

きゅうしょくだより

令和5年度 10月号

亀岡市立学校給食センター

TEL 0771-24-3833

朝晩涼しい日も増え、実りの秋がやってきます。私たちの主食となる米をはじめ、様々な農作物が収穫できるようになります。また、その恵みに感謝を捧げるお祭りが各地域で営まれます。年中行事には、祖先から受け継がれてきた行事食が欠かせません。行事食には、その季節ごとに地域で採れた食材を使います。こうして人々は、自然の恵みに感謝する気持ちを育ててきました。

今年度は、各地域のお祭りも行われるようになります。お祭りに参加したり見に行ったり伝統的な行事を体験し、同時に収穫された農作物への感謝を感じられるとよいですね。

かめおか まつ しょく 亀岡の祭りとお食(10月)

かめおか しょうかい
亀岡市内で、秋に行われる主な祭りとお食

それにまつわる行事食を紹介いたします。

いえ まつ きぶん あじ
家でもお祭り気分を味わいましょう!



ほづ ひまつ 保津の火祭り

(10月21日、22日)

じどり や 地鶏のすき焼き



ほづ ひまつ ごこくほうじょう かんしゃ ねん おびょうそくさい ねが うけた じんじゃ ほづ はちまんぐう おこな
保津の火祭りは、五穀豊穰への感謝と、1年の無病息災を願う請田神社と保津八幡宮で行
われる祭りです。剣鉾と弓や太刀、いくつもの御神燈を掲げた行列が請田神社を出発し、保
津八幡宮に向かいます。

ほづ はちまんぐう けいだい ひ た かれ さかさ も こ けいだい ひばら まわ かい
保津八幡宮では境内に火が焚かれ、榊を持った子どもたちが火柱の周りを3回まわります。
この火にあるとその年の健康を約束されると言われています。地域の大切な祭りには、とっ
ておきの料理である「地鶏のすき焼き」が登場します。

かめおか あき あじ じどり や 亀岡 秋の味～地鶏のすき焼き～

<材料> 4人分

亀岡地鶏	400g
ねぎ(玉ねぎ)	8本(1個)
焼き豆腐	1丁
つきこんにやく	1袋
春菊	1束
松茸(しめじでも可)	適量
えのきたけ	100g
すき焼き麩	20g
卵	4個

<割り下>(合わせておく)

しょうゆ	70cc
みりん	50cc
砂糖	大さじ3
酒	大さじ2
水	100cc

<作り方>

- ① ねぎは斜め切り(玉ねぎの場合はくし型)、豆腐は2cm角、春菊・えのきたけは食べやすい大きさに切る。松茸(しめじ)は適当な大きさに裂く。
- ② つきこんにやくは1～2分ゆでてアクを抜き、食べやすい大きさに切り、麩は水に浸けて柔らかく戻し、水気をよく絞っておく。
- ③ 鶏肉と①②の材料を大皿に盛っておく。
- ④ 鍋に油を熱し鶏肉を少し入れて焼き付け、つきこんにやくを加えてさっと焼いて割り下を少し注ぎ、①②の具材を少しずつ入れ、煮て様子を見ながら割り下を加えて煮る。溶き卵をつけて食べる。

かめおかまつり 亀岡祭

(10月23日～25日)

ずし さば寿司



かめおかまつり かみやだちょう くわやまじんじゃ あきまつ がつ にち にち まつ
「亀岡祭」は、上矢田町の鍬山神社の秋祭りです。10月23日～25日は祭りのハイライ
トで、旧城下町一帯では、煌びやかな装飾が施された11基の山鉾が建ち「丹波の祇園
まつり 祭」とも呼ばれています。

うみ から とお きょうと なま さかな いた しお す つく
海から遠い京都では生の魚は傷みやすいため、塩と酢でしめたさばで作る「さば寿司」
が昔から親しまれてきました。それぞれの家の自慢の味で、祭りの食卓を彩ります。

かめおか かくちいき しゅうかく かんしゃ ささ まつ おこな みこし かつ て ちご
亀岡の各地域では、収穫に感謝を捧げる祭りが行われます。神輿の担ぎ手や稚児たち
のためにふるまわれるのが、ぜんざいです。

しゅうかく こめ もち あずき た あ ねんかん とお みちか
収穫した米で餅をつき、小豆もふっくらと炊き上げます。ぜんざいは年間を通して身近
なおやつですが、とれたての米と小豆で作るものはまた格別です。

かめおか あき あじ 亀岡 秋の味～ぜんざい～



<材料> 4人分

小豆	150g
砂糖	200g
塩	少々
小餅	適量

<作り方>

- ① 小豆を洗って、たっぷりの水で煮立て、ゆで汁を捨てる(あくを抜くため)。
- ② ざるにあけ、再びたっぷりの水で柔らかくなるまで中火で炊き、途中で水をさす(びっくり水)。小豆が柔らかくなったら砂糖と塩で味付けし、一晩置いて仕上げる。
- ③ 煮汁は好みによって水を増やす(味を見て砂糖も増やす)。
- ④ 餅を焼いて入れる(形がくずれにくい)。
- ⑤ 柔らかく煮た栗やさつまいもを好みで足す。