

# 大洗高生、郷土食を調理 するみ汁を味わう

地域の食文化について学ぼうと、県立大洗高の3年生22人が、家庭科学習の一環で郷土料理「するみ汁」などの調理実習を行った。食を通じた健康づくりを目指して活動する大洗町の食生活改善推進員12人が作り方を伝授した。するみ汁はイワシのすり身を使ったつみれ汁のようなもので、生徒らは「うまい」「大洗を感じる」などと感想を言いながら、郷土料理を味わっていた。

実習は推進員らが町の食文化や歴史、朝食の大切さなどを説明した後、グループに分かれて調理に取りかかった。この日の献立はイ



町の食生活改善推進員（左）からイワシの手開きを学ぶ大洗高の生徒＝大洗町大貫町

学んだ。

同校は2023年からこの郷土料理を調理実習に取り入れている。地域の文化から食文化を学ぶことで、生徒らの社会参加のきっかけとすることが目的。

イワシのするみ汁は、細かくたたいたイワシとショウガ、みそを合わせ、一口大の団子状にしたものを煮込んでしょうゆなどで味付けする。イワシをすり鉢ですり、細かくしていた歴史があることからこの名が付いたという。

およそ1時間かけて料理が完成すると、机を囲み全員で試食。河原木隆太さん（17）は「地元のお母さんたちは優しくて分かりやすかった」と話し、黒沢夢杏さん（17）は「素手で魚をさばくのは初めてで気持ち悪かったけど、だんだんこつがつかめた」と話した。

同推進員の大川きみ子会長（81）は「地産地消」を広

めることを目的に活動している、「子どもたちと料理するのは楽しい。『おいしい』『やってみたい』と言われるとほっとする」と笑顔で話し、「独り立ちすると食生活がおろそかになりがち。今のうちに知識を身に付けて将来に役立ててもらえれば」と期待を込めた。（荒木みなみ）

令和7年11月12日（水）

茨城新聞 22面