

Ishinomaki A to Z

Ishinomaki High School

宮城県石巻高等学校

A preface

Four years have passed since the disaster on 3.11. Many people inside and outside of Japan have supported Ishinomaki. We discussed what we could do to express our gratitude to the people who have helped us, and how Ishinomaki High School students could contribute to our community. It resulted in making a book about Ishinomaki in English, which we have been learning in schools.

Working on this book, we could understand our hometown, Ishinomaki better. Also, it was a very good opportunity for us to write English. In order to repay the people's kindness, we will take care of our city and make it a better place for the future as Ishinomaki citizens. We will learn many things in this school so that we will contribute to the society.

We hope you would be interested in Ishinomaki through this book. Also, we would be happy if you remembered Ishinomaki in the future.

March,2015

東日本大震災から4年が経ちました。私たちの故郷石巻は、国内外のたくさんの方々からのご支援をいただけてきました。石巻高校生としてこれまでのご支援に対して感謝の気持ちを表すことが何かできないか、地域貢献のために自分たちにできることは何だろうかということを考えてみました。そして「自分達が学校で学んできた英語を使って国内外に石巻を紹介する本を作ってはどうか」ということになりました。

この本の作成を通して、私達は故郷石巻をより良く知ることができました。英語学習のよい機会にもなりました。支援して下さいました皆様の思いに報いるためにも、私達石巻市民はこれからも自分たちの故郷を大切にしていきたいと思っています。そして、将来社会貢献できる人間になるためにこれからも石巻高校において様々なことを学んでいきたいと思っています。

この本をお読みになり、石巻に興味を持っていただき、これからも石巻のことを思い出していただけたら幸いです。

2015年3月

One Origin of the Name Ishinomaki

There are numerous ideas about where our city's name came from. For example, some people believe the origin of the word "Ishinomaki" is from the ancient Ainu language. The Ainu people were some of the first people to live in northern Japan. Another idea is based on the meaning of the kanji character for "maki," which means "pastoral." There are many pastures in our area. Some people think the name comes from a rock called "Eboshiiwa" in Sumiyoshi Park in Sumiyoshi town. Eboshiiwa is located to the north of a little island named "Ojima." You walk across the Kitakami River over the Taiko Bridge to go there. When this neighborhood was still a natural inlet from the sea, the flow of the river clashed with the sea and a big vortex occurred. The power of the water colliding caused many rocks to roll, so people started calling the place "Eboshiiwa" with "Makishi". Makishi means rolling rocks in Japanese. Later, some people say a combination of the words and ideas led to the name of the area as Ishinomaki.

石巻の名前の由来についてはアイヌ語を起源としているという説や石巻の「巻」は丘陵地を表す「牧」に由来しているという説など、様々な説があります。そして、もう一つ有名な説に次のようなものがあります。石巻市内の住吉公園には北上川にかかる太鼓橋を隔てた島「雄島」がありますが、その北に位置する「烏帽子岩」が由来であるというものです。この辺りがまだ自然の入り江だった時代、海からの潮流と川からの河流が激しくぶつかり合い、大渦巻きが生じたため、この烏帽子岩を「巻石」と呼ぶようになり、石巻の発祥となったというものです。



Both “Eboshiiwa” and “Ojima” are part of Sumiyoshi Park.

You walk across the Kitakami River over the Taiko Bridge to go to “Ojima.”



Eboshiiwa is located to the north of “Ojima.”

The flow of the river clashed with the sea and a big vortex occurred. The power of the water colliding caused many rocks to roll, so people started calling the place “Eboshiiwa” with “Makishi.”



A Aji Island

This island is located in the most westerly part of the Oshika Peninsula. It has a population of only about 400 people and it is 6.43 square kilometers. It is a place where you can enjoy nature and breezes, so it is crowded with bathers every summer. Shirahama beach boasts beautiful transparent ocean water that is unique to the area. There is also an inn where people can savor tasty fish cuisine while they enjoy a view of the sea and nature. Although it is a resort, the mood is laid back. In this area we renovated the elementary and junior high schools that were closed. Now they have reopened as a variety of facilities. For example, the elementary school has been reopened as a long term health care facility. This is important to support the health and welfare of the people on the island.

牡鹿半島の最西端に位置する網地島は、人口約 400 人、面積は 6.43 平方キロメートルです。この島の自然と海風を求めて夏は大勢の観光客で賑わいます。白浜海岸はこの地域特有の美しい透明な海水を誇ります。島には美しい景観と美味しい食事を味わう事の出来る宿もあります。気分をゆったりとリラックスさせてくれるリゾート地です。この島では閉校された小中学校を改装し新しい施設として再利用しています。例えば、島民の健康と福祉を支える事こそが最も重要なことだという考えから、小学校を長期医療施設に改装し、その建物を上手に活用しています。



B Blue Impulse

Do you know Blue Impulse? It is a team of acrobatic jet pilots. They are a kind of advertisement of Japan's Self Defense Force. Their official name is, "The Eleven Flying Corps" of Matsushima Airbase, located in Higashimatsushima, which is next to Ishinomaki. We can watch them practice almost every week and they perform at national events, aerial festivals, and our annual festival. They are particularly good at making shapes with smoke in the sky. For example, they can make circles, hearts, stars and arches. Their performances always give us surprise and joy! They are loved by many people. Their slogan is "Challenge to Creation." They give dreams and inspiration to many people near and far from Ishinomaki.

ブルーインパルスを知っていますか？アクロバット飛行をするチームのことです。また、自衛隊の存在を知らせるものでもあります。ブルーインパルスの正式名称は松島基地に所属する「第11飛行隊」です。彼らは、国民的な行事や航空祭などでパフォーマンスをしますが、スモークを使用して空中に描画を行うのが得意なチームとして知られています。例えば、円やハートや星の形を描くこともあります。そのパフォーマンスは、私たちに驚きと希望を与えてくれます。たくさんの人々に愛されている彼らの目標は、「創造への挑戦」です。彼らは、たくさんの人々に夢と感動を与えるようなパフォーマンスを目指し続けています。



C **Comic/ CYBORG009**

Cyborg009 is a famous comic written by Syotaro Ishinomori. One day, the hero Joe Shimamura is converted into a cyborg by “the man”. The man is a member of a villainous group called Black Ghost. Joe and eight people are converted into cyborgs. They fight in order to prevent the Black Ghost’s evil plans.

Syotaro Ishinomori is a very famous comic writer in Japan. When he was in junior high and high school, he used to come to Okada Theater in Ishinomaki to see movies and write a lot of comics. In 1995 he and the mayor of Ishinomaki talked about the town’s revitalization and the museum “Ishinomori Mangakan” was created.

His love of manga remains in Ishinomaki still. There are a lot of his illustrations and many statues of his characters around the streets of our city. The museum is shaped like a flying saucer and features Ishinomori’s works. It is recommended that if you visit Ishinomaki you go onboard the flying saucer and take a flight to the world where Cyborg009 is from.

サイボーグ009は石ノ森章太郎によって描かれた有名な漫画です。漫画は、主人公の島村ジョーがある男によってサイボーグに改造されてしまいます。その男はブラックゴーストと呼ばれる悪の組織の一員です。ジョーと8人の人々はサイボーグに変えられます。そして彼らはブラックゴーストの陰謀を阻止するため戦うのです。

作者である石ノ森章太郎は学生時代、映画を見るために石巻にある「岡田劇場」によく通い、たくさんの漫画を描いていました。1995年には彼と当時の石巻市長が町の活性化について話し合い、石ノ森萬画館の設立に役立てられました。

彼の漫画への愛は今でも石巻に残っています。また彼の愛したキャラクターたちのイラストや像を私たちの町のいたるところで見ることができます。石ノ森萬画館は空飛ぶ円盤のような形に造られており、石ノ森章太郎の作品が大々的に展示されています。あなたが石巻を訪れた際には宇宙船に乗り、サイボーグ009の世界へ行ってみてください。



©石森プロ
©石森プロ・東映



D Dialect

Ishinomaki has its own distinctive dialect. The words we use here sometimes have the meanings, which are different from standard Japanese. For example, in standard Japanese the word “kawai” means the feeling of horror or fear. However, in the Ishinomaki dialect it means the feeling of tiring. Another example is the word “aruku”, which means walking in standard Japanese. Here in Ishinomaki it means going on a tour. If you speak Japanese and come from another area outside of Tohoku, maybe you will hear some different dialect in Ishinomaki. Please come to Ishinomaki to research the differences. It is an interesting topic to talk about with our local people.

The person who told us the information about Ishinomaki dialect is a priest, Mr.Tanikawa. He is an Ishinomaki High School graduate who later taught Japanese at Ishinomaki High School. He has studied about the dialect of Ishinomaki as his life work. He showed us the ancient book, which was passed down through many generations and now is located at his temple.

石巻には特徴的な方言があります。私たちはそれを標準語の持つ意味とは時々違った意味で使います。例えば、標準語では“コワイ”は恐怖や恐れ of 気持ちを意味します。しかし、石巻の方言ではそれは疲れたという気持ちを意味します。他の例として、“アルク”は標準語で歩いていることを意味します。石巻ではそれは旅に出ることを意味しています。もしも東北以外の地域の方なら、きっと石巻の方言の違いに気がつくと思います。石巻に来て方言の違いに触れてみてください。きっと面白いと思います。

石巻の方言について教えて下さったのは、法音寺住職の谷川正明先生で、先生は石巻高校の同窓生で、更に国語の先生として石巻高校で教鞭を執られていました。先生はライフワークとして石巻の方言研究をなさっており、取材にお邪魔したこの日は、お寺に古くから伝わる貴重なこの地方の言葉の歴史の本を見せて下さいました。



Mr. Tanikawa and an ancient book about the dialect of Ishinomaki



E Echinus and Ear Shells

Echinus is another word for sea urchin, which is called “uni” here in Japan. These black, spiny creatures live in the sea and are a local delicacy. They are plentiful in Kitakami and Ogatsu towns near to Ishinomaki city. They are so popular there is a special echinus festival held every autumn in Ogatsu.

Two typical dishes in which echinus is used are rice topped with echinus and stir-fried vegetables with echinus. The rice bowl with echinus tastes very fresh. Although stir-fried vegetables are usually served warm, stir-fried vegetables and echinus are served cold, which tastes very refreshing on a hot summer day. Are you hungry?

Abalone is also known as “ear shells” because the shells look like ears. It is a very upscale food and the abalone from Ishinomaki is particularly delicious. It can be cooked in butter or eaten raw as “sashimi” or “sushi”. If you eat abalone you will also understand why it is known as “the queen of shellfish.”

Echinus は Sea urchin の別名で、日本では「うに」と呼ばれます。この黒く棘のある生き物は海に住んでいて、この地域の珍味となります。石巻近くの北上町と雄勝町で豊富に獲れます。うにはとても人気があり、雄勝町では「うに祭り」が毎年秋に開かれます。うにが使われる代表的な料理は「うに丼」と「野菜とうにの炒めもの」です。うに丼はとても新鮮です。普通の野菜炒めは温かい料理ですが、うにと野菜の炒めものは冷たくして供され、夏の暑い日にはさわやかでとてもおいしいものです。お腹が空いてきますね。

鮑は、その形が人の耳に似ていることから「ear（耳型の）shell（貝）」の名でも知られています。高級食材である鮑は石巻産の物が特に美味しい事で知られています。バターで炒めても、生で刺身や寿司でいただいても美味しいものです。一度鮑を食べてみれば、それが「貝の中の女王」と言われる理由をお分かりいただけると思います。

Echinus



Mr. Watanabe is the chef of an Italian restaurant in Ishinomaki. Having getting considerable experience in some restaurants in Tokyo, he returned to Ishinomaki and opened his own restaurant, “ISOLA.” There, he has been introducing creative cuisines.



Camembert cheese with echinus and herb

F Fish Market and Factories

The fishing industry flourishes in Ishinomaki because we are blessed with the perfect natural environment to catch, sell, and process fish. Our fish market handles an average of 400 tons of fish a day. It is quite active in the early morning because many people arrive to handle, sell and buy the fish. Thanks to their hard work many people near and far can enjoy tasty fresh and cooked fish. We also have a very large paper mill and ship building factory that are benefitted by being near the ocean and Kitakami River. The paper mill, Nihon Seishi, has been here since 1938 and is one of the top producing independent paper factories in Japan. Its annual output is about 841,963 tons of many different kinds of paper. The Yamanishi Corporation is a shipbuilding company that was established in 1920. It builds many kinds of ships including cargo ships, fishing boats, research vessels, and other kinds as well. They export ships to Japan as well as foreign countries including Europe and Asia. The earthquake and tsunami completely destroyed their facility and decreased their yearly ship production, but they are recovering little by little. Maybe someday you will see or go onboard one of their ships.

石巻は魚を捕って加工したり販売するのにうってつけの環境に恵まれているので漁業が盛んです。石巻魚市場は1日に平均400トンの魚を水揚げしています。早朝の魚市場では魚の水揚げや競りが行われ、とても活気があります。彼らの熱心な仕事のおかげで私たちは新鮮でおいしく調理された魚の味を楽しむことができます。また、石巻には海と北上川の恩恵を受ける、大きな製紙工場と造船場があります。製紙工場、日本製紙は1938年から設立されており、トップの生産量を誇る日本の単独工場の一つです。様々な紙の種類の年間生産量は約841,963トンです。株式会社ヤマニシは1920年に設立された船を造る会社です。貨物船、漁船や調査船、その他にもたくさんの種類の船を造っています。彼らは日本だけでなく、ヨーロッパ、アジアを含んだ国外にも船を輸出しています。東日本大震災の地震と津波が施設を破壊し、船の生産数は減少しましたが、少しずつ回復しています。もしかしたら、いつかあなたもヤマニシが造った船に出会ったり、乗ったりすることがあるかもしれませんよ。



Ishinomaki Fish Market



Inside of the factory of Yamanishi Shipbuilding Company



The view
of Nihon Seishi
from
Ishinomaki
High School

G **Gold Mountain**

Gold Mountain (Kinkasan) is a small sacred island on Ishinomaki's coast in the Pacific Ocean. It is 9.5 square kilometers in area, and its highest point is the pyramid shaped Mount Kinka, which stands at 445 meters. It can be reached by ferry and has a population of six people and 530 deer. The deer are protected and are called "messengers of God". The island is famous for its untouched nature and the Koganeyama Shrine, which dates back to the 8th century. Legend says those who visit the shrine for three years in a row will have no trouble with money throughout their lives. It is considered one of the three holiest places of the Tohoku region, along with Dewa Sanzan and Osorezan. On the island you can also visit the Kinkasan lighthouse from 1876, which was designed by Richard Henry Brunton.

This island was the closest land to the epicenter of the big earthquake that occurred on March 11, 2011. The effects of the disaster can still be seen. For example, the guardrails on a slope of the mountain have disappeared, causing the approach to the shrine to be dangerous. Many volunteers have visited the island to help with reconstruction and visitors are increasing. If you come to Ishinomaki, be sure to visit Gold Mountain too!

金華山は太平洋石巻沿岸にある小さくて神聖な島です。面積は9.5平方キロメートル、最も高いところは金華山の頂上で445mになります。金華山へはフェリーで訪れることができ、人口は6人で530頭もの鹿がいます。この鹿は保護されており、「神の使い」と呼ばれています。また、この島は手つかずの自然と8世紀ほど前に建てられた黄金山神社があることで有名です。3年連続でこの神社にお参りに行くと一生お金に困らないと言われていています。さらに、この島は出羽三山および恐山と並ぶ東北地方の三大神聖スポットの一つとして考えられています。1876年以降金華山灯台を訪れることができるようになりましたが、これはリチャード・ヘンリー・ブラントンによって設計されたものです。

金華山は2011年3月11日に発生した大地震の震源地に最も近い島でした。その震災の影響はいまだに垣間見られます。例えば、山の斜面にあったガードレールは破壊され、神社に近づくことは危険な状態です。しかし、今では復興支援にやって来るたくさんのボランティアの方々のおかげで観光客も増えてきました。石巻にお越しの際にはぜひ金華山も訪れてみてください。



H History of Ishinomaki

In 8,000 B.C. humans started to live in Ishinomaki. Around 300 AD, the culture of old mounds prospered. One example of such a mound is the Shinyamagasaki ruin in Hebata. In the Middle Ages, Ishinomaki was ruled by the Kasai family. They were very powerful. In the Modern Ages, Ishinomaki was ruled by the Date family as part of the Sendai clan. From 1615 to 1628, Kawamura Magobe Sigeyoshi coordinated efforts to repair the Kitakami River, which developed the safety and convenience. This helped make the area suitable for growing rice. It brought abundance to the lives of people in Ishinomaki. In 1689, Matsuo Basho visited Ishinomaki and wrote haiku that can be found memorialized in Hiyoriyama.

In May 1739, after 100 years of having an isolationist policy, an Oshika city official found three Russian ships in the ocean near Ishinomaki. They were looking for an ocean route to open trade between Russia and Japan. The Russian ships first stopped at Ajishima (Aji Island), and then they explored the coast of Tashirojima.

Since Ishinomaki is a port city with the Kitakami River and canals, it prospered as a central transportation place. Although Ishinomaki was prosperous, after the train line connected Aomori to Tokyo, the prosperity declined because it was no longer necessary to transport goods on the Kitakami River. Ishinomaki then developed as a fishing town and is now one of the biggest fishing towns in Japan.

石巻に人類が棲み始めたのは紀元前8000年頃です。そして300年頃には古墳文化が栄えました。蛇田地区にある新山崎遺跡などがその一例です。中世に入ると、石巻は強力な力を発揮した葛西家に統治され、近代江戸時代には仙台藩の一部として伊達家に支配されました。1615年から1628年まで川村孫兵衛重吉が北上川の治水に尽力したおかげで石巻市は新田を開発し、それが人口増加につながりました。1689年にはこの地を訪れた松尾芭蕉が読んだ句が日和山の記念碑に刻まれています。

日本が鎖国体制をしいてから100年後の1739年5月、石巻の近くに3隻の船が発見されました。それらは日本との海上交易を望むロシアの船でした。その時ロシアの船は最初に網地島に、それから田代島に停泊したということです。

港町である石巻市は北上川及び北上運河も備え、交易の中心地として栄えました。しかしながら、東京青森間を結ぶ列車が整備されると、北上川を使った運搬はもはや必要がなくなり、その繁栄は衰退するようになりしました。その後石巻は漁業の街となり、日本で最も大きな漁場の一つとなりました。

The statue of
Magobe Kawamura
in Hiyoriyama Park



The views of Ishionomaki

I ISHINOMAKI 2.0

“ISHINOMAKI 2.0” is a group of more than 1,000 citizens who banded together to help revive our city and cheer up the residents after the great earthquake in 2011. Their aim is not only to rebuild Ishinomaki city as it was but also to recreate it into new type of city. The group’s members include people such as shopkeepers, nonprofit organizations’ staff people, city designers, ad creators, web creators, architects, students, and other people with various skills. Focusing on the resources of this city, they have connected them with talents from all over Japan. This connection has inspired new projects. Involving people within and outside of Ishinomaki, they are trying to build a framework where every citizen can be a part of rebuilding this city. They continue to work together to rebuild our city and create a model that may one day serve as an example for the nation. They held an event for children named “Let’s be Alice in Ishinomaki”, which encouraged children to be adventurous. The members organized an event for women featuring a full course meal prepared by a French chef from Tokyo. Another event included an “outdoor screening party.” Since there was no building or place for the party, they set out chairs in an open space made by the tsunami and reflected a picture on the white wall of a broken building behind the party. The screening was a success and many people were pleased.

石巻2.0は、2011年の東日本大震災後に、石巻を復興し、市民に元気を与えようととも立ち上がった1000人以上から成る組織です。石巻市を震災前の状況に戻すのではなく、新しい街へとバージョンアップさせることが目的です。メンバーには地元の店主やNPOスタッフ、まちづくり研究者、広告クリエイター、ウェブデザイナー、建築家、学生など、様々な職能を持つ専門家たちが集まっています。石巻に元からあるリソースを拾い上げ、全国のありとあらゆる才能と結びつけて今までになかった新しいプロジェクトを実現させてきました。石巻の内外の人々を巻き込みながら、全ての人が「まちづくり」の主演となるような仕組みを作り出そうとしています。これまでに手がけた企画の中には「(女性のための)東京フレンチシェフによる一日だけのレストラン」「石巻を舞台にアリスの世界を体験してみよう」「野外放映パーティー」などがあります。野外放映パーティーは、津波の広大な跡地に椅子を設置し、白い建物の壁に映像を映し、それを眺めながらパーティーを楽しむという企画でしたが、参加した皆さんに喜んでいただき、成功した企画でした。



In Ishinomaki School, which is one of their projects, young people set their own themes and study about them. Through this project, they meet various kinds of people from inside and outside of Isinomaki, which leads them to exciting discoveries. This experience would help them find what professions they want to go into in the future.



Mr. Matsumura, the representative director of ISHINOMAKI 2.0



A music event for music lovers



An event for women featuring a full course meal prepared by a French chef from Tokyo

J Joy

In Ishinomaki we can experience “joy” all year long in natural places and at big and small events. In spring many cherry blossoms bloom in the city and they relax people who see them. People often go to Hiyoriyama Park, which is located on a hilltop within walking distance of Ishinomaki High School. It is popular among the students as well as Ishinomaki citizens and tourists. It is especially beautiful in the springtime when there are many old cherry trees in bloom. The trees are illuminated at night so we can enjoy the viewing longer. Many people also worship at the shrine in the winter during Oshogatsu “New Year’s holiday time” and for hatsumonde (seeing the first sunrise of the year). They wish each other happiness for the entire year. Regardless of the season, it also has a beautiful panoramic view of the Pacific Ocean. On a fine day you may also see the Oshika Peninsula.

石巻市民は年間を通して四季折々の自然に触れる事で、また大小の様々な行事の中に楽しさを見いだして生活しています。春には街の至る所に咲き誇る桜の花が人々を癒し、その目を楽しませてくれます。石巻高校から徒歩圏内の日和山にある公園は桜の名所としても市民に人気の場所で、昼には自然のままの姿の桜を、夜にはライトアップされた桜を楽しむことができます。また、正月には初詣客で賑わい、市民は神社を参拝し、家族の一年間の健康と幸運を祈り初日の出をお参りします。日和山は季節を問わず、太平洋を臨む壮大な景色を眺めることができる場所です。晴れた日には遠くに牡鹿半島が見えます。



↑ Hiyoriyama Park

You can enjoy cherry blossoms everywhere in Ishinomaki in Spring. →

This garden is on the list of “places of scenic beauty of Japan.” ↓



K Kitakami River

The Kitakami River is very special to people who live in Ishinomaki. It flows between Iwate Prefecture and Miyagi Prefecture and is one of the largest rivers in Japan. It gives a lot of blessings to the people of our area. It is important to local agricultural and fishing industries as well as culturally. The river flows slowly through the plains and provides most of the farmers in the area with the water they need. It is long and large so there is much nourishment. Thanks to the nourishment, many fish live in the river and provide food to people near and far. Finally it is important to us culturally. Back in the Edo era, it was divided into two by a large scale construction. To celebrate the end of the construction a large summer festival called the “Kawabiraki Festival” was held. “Kawa” means river in English. The river honored in the festival is the Kitakami River. Still today, the people of our area celebrate the Kawabiraki Festival. We have coexisted and loved the river for a long time. We will live in Ishinomaki with the Kitakami River forever.

北上川は石巻に住む人々にとって特別な存在です。岩手県と宮城県の間を流れるこの川は日本の中でも大きい川の一つで、石巻の人々に多くの恩恵をもたらしてくれます。北上川は地元の農業、漁業、文化にもまた重要です。川は平野をゆっくりと流れ、地域の多くの農民達に必要な水を供給します。長く広い北上川は栄養豊富です。それらのおかげで魚が棲み着き、人々は食料を得ることができます。最後に北上川は文化の面においても重要な役割を担っています。江戸時代、北上川を二つに分ける大規模工事が行われました。そして、工事の終了を祝う祭りが夏に盛大に開催されます。それが「川開き祭り Kawabiraki Festival」です。“Kawa”は英語の river のことですが、この祭りの名前にある「川」は北上川のことを指しています。今日でもなお、石巻市民は川開き祭りを祝っています。私たちは長い間北上川と共に生きてきました。石巻はこれからも北上川と共に生きてゆくことでしょう。



Kitakami River
and Ishinomaki city

Kitakami River
in summer



Reed grown along
this river is used
for the roof of old
Japanese houses.

L Laver

Laver is dried seaweed that is flattened into sheets. It is used in many of our foods, the most common is “norimaki”, which is rice wrapped or rolled in laver. Laver is a specialty of Japan and we enjoy its flavor and aroma. Laver that is made in the Miyagi prefecture is especially famous because it is thicker than laver from other areas. Laver made in Miyato, Higashimatsushima city next to Ishinomaki is some of the best quality because the harvesting grounds are perfect for production and they are well taken care of.

Nets are prepared in the summer, seaweed seedlings are planted in the autumn, and laver is produced in the winter. The process of making laver begins at about 2 in the morning. The seaweed to be processed is gathered, and then it takes about 4 hours to produce it. About 7,000 to 8,000 sheets of laver are made every hour at one factory. Please have a taste of this crisp and delicious treat! It is a taste of our revival.

のりは乾燥した海藻で、シート状に加工されたものです。日本の食べ物の多くに使われますが、よく知られているのはご飯をのりで巻いた「のりまき」です。のりは日本の特産品で、その風味と香りが日本人に愛されています。宮城県で作られるのりは他の地域のものより厚いので特に有名です。石巻市に隣接する宮城県東松島市宮戸ののりは生産するための漁場が整っており、よく管理されているため極上品です。

夏に網を準備し、秋に若い芽が植え付けられ、冬にのりの生産が行われます。のりを作る工程は午前2時から始まります。海藻が集められ加工されるまで約4時間かかります。そして毎時間、約7000～8000枚ののりが作られます。パリパリしておいしいこの味をぜひ味わってみてください。これは私たちの復興の証、復興の味と言えるでしょう。



Processing machines for laver



Mr.&Ms. Ishida and Mr. Onodera from Miyato branch of Miyagi Fishermen's Association told us the story about laver processing.

Norimaki : vinegared rice with seasoned ingredients wrapped in laver



M Music

Ishinomaki citizens love music. There is variety of musical orchestras. Some consist of adults, others consists of children. They hold concerts on their own in the community concert hall and perform at festivals. One group is an amateur jazz orchestra called “The Ishinomaki Jr. Jazz Orchestra”, which is made up of students who go to school in Ishinomaki, and the nearby cities of Matsushima, and Onagawa. The first performance was held on June 23, 2012 on a street corner to encourage people who struggled after the great earthquake. This group gives young people an opportunity to perform to a wide audience. Their performances help connect the community and create a sense of cooperation and consideration. They represent a citizen-based effort to give the people of Ishinomaki spirit through music and the courage to rebuild and think about our future. In our school, we also have brass band. There are always 40 to 50 members. Music creates happiness and beauty in our minds. We love music!

石巻の人々は音楽が大好きで、子供から大人まで、様々な音楽団体があります。地域のコンサートホールで演奏会を催したり、お祭りで演奏したりしています。「石巻ジュニアジャズオーケストラ」というアマチュアバンドは震災から一年後に立ち上げられたバンドで石巻市、東松島市、女川町の小学校高学年～高校生で構成されています。記念すべき第一回目の公演は2012年6月23日で、震災で大変な思いをしている人に元気を送りたいという思いでストリートコンサートを行いました。この団体は、若者に演奏の機会を提供すると共に、演奏を通して人々との繋がりを生み出しています。音楽を愛する市民は、音楽を通して石巻市の未来を考え、自らが石巻市を復興させていこうと活動しています。石巻高校にも吹奏楽部があり、40名から50名で活動しています。音楽は私たちの心の中に喜びと美を作り出します。私たちは音楽を愛しています。



TRICOLORE Music Festival
held every summer

Ishinomaki Jr. Jazz Orchestra ↑



Ishinomaki High School Grand Orchestra ↑



←Ishinomaki
Symphonic
Orchestra

N Now

This is a depiction of a view by Mr. Asai before the earthquake happened and photo of the same area after it happened. Before the earthquake there were many beautiful views in Ishinomaki. Motoyoshi Asai is a local artist. He is an Ishinomaki High School graduate. He is an artist, and worked as an art teacher for local high schools. Looking at these pictures of the familiar views warms my mind. Mr. Asai's paintings help us remember what Ishinomaki looked like.

Now the people of Ishinomaki are trying to recover, but there is much work yet to finish. The future generation should plan and create a new and better Ishinomaki. It is a difficult task to do, but it is important work for our community. I want Ishinomaki to be the city where there are many smiles. We can do it!

この2枚はどちらも同じ風景です。下は震災後に撮影された写真です。上は震災前の浅井元義先生の絵です。先生は石巻高校の同窓生で、美術教諭として長年に渡り地元の高校生をご指導されました。また、先生は画伯としてご活躍されてきました。震災前の石巻の景色はとても美しいものでした。今は無くなってしまったこの景色を浅井先生の絵の中に見ると心が温まります。浅井先生の絵は震災前の石巻の景色がどのようなものであったのかを思い出させてくれるありがたいものです。

石巻市民は、現在一生懸命復興に取り組んでいます。復興の道のりはまだまだ続いています。若い世代がより良い石巻像を描き、創造していかなくてはなりません。それは決して易しいことではないと思いますが、自分たちの地域のために重要なことです。私は、石巻は笑顔あふれる場所であってほしいと思いますし、私たちはそんな石巻を作り上げることができると信じています！



↑ This picture was painted by Mr. Asai before 3.11.

↓ This photo was taken after 3.11.



O Ogatsu Ink Stone

What is Ink Stone? It is a type of slate that is used to create inkwells or “suzuri” for traditional Japanese calligraphy known as “shodo”. Ogatsu stone is an especially good type of stone for making many things because it resists breaking, doesn’t absorb water, isn’t affected by the elements, and remains unchanged for a long time. It is also very beautiful because it is a glossy black or navy blue in color. It is called Ogatsu Stone because it comes from the town of Ogatsu, which is part of Ishinomaki in the Miyagi prefecture. The town has a long history of producing crafts made from this stone. Back in the Edo period, a prize made from Ogatsu stone was given to Date Masamune. It is sometimes used as roofing material and can be seen on part of the roof of the Tokyo train station. Recently it has also been used in crafts such as plates and mouse pads. If you come to Ishinomaki and are looking for a lasting and beautiful souvenir, something made from Ogatsu stone will be treasured for a very long time!

硯とは何でしょう？それは日本の能書である「書道」で使う墨を入れるための、粘板岩の一種でできている器です。耐久性に優れ水分吸収率も低いことから、雄勝石は優れた石材として使用されてきました。雄勝硯は宮城県石巻市近郊にある雄勝町で作られている伝統工芸品です。色は黒か紺で、艶やかで美しく、滑らかなのが特徴です。雄勝町はこの伝統工芸品との長い歴史があり、江戸時代にはこの工芸品は伊達政宗に献上されていました。現在でも、雄勝硯は東京駅の屋根の一部として使われています。近年では、雄勝硯を使った皿やマウスパッドなども工芸品として作られるようになってきました。石巻にお越しになって、耐久性がありなおかつ美しいお土産をお探しの際には、雄勝硯はいかがでしょう。雄勝硯を使った工芸品は、一生の宝物になることでしょう！



Suzuri made by an artisan in Ogatsu

Plates made of Ogatsu Ink Stone



P Pacific Saury

Do you know that Miyagi Prefecture has the second largest haul of Pacific Saury in Japan? Ishinomaki city is famous for saury because there is a junction line between two ocean currents in the sea allowing many fish to be caught. Although the industry was greatly affected by the March 2011 earthquake disaster, it is slowly recovering. As part of the revival effort a Saury Festival is held every summer and autumn in Ishinomaki. During the festival many saury are caught, baked and enjoyed. Some delicious ways saury is prepared are: grilled and salted, raw sashimi or sushi, nuta (raw with sauce and scallions), tsumire (cooked fish balls), kabayaki (barbecued with sauce), dried, and boiled with soy sauce.

宮城県のさんまの漁獲量は日本で2番目に多いということを知っていますか？石巻市はさんまの産地として有名ですが、それは2つの海流がぶつかってできる潮目があり、多くの魚が獲れるためです。さんま産業は、2011年3月に起きた地震災害によって大きな影響を受けましたが、ゆっくりと回復してきています。石巻では復興への取り組みのひとつとして、さんま祭りが毎年夏と秋に開催されています。その祭りでは収穫された沢山のさんまが焼かれ、人々に楽しまれます。ここで、いくつかのおいしいさんまの調理方法を紹介します。塩焼き、生の刺身や寿司、ぬた（生のさんま、たれ、ネギをあえたもの）、つみれ（魚のすり身を丸くまとめ、熱を通した物）、蒲焼き（たれをつけてあぶり焼いたもの）、干物、佃煮（醤油等の調味料で煮詰めたもの）があります。



We catch a lot of Pacific Saury. In Ishinomaki, many fish factories make processed goods from it. They are high quality, so please try them!



Pacific Saury is served in raw in Italian dish in ISOLA. Seasoned with olive oil and herb, it is served on the rose salt plate. It looks beautiful and tastes good. Pacific Saury has various ways to enjoy eating.

Q Qualities of Ishinomaki Citizens

A lot of people say Ishinomaki citizens are daring, say things openly, and are quick to act. I imagine some of these qualities are characteristics of people who live in a port town. For example, it is important that port managers can speak quickly in a loud voice. However, everybody here has a gentle heart. Also, because Ishinomaki is a port town, there is a long history of exchange and trade with foreigners and different cultures. Because of this, it is said that we have minds that are directed towards service.

One example of how Ishinomaki High School demonstrates our spirit of service is by holding a festival called “Gakuryo Cultural Festival” every year after summer vacation. During this festival every student is involved in participating in selling food or performing a dance or other activity on behalf of their club or class. This festival is enjoyed by the students and their families as well as the entire community of local people. In this way, we give importance to the many relationships between people young and old. We form strong bonds between people that help our hearts push forward and encourage us to recover from the East Japan great earthquake.

Another quality of the people here is that we take action quickly. This characteristic helped us survive and recover after the great earthquake and tsunami. At that time the lives of many people were lost and we were all very sad. But we have worked hard to recover and our city is rebuilding. It will take time to completely recover, but we will not lose to a tsunami. We all are connected. Let’s continue to work together to accomplish our revival quickly!

石巻の人々は、大胆で率直に話をし、仕事や行動が早いと言われます。これらの性格は港町に住む人々の特徴なのでしょう。例えば、港で働く人々にとって、大きな声で素早く話し、考えを伝えることは重要です。とはいえ、皆優しい心をもっています。また、石巻は港町のため、住民は昔から外国人や異文化と触れる機会が多かったため、サービス精神（もてなしの心）を備えていると言われています。

石巻高校の「もてなしの心」が表れるひとつの例として、毎年夏休み明けに行われる鰯文化祭があります。そこでは、ひとりひとりの生徒が部活動やクラスごとに、屋台で食べ物を販売したり、ダンスを披露したりします。石巻高校の生徒や保護者の間だけでなく、地域住民の人々にも楽しまれています。このようにして、私たちは若者からご年配の方々まで、多くの人々のつながりを重要視しています。私たちは、前向きな気持ちで、東日本大震災からの復興を後押しする人々の強い繋がりをつくるよう努めています。

石巻の人々のもうひとつの人柄として、行動の早さがあります。これは私たちが大地震と津波から生き延び、復興する力となっています。東日本大震災では多くの命が失われ、すべての人々が深く悲しまれました。しかし、私たちは精一杯復興に向けて動いており、街の再建は進んでいます。石巻が元通りの街に戻るには時間がかかりますが、私たちは津波には負けません。私たちは皆つながっています。一日も早く復興が達成できるよう、共に歩いていきましょう！



↑ Ishinomaki High School used to be a boys' high school, and we have traditional style of cheering. We cheer our teams in a loud voice.

↓ We compete with other homeroom classes by dancing in the cultural festival.



← ↓ Costumes
in sports festivals



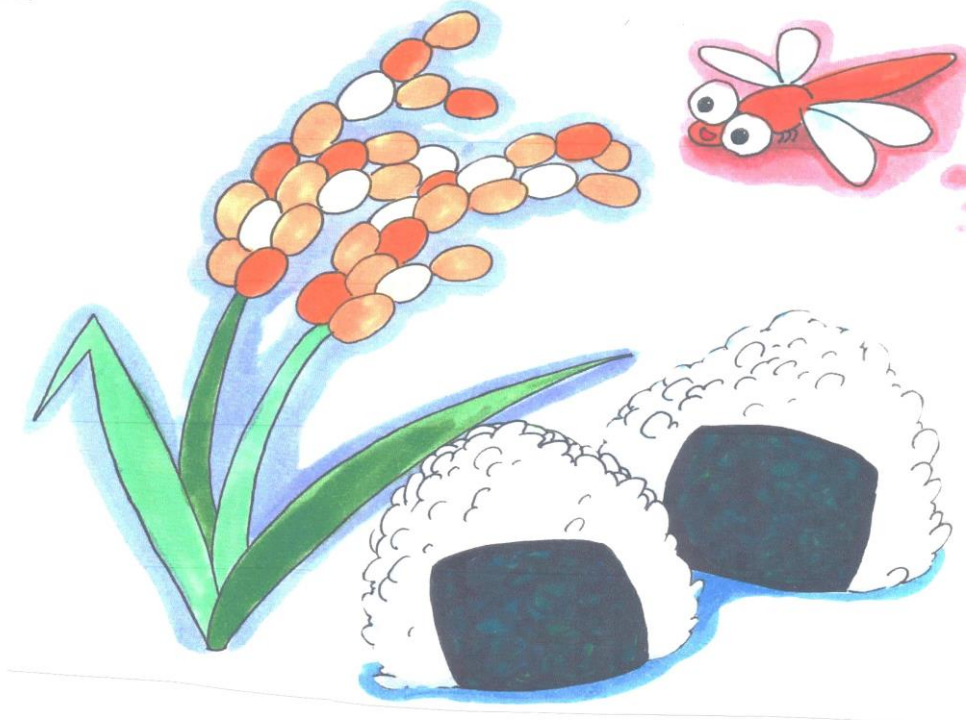
R Rice Fields

In April, Ishinomaki's rice farmers germinate seeds into seedlings. In May the seedlings are planted. This is called "taue". The farmers use water from the Kitakami River and keep the fields free of weeds. In October the rice is harvested. After the grain is dry, the chaff is removed and the rice is ready to be eaten! Ishinomaki is especially famous for Sasanishiki and Hitomebore rice.

The most popular Japanese food using rice is a rice ball. It is like a Japanese sandwich. To make it first wash your hands and put a little salt in your palm. Take a handful of rice and make it into a ball. Put a pickled plum, salmon or tuna in the center. Form it into a triangle and wrap seaweed laver around it. It's ready to eat!

4月に石巻の米農家は種を育て始め、苗を作ります。5月、その苗を（田んぼに）植えます - “田植え”です。農家は、北上川から引いた水を利用し、田んぼは雑草がない状態にします。10月になると米が収穫されます。刈った稲は乾燥し、もみ殻を取ることで食卓にあがる準備が完了します。石巻では、ササニシキやひとめぼれといった品種が特に有名です。

おにぎりは、日本で一番人気のある米を使った食べ物です。おにぎりは和風サンドウィッチのようなものです。おにぎりを作るには、まず手を洗い、そして手に少量の塩をつけます。ご飯を手にとり、お椀の形にします。真ん中に梅干しや鮭、ツナなどを詰め、それからご飯を三角形に握ります。最後に、握ったご飯を海苔で包みます。これでおにぎりの完成です！



S **Sant Juan Bautista**

A life sized recreation of the Sant Juan Bautista ship can be seen docked in the bay of Ishinomaki city. It is a museum that allows visitors to see a ship from 400 years ago and walk through its interior. Recently an exhibition has been added that features pictures of the destruction of the 2011 tsunami. You can also see the huge mast of the ship that was broken in the disaster. Four large Oregon Pines were donated by the British Columbia, Canada to replace the broken mast. This international effort to help rebuild the ship is heartwarming.

Four hundred years ago in 1611, the Keicho earthquake and tsunami hit the Miyagi prefecture. The local king at the time, Masamune Date, strove to revitalize the area and open trade with foreign countries. He commissioned the building of the ship and appointed the Tsunenaga Hasekura party to travel from Japan to Italy and Spain. Their voyage is the first recorded successful two round-trips between Japan and Europe .

サン・ファン・バウティスタ号を実物大に再現した船を石巻市の湾で見ることができます。そこは、来場者が400年前と同じような船を見て、その内部を歩くことができる博物館です。最近、2011年の津波によって破壊された写真なども展示されるようになりました。震災の影響で折れた大きいマストを見ることもできます。それを交換するため、カナダのブリティッシュ・コロンビアから4本の大きな松の木が寄付されました。船を再建するために国を越えて協力し合う姿勢には心が打たれます。

今から400年前の1611年、慶長大地震と津波が宮城を襲いました。この地域を治めていた伊達政宗は、この地を復興し、諸外国と貿易を始められるよう努めました。政宗は船の建造を命じ、支倉常長一行に日本からイタリアおよびスペインを旅する役目を与えました。彼らの航海は、日本からヨーロッパへの太平洋を二往復した船旅としては史上初の成功例です。



●慶長使節船「サン・ファン・パウティスタ」 ●宮城県慶長使節船ミュージアムに展示公開中



Wax figures show how the crews spent in the ship.

T Tohoku Tsunami

The Great East Japan Earthquake occurred on March 11, 2011. There was a combination of a very large earthquake followed by a huge tsunami. About 18,500 people died in the disaster, and the surviving people felt very sad. Other prefectures and countries offered their support. Everyone has been doing the best and working hard towards recovery.

We still do not have the people we lost, but we will always remember them. We must continue to remember that day and tell the next generation the things we experienced in the disaster. Talking about what happened and doing things in memory of that day and the people we lost are just as important as rebuilding our city. We will never forget.

東日本大震災は2011年3月11日に発生しました。巨大地震に巨大津波が続き、およそ18,500人の命が失われ、生存者も悲嘆にくれました。日本中さらには世界中から支援の手が差し伸べられ、誰もが復興に向けて最善を尽くしてきました。

失った人たちは戻ってくることはありません。けれども、私たちはその人たちのことを決して忘れません。あの日のことを忘れず、次の世代に震災の経験を語り継いでいきます。何が起きたかを語り、あの日と失くした人たちを忘れないために活動することは、町を再建することと同じくらい大切です。私たちは忘れません。



We can see the floating lanterns on the water of Kitakami River in the ceremony in Kawabiraki Festival. Every lantern has the name of the deceased people and the consoling words for them.



U Senshu University

Ishinomaki Senshu University was established in 1989. There are departments of Science and Engineering, Business Administration, and Humanities. Its primary aim is to develop talented people who might contribute their talents to the local community and internationally. It participates in overseas training in cooperation with research organizations around the world. Recently the university made an international exchange agreement with universities in Mongolia, China and the United States.

In the Department of Science and Engineering, students study food science, the environment, IT (Information Technology), biological science, and mechanical or electrical engineering. The Business Administration Department utilizes seminars to educate through active engagement. The Humanities Department helps students study culture and the meaning and essence of being human. Students study languages or train to be elementary school teachers.

石巻専修大学は1989年に設立されました。理工学部、経営学部、人文学部があります。石巻専修大学は、地域社会や組織で自分の能力を発揮することができるような人材の育成を第一の目的としています。同大は世界中の研究機関と連携しています。最近では、モンゴル、中国、米国の大学と交流協定を締結しました。

理工学部においては、学生は食・環境・IT・生物学・機械／電気工学を学んでいます。経営学部では、ゼミを活用し実践的教育を行っています。人文学部では、人類の文化、人間であることの意味や本質を学ぶことができます。学生は言語を学んだり、小学校教員になるための勉強をしています。



Ishinomaki Sensyu
University

We visited
principal, Mr.Sakata.
He told us very
interesting stories.
He is such a
wonderful a person.
He is very friendly.



With Takashi Sakata, the principal of Ishinomaki Sensyu University



Koichi Otsu,
a professor of
English is an
Ishinomaki High
School graduate.

V **Volunteers**

Ishinomaki is still trying to recover from the earthquake that hit our city on March 11th, 2011. After the earthquake many volunteers from Japan and abroad came to Ishinomaki to support its reconstruction. They delivered a lot of things such as their time and energy, medical care, and food and stationery. They contributed a lot to our recovery both on a physical level and on a spiritual level as well. They are still supporting our recovery in new ways through rebuilding our community, building playgrounds and helping our children go abroad to study and share their stories. We'd like to say a special "Thank you!" to all the volunteers, both here in Japan and overseas, who have helped our recovery!

石巻市は、2011年3月11日に発生した震災からの復興に、現在も取り組んでいます。震災後、国内及び海外から多くのボランティアの方々が復興のお手伝いに来て下さいました。ボランティアに来て下さった方々は、ご自身の貴重な時間や労力を割いて下さったり、医療技術、食料、文房具などを提供して下さいました。物的支援と心的支援の両面でご支援をいただきました。地域の復興、運動場の整備、青少年の海外派遣、気持ちの共有など、現在もなおそのご支援を継続して下さっています。国内外の、ご支援して下さいました全てのボランティアの方々に心から感謝しています。



W Works

Chiba Sogen is a famous shodo artist (calligrapher) in Ishinomaki. He is an alumnus of our high school. He has held shows not only in Japan but also in foreign countries such as the US and France. He represented the shock of the Tohoku earthquake in his works. He said he wanted to develop Ishinomaki spiritually and culturally as well as physically. His emotions can be seen in his writing, so he expresses much more than just the words he has written. He says it is important to write what comes from the heart. His goal is to write with a feeling and passion that is transmitted to everyone in the world.

Eikichi Takahashi is another Ishinomaki High School graduate. He created many sculptures and works of art until he passed away at the age of 31 in World War II. Longing for ocean, he made a work named “Sound of the Sea”, and his name became widely known to all over Japan. There is a beautiful statue of the Bodhisattva of Compassion made by him in our high school library. It was featured by NHK in a famous Japanese art program called “Sunday Museum”. You can also see his statue called “A Mother and Her Child” in front of Ishinomaki train station.

千葉蒼玄先生は石巻を代表する有名な書道家です。石巻高校の同窓生でもある蒼玄先生は、日本国内にとどまらず、合衆国やフランスといった海外の国々でも個展を開催してきました。東日本大震災後は、その衝撃を作品に表現しました。先生は、石巻にとって大切なのは物理的復興と同時に精神的・文化的復興であると考えています。先生の作品は、言葉だけでは伝わらないことを表現する力があり、先生の書の中に先生の伝えたい気持ちを感じ取ることができます。先生は、心から湧き出てくるものを書くことが重要だとおっしゃいます。先生が目指しているのは、「感じた気持ちや感情を世界の人々に通じるように書で表す」というものです。

高橋英吉さんもまた石巻高校の同窓生です。英吉さんは31歳で第二次世界大戦で戦死するまでにその若い命を彫刻に燃やしました。海に憧れて制作した「潮音」が受賞し、その名が日本国内に知れ渡るようになりました。石巻高校の図書館には見事な「聖観音立像」が常設されています。この作品はNHKの「日曜美術館」でも紹介されました。また、石巻駅前では「母子像」をご覧いただくことができます。



Mr. Takahashi and his wife



The statue of the Bodhisattva of Compassion in our school library



Works by Sogen Chiba



X Exciting Experience

Kawabiraki festival is an extremely exciting summer festival that is held in downtown Ishinomaki every summer. Tachimachi mall, which is usually quiet, becomes very busy and bustling. Parts of the city streets are closed to traffic for a parade and because the festival is so crowded. Many people wear traditional clothes called yukata. You can enjoy eating shaved ice, cotton candy, candied apples, Ishinomaki style yakisoba, and barbecued chicken or chocolate covered bananas on sticks. There's also, takoyaki (octopus balls), mizuame (corn syrup taffy), and dango (a traditional sweet food). Be careful not to eat all of these things in one day though!

This festival began in 1916 as a thanksgiving festival for Kawamura Magobe. He headed efforts to improve the Kitakami River. He also developed the harbors of Ishinomaki, which improved the shipping and commerce. The celebration has boat races called "Magobe battle", parades, music, dancing and a huge fireworks show. You must experience the exciting Kawabiraki festival!

川開き祭りは、毎年石巻市街で行われる活気に満ち溢れた夏祭りです。いつもは静かな立町商店街も、祭りの日は人がごった返してにぎやかになります。パレードがあり大変込み合うため、通りの一部は車が通行止めになります。訪れる人々の多くは、日本の伝統的な衣装である浴衣を身に着けています。出店では、かき氷、綿あめ、りんごあめ、石巻焼きそば、焼き鳥、チョコバナナなどを楽しむことができます。たこ焼き、水飴、だんごもあります。でも、美味しくて食べ過ぎないように注意しましょう。

この川開き祭りは1916年に、川村孫兵衛へ感謝を捧げる祭として始まりました。孫兵衛は、北上川の治水工事を率いた人物です。彼はまた、輸送と貿易の効率を高めるよう石巻港を整備しました。祭りには孫兵衛戦（ボート競技）やパレード、音楽、ダンス、花火大会といった見どころがあります。大変楽しい川開き祭りにぜひ来てみて下さい！



第91回 万巻

川開祭

8月1日(金)

水上行事 北上川 9時
 陸上行事 中心市街地 11時
 花火大会 中瀬打子止橋所 19時30分

石巻川開祭実行委員会 TEL(0225)22-0145
 石巻市産業部観光課 TEL(0225)35-1111
<http://www.ishikomakikawabak.jp/>



Y **Ishinomaki Style Yakisoba**

Soba is a type of Japanese noodle that is very popular. Yakisoba, or fried noodles, is one kind of soba. Yakisoba is as important to festivals as hot dogs are to American baseball games. However, the taste of soba is different in every region of Japan.

Ishinomaki soba is different in two ways. First, the noodles are steamed twice instead of only once. This makes the noodles expand and they become very soft. Second, a fish soup stock is added to the noodles. The noodles absorb plenty of soup stock, which enriches their flavor and gives them a deep brown color and flavorful taste. If you have never tried Ishinomaki style yakisoba, you must come here and have some!

そばはとても人気のある日本の麺です。焼きそば、つまり焼きあげた麺は、そばの一種です。日本の祭りにとって焼きそばは大切なものであり、アメリカの野球場でのホットドッグのような存在です。焼きそばの味は地域ごとに異なります。

石巻焼きそばは普通の焼きそばと違う点が二つあります。一つ目は、麺を一度ではなく二度蒸すということです。二度蒸すことで麺は膨張しとても柔らかくなります。二つ目は、魚の出し汁を麺に加える点です。出し汁をたくさん吸収した麺は色が茶色になり、また風味の良い味になります。もし一度も石巻焼きそばを食べたことがないのでしたら、ぜひ石巻を訪れてご賞味ください。



Z Zunda

What is “zunda”? It is a green paste made of ground immature soybeans. It can be served in many ways. Sometimes the paste is grainy and textured, and sometimes it is smooth. You can find zunda dishes in the recipe book of Masamune Date, the king of this area in Edo period. The word “zunda” is said to be from the Date family, so it has quite a long history.

To make zunda, first boil green soybeans and then take them out of their shells. Remove the thin skin from each of the beans. Smash them into a paste using an earthenware mortar. To make sweet zunda, add sugar and a little salt into the bean paste. Sometimes a little miso is added for a secret taste. To make zunda with vegetables, just add zunda to the vegetables and mix in dressing. You can experience Japan’s history by cooking and eating this traditional food.

「ずんだ」を知っていますか？枝豆をつぶしてペースト状にしたものです。いろいろな食べ方があります。豆の粒感が残るような食感に仕上げて、舌触りなめらかに仕上げて、どちらでもおいしくいただけます。江戸時代の伊達家でもずんだ料理が食されており、「ずんだ」という名前の発祥も、伊達家に関係があるようです。

ずんだの作り方は次の通りです。枝豆をゆで、殻から豆を出し、薄皮も剥きます。すり鉢に豆を入れてつぶします。それに砂糖と少々の塩を加えれば甘いずんだの出来上がりです。隠し味に味噌を加えても美味しくなります。また、砂糖を入れずに野菜にずんだを加えてドレッシングと和えるという食べ方もあります。

この伝統食を作って食べることで歴史を感じていただけることと思います。



