

尾鷲のコト…三重県南部に位置する尾鷲市は、三方を山に囲まれ、黒潮おどる熊野灘が眼前に広がる町。昔から自然の恩恵を受けて漁業・林業が発展し、リアス式海岸による天然の良港は日本有数の漁場としても知られ、寿司や干物、あぶりなど、食文化も豊か。世界遺産「熊野古道・伊勢路」が伊勢神宮と熊野三山を結び、今もお往時を感じさせる石畳が残されている。

## アクセス

### ◎自動車の場合

<名古屋方面>東名阪自動車道→伊勢自動車道→紀勢自動車道→尾鷲北IC  
<大阪方面>①名神高速道路→新名神高速道路→伊勢自動車道→紀勢自動車道→尾鷲北IC ②西名阪自動車道→天理IC→(名阪国道)→伊勢自動車道→紀勢自動車道→尾鷲北IC

### ◎公共交通機関の場合

<名古屋方面>①JR名古屋駅(JR特急ワイドビュー南紀)→JR尾鷲駅(約2時間30分)  
②名古屋(名鉄バスセンター)→尾鷲市病院前(約3時間)  
<大阪方面>近鉄難波駅(近鉄特急)→JR松阪駅(JR特急ワイドビュー南紀)→JR尾鷲駅(約3時間10分)

## 尾鷲市内マップ

①和幸寿司 ②江戸っ子 ③鮎正 ④華すし ⑤あけぼの鮓



| 発行 | 尾鷲商工会議所 三重県尾鷲市朝日町14-45 tel.0597-22-2611 fax.0597-22-2682

# 旬のものを、今 尾鷲のお寿司



今日はお寿司にしよう



魚のまちで、魚の味を、ストレートに味わうのなら、寿司が一番。



## 魚のまち、尾鷲 港の活気は、寿司ネタに直結

尾鷲といえば大粒の雨とピチピチの魚。降る雨は豊潤にして、漁港のすぐ近くまで山が迫る。雨水は森の大地を縫って海に流れ込み、沿岸部は栄養分をたっぷり含んだ最高の漁場になっている。それに入り組んだ内湾と急峻なりアス式海岸には大小の天然礁が続き、海の幸の条件が揃う。

主力は尾鷲の気候や地形が生かされた沿岸漁業だ。刺網漁業に一本釣漁業、大小の定置網漁業と多彩で、マダイやブリなどの養殖業も尾鷲の主要産業となっている。

それに底引き網のトロール船がもたらすエビやカニ、最新鋭の遠洋・近海マグロ延縄漁船など、水揚げされる魚種の数には200種以上にもおよび。新鮮で旨い、お魚バンザイ!



## 暖簾をくぐって、 いざカウンターへ

魚偏に旨いと書いて「鮨」。旬そのものを味わい、毎日、毎週、毎月と、変化を味わうのが醍醐味だ。「誤魔化しのきかない寿司は、素材の善し悪しで決まる。あしらは魚を集めるのが仕事」と尾鷲の鮮魚店で眼差し熱く目利きする寿司屋のあるじ。「魚屋が休めばこちらも店仕舞い」。

寿司屋のカウンター席は最上の握りが味わえる特等席。あるじと軽快に言葉を交わしながら旨い寿司を味わいたい。そんな願いを叶えたいのなら、尾鷲で暖簾をくぐってみよう。気さくな店主が多く、はじめてでも愉しめる寿司屋ばかり。

今日はためらわずに、カウンターへ座ろう。寿司の味を引き立てるあるじの手さばきをぜひ間近で。



最高のマグロを仕留める  
遠洋延縄漁

ずらりと市場に並ぶ  
生マグロの水揚げ

沿岸部に形成された  
大小の天然礁が好漁場をつくる

底引き網で  
深海の美味をもたらす  
トロール船が水揚げ

## 尾鷲と寿司のカンケイ / チマタの寿司噺

カウンターデビューしたいアナタ！  
いつものじゃ物足りないアナタも！！  
尾鷲の寿司はやめられない！！



「今の5倍はあったんじゃない?!」と、とある寿司屋のある日の記憶。昭和40年代には20軒近くが営業し、隣同士で寿司屋さんというほど人気だったそう。



昭和50年、平成天皇が皇太子時代の尾鷲行幸の際にふるまわれたのが「あけぼの鮓」。2代目・雅博さんはVIPをもてなす父親の背中を見て、技を磨いてきた。



握り寿司のほかにも、郷土寿司がいろいろ。辛子のきいたさんま寿司、甘めに煮詰めたツメを塗ったブリのべっこう寿司、彩り美しい押し寿司がある。



漁業、林業で栄えた尾鷲。羽振りのいい旦那衆が多かったとか。特に奈良方面から尾鷲の材木商に訪れた林業家たちは、海の幸をたらふく食べて地元へ帰ったそうだ。



尾鷲の寿司屋で、川が流れる!「和幸寿司」のカウンターには、ネタケースの前に溝がある。ここに水が流れ、手を汚してもその都度洗える仕組み。そのためおしぼりでなく、ふきんが用意される。



つけ場から聞こえるカラコロンの音。寿司職人は下駄を履く。調理場の水仕事で足濡れを防ぐためと、握った寿司を客前にチョコンと出すにも高さが必要だったとか。

## 大将・女将に聞く、寿司の心得

店のある日に寿司の正しい食べ方を聞くと「リラックスして好きなように食べるのが一番」とのこと。しかし、おいしいものをよりおいしく味わうためには、それなりの法則があるようだ。

1

### 注文する順番は(?\_?)

「特に決まりはないですが、淡泊なものから、だんだんと味の濃いものにして、最後にさっぱり口を整える食べ方がネタの風味を楽しめます」(あけぼの鮓・井上雅博さん)。初めて行く店や慣れないうちは、サッパリ系→味の濃いネタ→甘いネタ→軍艦・巻物の順番がベター。



2

### 手と箸、どちらが正解(^\_^)

結論はどちらもOK。「食べやすいのが一番やけど、手がええかなあ」(華すし・田中淳夫さん)と、手の場合、形を崩さず口に運ぶことができる。箸の場合、寿司を横にしてネタとシャリを挟めば醤油が付けやすくなる。



3

### ためらってないで、パクッ(^.^)

「出された寿司はすぐに食べてね」(鮓正・更屋誠さん)。捕れ立ての魚を切った瞬間に、また熟成したタイミングを見計らって、シャリに乗せ、素早く提供するものが寿司。鮮度が命の料理ゆえ、出されたら、時間をおかずに食べるのが鉄則。



5

### 軍艦巻って食べるの難しそう(>\_<)

「きゅうりが付いていれば外して醤油を付けて、それかガリをハケがわりにするんさ」(和幸寿司・大倉和人さん)。寿司に直接なら、こぼさないよう横につけるか、シャリの下に。また醤油差しがあれば、ちょこっと垂らす方法も。



4

### ネタとシャリのハーモニー(^-^)

ネタの大きさ、シャリの量、握り加減のバランスが寿司の醍醐味。ネタとシャリは分けて一口で食べるのが基本だ。「シャリの量も希望があれば注文時に」(江戸っ子・野間悦子さん)。一口に自信のない人は、希望を伝えてみて。



## 見逃せない、旬の味

寿司ネタは王道ばかりじゃない、青魚も深海のエビも尾鷲の底力

<p><b>春</b></p> <p>天然マダイは文旬なしの質</p> <p>タチウオ</p> <p>サワラ</p> <p>捕れ立てのイワシが銀色に光る</p> <p>カツオ</p> <p>サバ</p>	<p><b>秋</b></p> <p>カマス</p> <p>マトウダイ</p> <p>アオリイカ</p> <p>尾鷲のアカイカは味が濃い</p>
<p><b>夏</b></p> <p>クマエビ</p> <p>透明感のある白身のイサギ</p> <p>ウニ</p> <p>アジ</p> <p>アカムツ</p> <p>メイチダイ</p>	<p><b>冬</b></p> <p>テナガエビ</p> <p>オニエビ</p> <p>ガスエビ</p> <p>大漁の知らせを心待ちに、尾鷲の魚・ブリ</p> <p>キンメダイ</p>

# 和幸寿司

キャリア50年の技巧と、  
大将の軽妙なトークを満喫

創業44年、駅前にある和幸寿司。腕を振るう大倉和人さんは、四日市で7年間の修行を積み、ふるさと尾鷲で開業。惚れ込んだ素材は惜しみなく揃え、正統派の握りを楽しませてくれる。そんな姿勢はシャリにも表れ、右手で握って左手に移る瞬間には美しい扇の形を成す早業で、口に含むとほろりと崩れる。またカマスやアジ、サバなど白身や青魚は酢メで堪能。軽すぎず、メすぎず、素材の状態に合わせた絶妙な技が光る。「アジでも時期や捕れる場所によって変わるでな」と大将。種々のネタをふんだんに盛り込んだ、ちらし寿司もお値打ちだ。



とろけるおいしさの大トロは南インドマグロ、  
甘みを感じる上品で繊細なウニなど、  
名古屋市場から仕入れるネタも秀逸

# 鯨正

一手間かかったネタが秀逸、  
肩肘張らずに過ごせる空間

名古屋の名店で修業を経て、昭和57年に創業。あるじ・更屋誠さんは柔らかな物腰の飾らない人柄で、熊野出身だが店を持つのに尾鷲の地を選んだ。地元常連客が奪い合うほどつけ場の前はにぎやかで、そんな尾鷲ムードを楽しみたければ、躊躇せずにカウンターへ。「中身が濃いものか、量を多くか、寿司の好みは堂々と行ってね」と大将。アットホームな雰囲気一人ずつまめる心地よさがある。刺身やつまみもさまざまな揃え、タマネギの甘みが染み込んだら炊きは絶品。飾り包丁の技も美しく、一手間かけた繊細なネタの、シャリとの一体感が楽しめる。



全てが尾鷲産と、  
うならされる一品



一人でふらりと訪ねるもよし

尾鷲市野地町1-2 ☎0597-23-0789  
18:00~22:00 水曜休み



尾鷲魚5種盛り

- **アジ**  
青魚の中でも栄養豊富。鮮度が命で、目利きが試される。
- **アカムツ(ノドグロ)の炙り**  
凝縮された甘みと旨さがあり、まさに白身のトロ。
- **カマスの酢メ**  
新鮮なカマスは刺身でも美味。絶妙の酢加減で。
- **マトウダイ**  
まったりとした白身。噛むほどに旨みが広がる。
- **タチウオの炙り**  
軽く炙った大振りの身は、旨みが凝縮されている。

▼上寿司(松)2520円



家族みんなで和気あいあいと

尾鷲市野地町3-11 ☎0597-22-4689 11:00~21:00 火曜休み

# 旬のものを、今 尾鷲でお寿司

活気あふれる漁港のまち、尾鷲魚のよさを味わうにはお寿司が一番。寿司屋に入ったら迷わずカウンターへ基本さえ心得れば、難しく考える必要はなし。個性あふれる店主との会話も楽しもう。尾鷲港から徒歩十五分圏内の寿司店を一挙ご紹介



活気あふれる漁港のまち、尾鷲魚のよさを味わうにはお寿司が一番



活気あふれる漁港のまち、尾鷲魚のよさを味わうにはお寿司が一番

尾鷲市野地町3-11 ☎0597-22-4689 11:00~21:00 火曜休み

# 華すし

尾鷲の海幸を操る熟練の技、  
明朗会計で若い世代に人気

店を構えて14年。駅から港へと続く紀望通りにある華すしは、白木造りの明るい雰囲気、あるじ・田中淳夫さんの柔和な笑顔に出迎えられる。22年の下積みを経て、45歳で独立。寿司を握るその手さばきは、流れるように美しく、リズムカルだ。品書きにはそれぞれ一貫ずつの値段が記され、寿司屋ビギナーでも注文を恐れることはない。「石鯛は身がしっかりとし、夏のメイチダイもいよいよ。ヒラメは塩で食べてみて」と、ネタケースには立派な石鯛や処理に手間のかかるホラ貝などが並び、近海物で7、8割を占めるとあって、尾鷲の海を存分に味わえる。



味に余韻が残りやすいよう  
ネタに厚みを持たせる

握り(上寿司・松)2700円  
巻物、ホラ貝、穴子、クマエビ、中トロ、ウニ、アオリイカ、マグロ、石鯛、イクラ



ビギナーさんにもデートにも

尾鷲市中村町6-54 ☎0597-22-8861  
11:30~14:00、16:30~21:30 第2水・木曜休み

# 江戸ッ子

訪れるたびに次が待ち遠しい、  
温故知新の献立

商店が軒を連ねる通りから1本路地に入ると、漏れる明かりと笑い声。江戸ッ子は、魚にうるさい尾鷲人が地魚料理を求めて来店する、創業50年になる老舗。初代・野間義弘さんの妻・悦子さんと孫の凌さんの2人が店を切り盛りし、客の年齢層も幅広い。付け合わせや小鉢など家庭的な味わいも魅力的で、串揚げやアヒージョといった一品物もバラエティに富む。だし巻き玉子は、さすがは寿司屋と納得の味で、おすすめボードには「だし巻きサンド」の文字も並ぶ。「ウチでやってみておいしかったものは、店で出すさ」と悦子さん。メニュー開発に余念がない。



半世紀愛される店の  
地魚へのこだわり

握り(上寿司)2000円  
穴子、エビ、ウニ、ネギトロ、巻物、ブリ、アオリイカ、赤貝、アジ



アジの姿寿司

ほど良く酸味のきいた酢漬けの豆アジ(尾鷲でモジャコ)を使った、尾鷲市九鬼町の郷土料理。頭も中骨も柔らかく、まるごと味わえる。和辛子がピリリとアクセント。



定番のオニエビ(ミノエビ)

鬼のようなツノを持つ、ミソも抜群の味わい。  
磯の味チャンポコ  
磯の風味を届ける、クボガイなどの巻き貝。



友人・知人、仲間とワイワイ

尾鷲市栄町6-9 ☎0597-22-2666 17:30~24:00 不定休

# あけぼの鮨

日本料理のセンスが輝く、  
端正な仕事ぶり

尾鷲の寿司店で一番歴史のあるあけぼの鮨は、和モダンな落ち着いた空間。2代目・井上雅博さんは、18歳で名古屋の懐石料理で修行を積み、尾鷲に戻って父親と店を切り盛りしてきた。昼には手頃な定食があり、夜はお酒とともに会席や一品料理を味わえるとあって、遠方からも定期的に訪れるファンがいる。ネタケースに並ぶネタは熊野灘の豊潤そのもの。「夏場のアカウニやイサギもいいですよ。トロール船で捕れる手長エビやタカアシガニなど、尾鷲にはよそで出まわらん珍しいものが食べれますし」と大将。深海もの店の評判にひと役買っている。



和食・板さんの腕を  
遺憾なく発揮

握り(盛合せ)3100円  
ガスエビ、マグロ、アジ、数の子、イクラ、ウニ、鳥貝、オニエビ、赤貝、ヒラメ、巻物



特別な人を招待するにもぴったり

尾鷲市中央町9-55 ☎0597-22-0376  
11:00~14:00、16:00~22:00 月曜休み カード可



キミイワシ(キビナゴ)

銀色に輝く身は、産地ならではの酸味。丁寧に開いて腹骨を取る職人技で、刺身はさっぱりとしていくらでも食べられる。酢醤油もいい。



友人・知人、仲間とワイワイ

尾鷲市栄町6-9 ☎0597-22-2666 17:30~24:00 不定休

深海の蝦三味



手長エビ(アカザエビ)

身のコリコリ感とねっとり感がたまらない。長い手を持つ容姿も合わせ、伊勢エビにも劣らぬ高級食材。



オニエビ(ミノエビ)

エビのミソと甘辛く煮詰めたツメがマッチし、濃厚な味を醸し出す。鮮度のいいときに頭を処理する。



ガスエビ(ヒゲナガエビ)

口に余韻が残る、とろりとした味わいが身上。シャリになじむやわらかさ、ほのかな甘みと繊細さを堪能。



## 寿司豆知識

注文… 予約時に予算と苦手なネタを伝えておくと、おまかせにしてもハズレはない。予算内でどれぐらいお寿司が出てくるのか尋ねておくとベター。メニュー表が時価の店で大将や店員さんに値段を尋ねても失礼にはあたらないが、周りのお客さんに聞こえないように。

符牒… お茶のことは「あがり」、会計時の「おあいそ」、醤油は「ムラサキ」、品切れを「ヤマ」。これら専門用語ともいえる符牒(ふちょう)の多くは、本来職人さんが使用する言葉。「おあいそ」は客が帰る=愛想を尽かされたと表現したこと由来するので、控えた方がよい。

【註.1】寿司は旬の料理。時期によりネタは変動。魚がなければ休むこともあり。  
【註.2】魚の名前は、尾鷲での呼び方で表記。カッコ内は正式名称。