

グッとくる 山陰

海の恵みをもらいに

山陰・夏紀行

日本海はうまい!

海の幸美味図鑑

三朝温泉開湯850年
心も体もよみがえる
名湯と倉吉散歩

2014 夏
Summer

ご自由にお持ち帰りください



三保三隅駅—折居駅

三隅海岸を走る山陰本線の快速列車「アクアライナー」。このあたりにはリアス式の海岸が続き、観音崎や大島などの野趣あふれる風景が車窓を彩る。



倉吉は、江戸時代や明治期に建てられた赤瓦、漆喰壁の町屋が軒を連ねています。蔵を利用したショップも多数。白壁土蔵群・赤瓦へはJR倉吉駅より路線バス「赤瓦白壁土蔵」下車。

Guttokuru-Sanin

三朝温泉開湯850年 心も体もよみがえる 名湯と倉吉散歩

山間の川沿いに、温泉宿や河原風呂、足湯が並ぶ「三朝温泉」。平安時代の武将が、「投入堂」のある霊場、三徳山に参拝したとき、白い狼を助けたことから、木の根株から湯が湧き出ていることを妙見菩薩に告げられた。これが温泉の起源です。

以来、こんこんと湧き続ける湯の最大の特徴は、ラドン含有量が世界屈指であること。湯に含まれた弱い放射線が自然治癒力を高める「ホルミシス効果」が期待できると言います。湯気を吸い込む熱気浴場、飲湯場もあり、「浸かる、吸う、飲む」の三拍子そろった湯治場としても人気。岡山大学が温泉療法を行うなど、その効能に注目が集まっています。今年が開湯850年を記念し、7月19日から8月24日まで、夏祭りとして花火など多彩なイベントが計画されています。

三朝温泉の玄関口でもある倉吉は、白壁の古屋敷が独特の風情を放つ伝統的建造物群保存地区。立派な門構えが連なる表通りと、古びた土蔵が並ぶ裏通りの対比が、そぞろ歩きを楽しくしてくれます。

●三朝温泉へ
鳥取県東伯郡三朝町
JR倉吉駅より路線バス
「温泉入口」バス停下車、徒歩すぐ

三朝川に沿って旅館が建ち並ぶ三朝温泉。川からはカジカの声が。地名は「三日で回復する」といういわれから。



グッとくる 山陰 夏号

発行元/JR西日本米子支社

鳥取県米子市弥生町2

☎ 0859-32-0255

*記載の情報は、
2014年6月1日時点のものです。



海の恵みをもらいに



写真上/近海から沖合までの魚が集まる境港。魚介の宝庫である隠岐島の海の幸も揚がります。6月から8月にかけて、クロマグロやシロイカ、トビウオのほか、アジ、サヨリ、サザエなどもお目見え。中でも日本海にもまれた夏牡蠣は絶品。写真下/「日本の渚百選」に選ばれている弓ヶ浜。海岸線の先には、伯耆富士と称される独立峰、大山がそびえます。南端には海から湧き出た「皆生温泉」も。

山陰・夏紀行

夏の山陰の海は、表情が穏やか。冬の厳しさとは違って変わり、やさしい潮騒が旅する人を迎えてくれます。海の底まで見えるほどの高い透明度。日本海の海の幸でにぎわう漁港。そして、白い浜辺に息づく太古の神話や伝説…。山陰にしかない海物語が待っています。

島根県と鳥取県には、二つの海があります。一つは日本海。もう一つが「中海」です。日本で五番目に大きい汽水湖で、上空から見ると、雄大な曲線を描くラグーンのように。外海とも普通の湖とも違う不思議な地形に魅せられます。

全体を望むには、島根半島の中ほどにある枕木山へ。中海はおよそ七千年前の縄文時代に原型が作られ、平安時代、ようやくいまの姿になったとされています。面白いのは、中心付近にこじんまりとした「大根島」が浮かび、江島大橋によって島根側と鳥取側が結ばれていること。橋は急な坂になっていることから車のCMにも起用され、「ベタ踏み坂」として新名所になっています。

中海の眺めを堪能したら、枕木山の頂きにある「華蔵寺」に参拝。仁王門には運慶の作とされる金剛力士像が安置され、さらに奥に向かうと、石造りとしては日本最大級と言われる不動明王の石仏が、山肌を溶け込むように人間を見下ろしています。

見渡す限りの海、海。その風景の中で活況を放っているのが、日本海最大の漁港「境港」です。カニで有名な港ですが、夏に旬を迎える魚は意外にも「クロマグロ」。水揚げ量

は日本一です。暖流と寒流がぶつかる境港の沖に産卵のため姿を現すマグロは、この時期が最もおいしいとか。モチモチの食感がたまらない白イカ、新鮮なものは刺身が美味いアゴ(トビウオ)など、夏にだけ味わえる絶品の味覚がいっぱいです。

境港の南側に伸びる全長およそ20kmの「弓ヶ浜」は、海の色に魅せられる美しい白浜。波打つたびにグリーンやブルーに変わる海面を、ただぼんやり眺めていたくなります。出雲の神である八束水臣津野命は、網をかけて陸地を引き寄せ、出雲国を創造したと「出雲国風土記」に記されています。この神話が色濃く残る弓ヶ浜の海岸線は、国引きを終えた神がはたりと置いた網の跡にも見え、想像力がかき立てられます。

枕木山から、シジミの産地である宍道湖ともつながる中海を眺めて。カモやコハクチョウの飛来地にもなっています。中間に浮かぶ大根島は、牡丹の栽培地としても有名。今回の案内役は、「山陰魅力発信大使」になった松江市出身のタレント・御秒奈々さん。

枕木山から大山・中海と日本海を一望に

標高456メートルの枕木山山頂に建つ臨済宗南禅寺派の華蔵寺。いまから1200年前に開かれたとされています。境内には国の重要文化財である薬師如来像や、亀山法皇の病を癒した杉井霊泉などがあります。



魚自慢の境港と国引き伝説の弓ヶ浜へ



日御碕を訪れた人がまず驚くのが、この世のものとは思えない奇岩怪岩の眺望。切り立った崖壁に目をやると、島根半島の最西端にある白亜の塔「日御碕灯台」がそびえています。水平線を境に、空と海が別々のブルーを競う眺め。灯台に上ると、島根半島の全貌を見渡せる絶景が広がります。眼下には、海食で生まれた柱状の岩肌。地球が造った天然の造形美に心を奪われます。

別世界のような景観には神秘的なものさえ感じますが、それもそのはず。近くには神話にも登場する「日御碕神社」が鎮座しています。出雲の国造りをしていた素戔嗚尊が、自分の魂の居場所を柏の葉を投げて占ったところ、その葉が落ちたところが神社の起りだとか。「日沈宮」と呼ばれる社があり、日本の夜を守っているとも伝えられています。遠目に見ると、真っ赤な丹塗りの社殿、緑の松林、蒼い日本のコントラストが鮮やか。目が洗われます。

海面からの高さはおよそ63メートルと日本一。明治36年に設置され、現在も海の安全を守っています。

日御碕灯台と野性味ある海岸を訪ねる



写真右/日御碕の岩と澄んだ海。写真左/「日御碕神社」には、素戔嗚尊と天照大神の二神が祭られています。海に面したこんもりした森に包まれ、神々しさを放ちながらも、日本の原風景を思わせられます。



●日御碕灯台へ
島根県出雲市大社町日御碕 1478
JR出雲市駅より路線バス
「日御碕」バス停下車、徒歩約10分

●日御碕神社へ
島根県出雲市大社町日御碕 455
JR出雲市駅より路線バス
「日御碕」バス停下車、徒歩すぐ



砂の音を聞きに、琴ヶ浜へ



夏には海水浴場として賑わう琴ヶ浜。知る人ぞ知る夕日のスポットでもあります。世界遺産である石見銀山が近く、琴ヶ浜の南西には、銀の積出港だった「鞆ヶ浦」が。潮の香りによって、歴史の薫りも漂ってきます。

白い砂を踏みしめると、キュッキュツと音がする。それはまるで琴の調べのように軽快。島根県沿岸の真ん中にある「琴ヶ浜」は、日本に残る数少ない鳴き砂の白浜です。あの独特の音は、砂に含まれる石英がこすれ合う音。汚染が進んでいない清らかな土地でなければ、砂は鳴らないと言います。

不思議なのは、隣接する他の砂浜は鳴らないのに、琴ヶ浜の砂だけは美しい音色を奏でるところ。「ここは昔、火山によるカルデラ湖で、他の地域よりも石英が多いからだという説があります」と琴ヶ浜の鳴り砂を守る会会長の松井東司彦さん。1.8kmも鳴き砂の浜辺が続くのは、日本の中でも琴ヶ浜だけだと言います。鳴き砂の浜ができるまで、およそ500万年。その果てしない時間の中で紡がれたのが、美しい伝説です。源平合戦のころ、小舟に乗った姫が浜辺に流れ着き、助けてくれた村人へのお礼として、琴の音を白浜に響かせたそうです。琴ヶ浜の名は、この逸話からきています。

●琴ヶ浜へ
島根県大田市仁摩町馬路
JR馬路駅より徒歩約3分

鳥取県と島根県では、漁業が盛ん。夏はシロイカをはじめ、アジ、トビウオ、アナゴ、クロマグロ、岩ガキなどが旬を迎えます。この夏は、日本海の幸をお土産に。



イカと糀のうまみがひとつになつて
するめいかの糀漬け(120g ¥324)は、スルメイカとキュウリを、米麹、しょうゆなどで調味。糀で漬けているので、普通の塩辛よりも塩気が少なく優しい味。松江駅のシャミネで扱い。
●中浦食品
鳥取県境港市内団地208-2
☎0859-451500
http://www.nakaura-fco.jp/

スナック感覚の味付けカレイ
味付笹焼かかれい(60g ¥540)は、鳥根県沖で獲れたカレイに醤油と砂糖のたれをかけて焼き、そのまま食べられるようにしたおつまみ。
●渡邊水産食品
鳥根県大田市久手町
波根西1697
☎0854822801
http://www.watanabe-ss.jp/

唐辛子と白ゴマがアクセントに。松江駅のシャミネで扱い。
●渡邊水産食品
鳥根県大田市久手町
波根西1697
☎0854822801
http://www.watanabe-ss.jp/

夏はクロマグロのシーズン。生をぜひ味わってください。

境港水産物市場管理 高見信悟さん



船上山 ▲ 大山 ▲ 鳥取県

倉吉 松崎 三朝温泉 ● 投入堂 ●

海の幸美味図鑑

日本海はうまい!

絶品干物を境港で手に入れる



干物には自信あり。鮮魚も豊富です。



浜橋商店 浜橋喜昭さん

境港では干物をほしもの、と呼びます。浜橋商店は天然物の魚を使い、絶妙な干し具合に。カレイ(1枚 ¥500) 600、シロイカ(1束5枚入り ¥2,500) は夏が旬。トビウオ、アジ、キスなども。●浜橋商店
鳥取県境港市昭和町9-5
水産物直売センター内
☎0859-4710275
http://www.rakuten.co.jp/houkyu/

山陰の極上海の事情

JR西日本の魚介好き社員が、山陰の魚の魅力について語り合いました。実はスーパリーの魚売り場が、すごいんです。
A: 神戸出身の転勤社員
B: 地元社員
A 神戸からこっちに来て、スーパリーにマグロの刺身が置いてない日があって愕然としたんです。
B えっ生マグロは夏の魚だから、



山陰は魚の宝庫。地元の味を楽しんで。



さかな工房 浅野目取さん

淡白で滋味ある組み合わせ
境港のお食事処・さかな工房は、地元の新鮮な魚介を出してくれる店。夏のイチオシはシロイカ(ケンサイイカ)の刺身。鳥取の岩ガキ・夏輝も8月まで楽しめます。
●さかな工房
鳥取県境港市外江町24154
☎0859446344
(営)11時~14時 17時30分~21時
30分(L/O) (休)月曜、第1火曜
http://www.sakanakobou.jp



松江の美味横綱存在感も大きい
松江の人が、お土産に必ずと言っていいほどおすすめしてくれるのが、長岡屋茂助のあご野焼き(小 ¥1,425)。トビウオのすり身と地酒の風味が上品。ほんのり甘み、じんわりうまい。地元好みの味です。松江駅のシャミネで扱い。
●長岡屋茂助
鳥根県松江市浜乃木2-14-5
☎0852-27-6811
http://www.mosuke.co.jp/

地元で人気の鮮魚も送れる

ノドグロ(写真左)は山陰沖の水深80~150mで獲れます。一年を通じて脂がのり、濃厚なうまみがあります。
●境港水産物直売センター(浜橋商店など9軒が集合)
鳥取県境港市昭和町9-5
☎0859-4710275
http://www.sakiminato.net/ photo/112/P03807.pdf



冬とかに並んでいないのは当たり前ですよ。
A それをこっちに来て知ったんですよね。山陰の方は冷凍の魚は食べないとか...
B 魚には旬があるし、海が荒れた日の翌日は魚もないから、そういう日は肉を食べるよ。
A 豊かな証拠ですよ。あわびやノドグロがスーパリーに平然と並んでいるのには驚きました。
B 大きいノドグロは高いから、小さい安いやつを買ってきてしゃぶしゃぶにしてね。後は出汁で野菜をひたして食べたのが最高だよ。
A 酒や醤油など、醸造の文化も深く根付いていて、調味料なんかも迷っちゃいますよね。
B 山陰の水がいいから、米もおいしいんだ。「東の魚沼・西の仁多」と言っても、奥出雲の仁多米なんか、モロッコの王様も取り寄せて食べたいよ。
A よねものごころとしては、スーパリーも観光地の一つになりそうじゃないかと。
B 荒天の翌日と閉店間際は避けてね。逆にかっかりするから(笑)。



こだわりの掛け紙にもご注目ください!

夏はアゴ(トビウオ)の繊細なだしを
乾物専門の松ヶ枝屋おすすめは、割あご煮干し(250g ¥1,774)。夏に新物が出る隠岐産トビウオ使用で、素麺のつゆに最適。隠岐あらめ(50g ¥293)は油揚げ、にんじんと煮るのが定番。
●松ヶ枝屋
鳥根県出雲市今市町1408
☎0853-210222
http://www.e-dashi.com

アゴのだしを試してみてください。
松ヶ枝屋 永瀬裕美さん



魚写真提供: 島根県水産技術センター、島根県水産課、しまねブランド推進課

