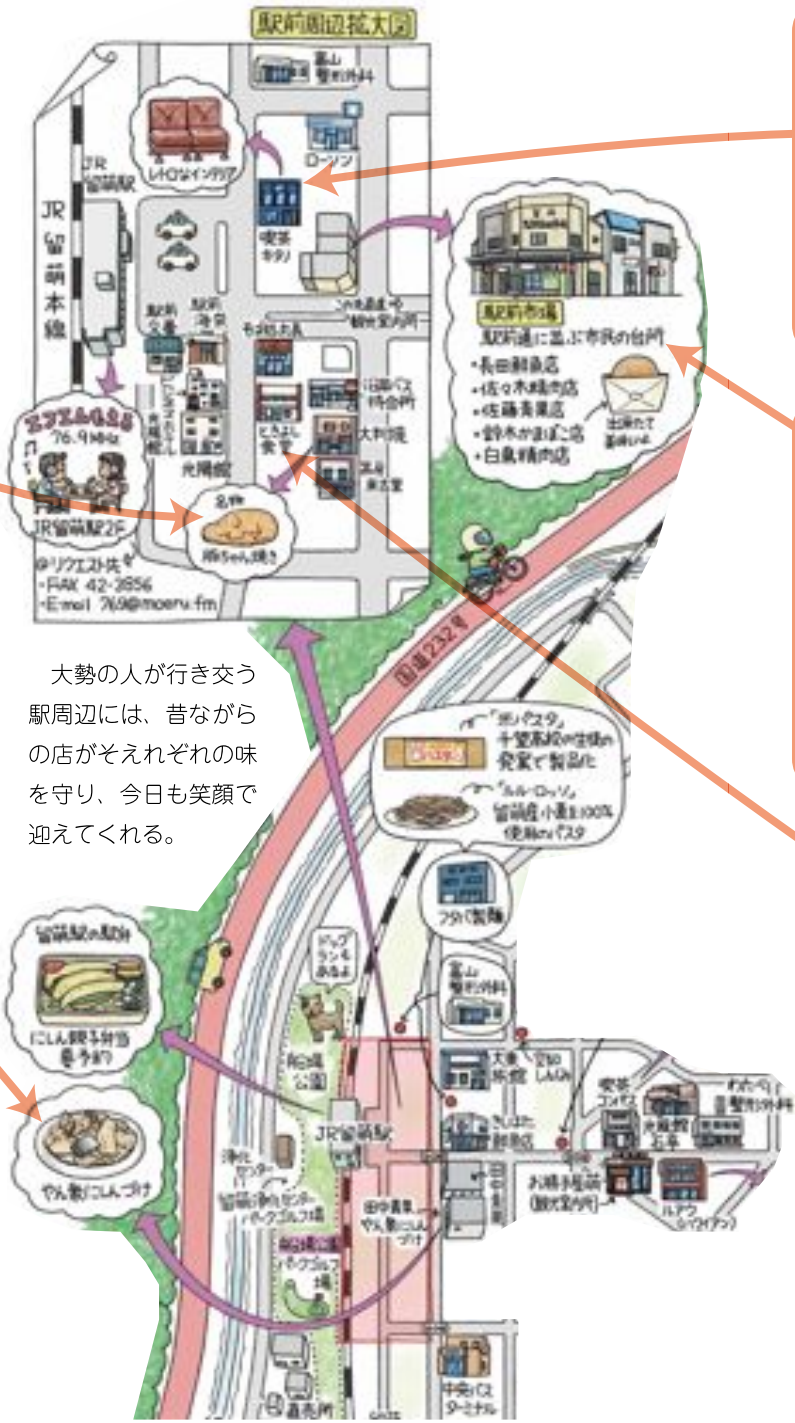
留萌管内8市町村には、天売・焼尻島を含め、9枚の「手書きまっぷ」があります。見どころ、食べどころ、遊びどころ、癒しどころ、ランドマークなど細かく紹介しています。「手書きまっぷ」を片手に、管内を巡ってみませんか。今回は、留萌市を歩いてみました。

港町留萌に欠かせない市場も駅前の一角にある。「レンバイ」と呼ばれる駅前自由市場には、現在、精肉店2店、鮮魚店、青果店、かまぼこ店の各1店が軒を連ねている。市民の台所を担っている市場だが、新鮮な魚を買い求める観光客も多い。今の時期、魚屋の店先には、タラ、サケ、カレイなど旬の魚が並んでいる。揚げたてのかもぼこも食欲をそそるひと品で、つい手が伸びる。

駅前交番隣には、人気のラーメン店「海菜」、右に曲がると「ときよし食堂」がある。昭和33年から営業の「ときよし」は、駅前ならではの食堂の二文字がよく似合う。人気のジューズカン定食700円は、甘めのタレが自慢で卓上コンロで味わう。



留萌管内手書きまっぷ  
オロロンまっぷ  
<http://rumoiclub.net/map/>



駅を背にし、一つ目の信号を右の曲がると、沿岸バス停隣に「大判焼」がある。名物は「豚ちゃん焼」。豚の形をした皮にカレー風味の具が入っている。その他、大判焼やたい焼、カレーやラーメンなど軽食もある。

大判焼き向かいには、昭和33年八百屋業から端を発した丸夕田中青果がある。現在は、青果物卸売、切花小売、漬物製造卸売として営業。看板商品「やん衆にしんづけ」は、田中家に伝わる味を受け継いでいる。

その他にも季節ごとに様々な漬け物が並び、すべて試食ができる。伝統の味を守りつつ、最近では、季節の食材を使用したオリジナルのピクルスも製造販売している。





食べる 「るもいたこめし共和国」

# るもい 食楽歩 セレク ション



「おみやげ処 お勝手屋萌」



買う



留萌管内産の食材を使った「たこめし」を提供する「留萌たこめし協議会」が、2010年8月8日のタコの日に「留萌たこめし共和国」を立国。

市内飲食各店では「留萌たこめし」とネーミングを統一し、管内産のタコ、米を使うなどのルールを定め、市内6店舗が共和国がメンバーになっている。写真掲載の店舗「たこめし」は、定期的に留萌合同庁舎1階道民ホールにて販売も行っている。



私が国王です。

### ■ハワイアンカフェ ルアウ 「留萌たこタコライス」…………… 800円

店舗 留萌市栄町3丁目 ☎ 0164-43-8021  
営業 平日8:00~19:30/土日祝日8:00~18:30  
タコライスにトマト、タマネギ、レタス、チーズをトッピングしてタコミックスマヨネーズなどで味付けたサラダ感覚の「たこめし」。白谷産のタコ、幌糠の米、小平町寧楽共働学舎の卵を使用。



### ■すきやきしゃぶしゃぶ友禅 友禅風炊き込みご飯 「たこめし御膳」… 800円

店舗 留萌市明元町6丁目 ☎ 0164-43-1535  
営業 11:30~13:30  
17:00~21:30  
小平町産の生ダコから炊き上げて和風の「たこめし」。タコの旨味がしっかりご飯にしみ込んでいる。米はななつばしを使用。たこめし以外の副菜は日替わり。



何度食べても  
楽しめます。



持ち帰り用もあります。

### ■寿司の三福 「たこマヨロール」…………… 800円

店舗 留萌市旭町1丁目 ☎ 0164-42-5919  
営業 16:00~22:00  
寿司店ならではの巻物仕立てのたこめし、「たこマヨロール」。食材も留萌産にこだわり、米は冷めても美味しい「ふっくりんこ」を使用。海苔とおぼろ昆布を交互に巻いてアクセントをつけ、タコやカズノコなどの具材は、マヨネーズを加え味付。



おやつ感覚で  
食べられます。

### ■ルピナス たこ焼き風たこめし「フライング たこぼーる」 写真 1パック6コ入り…………… 400円

店舗 留萌市高砂町3丁目 ☎ 0164-42-2104  
営業 10:00~20:00  
ルピナスオリジナルの「たこめし」をタコ焼き風にアレンジ。細かいパン粉でカラッと揚げ、外はカリカリ、中には大きなタコが入りフワフワの食感。

### ■漁師の店 富丸 「留萌たこめし富丸風」…………… 980円

店舗 留萌市開運町3丁目 ☎ 0164-42-0203  
営業 11:00~22:00/ランチ 11:30~14:00

### ■礼受牧場トリム (冬季休業) 「留萌たこめしトリム風」…………… 500円

店舗 留萌市礼受町 ☎ 0164-43-5999  
営業 4月下旬~10月上旬



お歳暮セットのパンフレット及びお申し込み用紙 (FAX専用) は、お勝手屋萌店内、または留萌観光協会ホームページよりダウンロードできる。

留萌観光協会ホームページ  
<http://rumoi-rasisa.jp/>



### お歳暮セット Aセット 3,500円 (消費税込・送料別)

- ・うまいぞうのこ 味付白醤油(小)
- ・ぬかにしん
- ・にしんの親子漬
- ・北の味一番(たこ)
- ・にしん魚の煮付け
- ・かすべのから揚げ
- ・やんしゅまい(3個入)
- ・豚汁スキャン



おみやげ処 お勝手屋萌  
店舗 留萌市栄町3丁目 ☎ 0164-43-1100  
営業 9:00~18:00  
年内 12月30日 9:00~17:00  
年始 1月2日3日 9:30~17:00  
1月4日~通常営業



**初山別村** **初山別村スキー場** 苫前郡初山別村字初山別  
 開設期間 **1月中旬～2月** (予定/積雪状態による)  
 営業時間 【火～金】 16:00～20:45 【土・日・祝日】 13:00～20:45

**羽幌町** **羽幌町民スキー場「びゅー」** 苫前郡羽幌町字中央 405-1  
 開設期間 **12月21日(土)～3月中旬** (予定/積雪状態による)  
 営業時間 【月・土・日】 10:00～17:00 (12月～2月)  
 【火・水・木・金】 10:00～21:00 (12月～2月)

**苫前町** **苫前三角点スキー場** 苫前郡苫前町字苫前 161-4  
 開設期間 **1月6日(月)～2月28日(金)**  
 営業時間 9:00～21:00  
 定休日/火・木曜日 (冬休み期間中は火曜のみ)

**苫前町** **古丹別緑ヶ丘スキー場** 苫前郡苫前町字古丹別 240-13  
 開設期間 **1月6日(月)～2月28日(金)**  
 営業時間 9:00～21:00  
 定休日/火・木曜日 (冬休み期間中は火曜のみ)

**小平町** **小平町望洋台スキー場** 留萌郡小平町 534  
 開設期間 **12月21日(土)～3月21日(金)** (予定/積雪状態による)  
 営業時間 【平日】 9:00～21:00/ナイター17:00～  
 【土・日・祝日】 9:00～17:00

**留萌市** **神居岩スキー場 クロスカントリーコース** 留萌市大字留萌村カモイワ  
 開設期間 **12月中旬～3月下旬** (予定/積雪状態による)  
 営業時間 9:00～19:00 (開設日、時間は毎月異なります※)  
 ※前月下旬に翌月の開設日、開設時間を地元新聞などで周知

| イベント           | 実施日      | 開催内容                                 | 開催場所                   |
|----------------|----------|--------------------------------------|------------------------|
| 留萌歩くスキーツアー2014 | 1月26日(日) | 神居岩クロスカントリーコース5kmを滑るスキー遠足。           | 神居岩スキー場<br>クロスカントリーコース |
| 第20回 留萌歩くスキー大会 | 3月2日(日)  | 3km・5km・10km部門あり。終了後は神居岩温泉でのバイキング昼食。 |                        |

**増毛町** **増毛町暑寒別岳スキー場** 増毛郡増毛町暑寒沢 698-1  
 開設期間 **12月21日(土)～3月中旬** (予定/積雪状態による)  
 営業時間 【平日・土曜日】 10:00～17:00 (日曜日・祝日は9:30～)  
 ナイター (金・土) 17:00～21:00 ※1月・2月のみ



**留萌市** **うまいよ！るもい市** **1日(日)**

カズノコなどの各種水産加工品が一堂に集結！ホタテの袋詰め放題、うまいもん入札市、もてダコ販売、ガラポン大抽選会、振舞い餅&子供餅つき体験など。  
 場所/留萌市地方卸売市場 10:00～14:00



**留萌市** **よりみちの駅★クリスマス with 住まいのリフォームセミナー** **14日(土)**

フリーマーケットやクリスマス・オーナメントづくりクリスマス・コンサートまで、留萌振興局よりみちの駅が和やかに楽しいクリスマスをお届けします！  
 場所/留萌合同庁舎 13:00～16:00



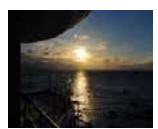
**留萌市** **にしん漬教室** **7日(土)**

「やん衆ニシン漬け」でお馴染みの田中青果による、にしん漬教室。  
 場所/風土工房こさえーる



**留萌市** **海のふるさと館特別開館 ラストサンセット** **31日(火)**

大海日の特別開館として海のふるさと館からの今年最後の夕陽をご堪能ください。  
 場所/留萌市海のふるさと館



もえ かるた **萌か留た**  
 るもい管内 オリジナル花札  
**3rd シーズン12/2(月)～** るもい管内のオリジナル花札 全48種類を集めよう!!  
<http://rumoifan.net/karuta/>

❄️❄️❄️ 留萌管内スキー場 OPEN情報 ❄️❄️❄️

**天塩町** **天塩町町民スキー場** 天塩郡天塩町字ウブシ  
 開設期間 **1月3日(金)～2月28日(金)** (予定/積雪状態による)  
 営業時間 【火～日】 13:00～16:30 定休日/月曜日 (祝日は営業)  
 ナイター (火・木) 18:00～20:30



**遠別町** **遠別町幸和スキー場** 天塩郡遠別町字幸和  
 開設期間 **12月23日(月)～3月2日(日)** (予定/積雪状態による)  
 営業時間 【月・水・金・土】 13:00～16:00/18:00～20:30  
 【火・木】 13:00～16:00 【日曜日】 10:00～16:00  
 ロープリフト シーズン券、回数券あり



| イベント     | 実施日      | 開催内容                   | 開催場所      |
|----------|----------|------------------------|-----------|
| 子どもスキーの日 | 2月16日(日) | 小中学生を対象にスキー大会を開催(町内のみ) | 遠別町幸和スキー場 |





オホーツク海



## アクセス情報

留萌管内のアクセス案内

**J R** JR留萌駅 TEL 0164-42-0640

**バス** 北海道中央バス 留萌ターミナル  
TEL 0164-42-2073  
札幌ターミナル  
TEL 011-231-0500

沿岸バス 羽幌本社ターミナル  
TEL 0164-62-1550  
留萌営業所  
TEL 0164-42-1701

てんてつバス TEL 0164-42-0620

**フェリー** 羽幌沿海フェリー(株) TEL 0164-62-1774  
FAX 0164-62-5231

## 自動車・バイクの道路アクセス

### 札幌市▶増毛町

●海沿い:国道231号経由 115km (2時間29分)

### 札幌市▶留萌市

●国道275号経由 136km (3時間5分)

●道央道～深川留萌自動車道 (留萌大和田IC) 経由  
156km (2時間7分)

### 新千歳空港▶留萌市

●道央道～深川留萌自動車道 (留萌大和田IC) 経由  
190km (2時間20分)

### 旭川市▶留萌市

●国道12号経由 78km (1時間39分)

●道央道～深川留萌自動車道 (留萌大和田IC) 経由  
92km (1時間20分)

### 稚内市▶天塩町

●海沿い:道道106号経由 68km (1時間8分)

●幌富バイパス経由 71km (1時間8分)



パブリックメディア型観光情報サイト  
**るもい食楽歩**  
<http://rumoiclub.net>

るもいの魅力を伝えるメンバー募集中!!  
**るもいファンクラブ**  
<http://rumoifan.net/>



**FMもえる 76.9MHz**  
「わがマチ元気発信」  
平日 8:25/12:25/18:25～

発行・編集

**留萌観光連盟**

【事務局】北海道留萌市船場町2丁目 JR 留萌駅2F (株)エフエムもえる内  
TEL(0164)42-3871・FAX(0164)42-2200