

志摩の郷土料理「てこね寿司」とは…

古くから「漁師のまち」である志摩市。船で沖へと仕事に出て、船上で慌ただしい一日を過ごす。そんな男たちの多いまちです。彼らはもちろん、食事も船の上。この「てこね寿司」は、漁師の知恵によって、船上のご飯として生まれたといわれています。

“忙しい仕事の合間、獲れた魚にいちいち醤油を付けながら食べるのは面倒。まとめて醤油に浸けてしまおう。ご飯には、日持ちするように酢を。それらを混ぜてしまえば、美味しい即席寿司ができるのでは?”

こうして魚、ご飯、醤油を手でこねて食べるスタイルの「てこね寿司」が生まれ、やがてそのような寿司のことを皆、「てこね」と称する

ようになった…。そんな歴史ある料理、「志摩のてこね寿司」。現在では志摩市の郷土料理として、家庭での祝い事、またお客さんをもてなす料理として、愛され続けています。

昔から地域によって材料や作り方など様々で、今でもその地域性や特色が活かされた色とりどりのてこね寿司があり、見る楽しみ、食べる楽しみがあります。

このパンフレットには、志摩市内選りすぐり20軒の飲食店が大集合。古くから伝わる郷土料理の様々な味わいを巡る楽しさを、ぜひご堪能ください。

What is Tekone Sushi?

The authentic local cuisine of Shima originated in Miketsu-kuni. Miketsu-kuni is the area from which local seafood such as abalone and natural salt was offered to the Imperial court of Japan in ancient times. Shima refers to the area which forms the southern part of Mie prefecture. The origin of the cuisine is said to go back to the days when local fishermen at sea on their fishing boats prepared fish for themselves, and mixed it with steamed rice. 'Tekone-zushi' has now become a major local dish with which to entertain visitors. There is an enormous variety of tastes and flavors to be found in the food available at local restaurants. We do hope that you will take the time to discover the culinary delights that they have to offer.

Shima-city has long been known as the 'ryoshi-no-machi,' a village of fishermen. In the old days, the men went to sea and spent long hectic days working with the nets and fishing; and, even today, there are many such men living in this city. As we can imagine they eat their meals at sea, and it is said that the unique 'tekone-zushi' was created by them to facilitate eating while on the water.

This story was told to us by a local fisherman: "We're incredibly busy, even between jobs. And, it's always so troublesome to eat sashimi piece by piece, dipping each mouthful

in soy sauce before we eat it. What could we do? Well, we thought about soaking the fish in the soy sauce first. But then, we also thought about mixing it with the rice. Wait a minute! It shouldn't just be rice, but rather vinegared rice. That would be much better. It would keep longer. Then, we could make instant sushi!" So, that's how 'tekone-zushi' was invented.

It was a type of sushi, in which fish, rice and soy sauce is mixed by hands. People soon began to refer to this kind of sushi as 'tekone.' With such a story behind it, Shima-no-tekone-zushi has become a local favorite and is always served at special occasions, such as memorable family events or when entertaining guests.

The recipes for tekone-zushi and its ingredients vary region by region. With such a variety available, it is part of our enjoyment of life to savor each local recipe.

In this brochure, 20 restaurants in Shima-city have been chosen and selectively listed. We hope that you will plan a gourmet tour and visit them and enjoy tasting our traditional local cuisine with its unique taste and flavors.

Honma ni Umai de! (It's really tasty!)
Ippen tabete mi! (Why not try once?)



御食つ国志摩で育まれる
その土地ならではの料理。
その昔、漁師が船上で獲れた魚を
すぐに調理し、ご飯に混ぜたのが
始まりとされ、今では、
訪れる人をもてなす郷土料理となった
「てこね寿司」。その味わいもさまざまに
巡る楽しみをお探下さい。

御食つ国志摩で育まれる
その土地ならではの料理。
その昔、漁師が船上で獲れた魚を
すぐに調理し、ご飯に混ぜたのが
始まりとされ、今では、
訪れる人をもてなす郷土料理となった
「てこね寿司」。その味わいもさまざまに
巡る楽しみをお探下さい。

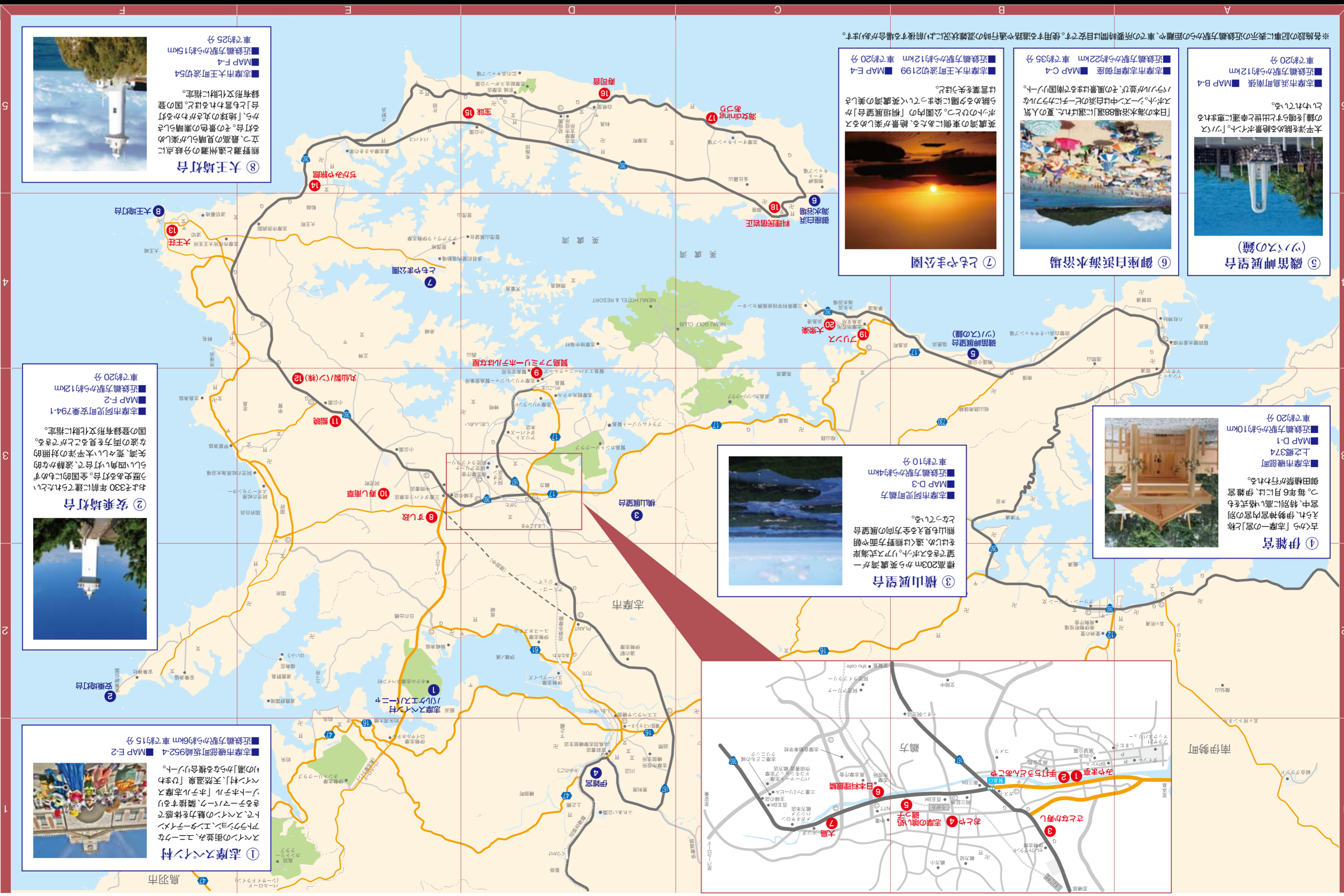
●発行 志摩市商工会
〒517-0501
三重県志摩市阿児町鶴方5012
TEL0599-44-0700
<http://shimasho.jp/>
※営業時間、料金などは2015年12月現在の情報です

このマップは
スマホでも見られます!
左記QRコードから
志摩市商工会HPへ

●取材・制作
株式会社 Simple編集部



ほんまにうまいで!
いっぺん食べてみい!



⑧ 大王城灯台
龍野と志摩の分岐点に
立つ、最高の見晴らしが
楽しめる。その色の美しさを
から「地球の丸い光る灯
台」と言われるほど、国の登
録有形文化財に指定。
■志摩市大王町渡切54
■MAP F-4
■近鉄鶴方駅より約15km
車で約25分

② 安乗灯台
およそ30年前に建てられたとい
う歴史ある灯台。全国的にもめ
ずらしい四角い灯台で、波静かな
風景、美しい太平洋の絶景的
な姿の面々を見ることができ
る。国の登録有形文化財に指定。
■志摩市阿児町安乗794-1
■MAP F-2
■近鉄鶴方駅より約12km
車で約20分

① 志摩スズメ村
スズメの街並み、ユニークな
アート作品、エンターテインメ
ント、グルメの魅力を体験す
る。スズメパーク、隣接するリ
ゾートホテル「ホテル志摩ス
ズメ」が、自然温泉「まほろ
ば」の景観からなる複合レゾ
ー。■志摩市磯部町坂崎952-4
■MAP E-2
■近鉄鶴方駅より約6km 車で約15分

⑤ 磯部岬展望台
太平洋を眺める絶景ポイント。「ソラ
の鐘」を眺めると世と幸運に恵まれる
といわれています。
■志摩市浜町南張 ■MAP B-4
■近鉄鶴方駅より約12km
車で約20分

⑥ 御座日浜海水浴場
日本の海水浴場88選に選ばれた、夏の人気
スポット。シーズン中は自泳ビームにカラフルな
パラソルが並び、その風景はまるで南国リゾート。
■志摩市志摩町御座 ■MAP C-4
■近鉄鶴方駅より約2km 車で約35分

⑦ ともやま公園
英虞湾の東側に広がる、絶景が楽しめる
ボートのとこ公園内の「相模展望台」か
ら眺める間に染まってくる英虞湾の美しさ
は言葉に失うほど。
■志摩市大王町渡切2199 ■MAP E-4
■近鉄鶴方駅より約12km 車で約20分

③ 横山展望台
標高203mから英虞湾が一
望できるスポット。リアス式海岸
をはじめ、遠くは熊野方面や朝
霧山も見え、全方向の展望台
となっている。
■志摩市阿児町鶴方
■MAP D-3
■近鉄鶴方駅より約4km
車で約10分

④ 伊雑宮
古くから「志摩一の宮」と称
えられ、伊雑神社境内の別
荘中、特別に高い格式をも
つ。毎年6月には、伊雑宮
御田植祭が行われ、
■志摩市磯部町
■MAP D-1
■上志摩74
■近鉄鶴方駅より約10km
車で約20分