



# かもがわポータルマガジン Kamozine

鴨川をもっと×2 楽しむ!おもしろポータルマガジン

編集 / かもナビ実行委員会かもジン制作班×かもがわプロモーション室

# かも春号

2010.1.1

Take Free

金目鯛vs海藻 (3面)

あったか、立ち寄り湯 (4・5面)

サーフィンのアツい海 (6面)

一足お先に  
かも春、到来!

おらが井大使、誕生! (2面)

山本 益博さん

かがやく! 鴨川人  
房州ひじきをブランドにした男  
斎藤 衛さん (3面)

外房開運波乗り神社巡り、スタート! (7面)

鴨川をもっと楽しむ方法:「かもチャリ」 (6面)

セールスレディ愛称募集 (6面)

かも春のイベント情報 (7面)

とっておきの鴨川ほりだしモノ (8面)

鴨川のイベント・観光のお問い合わせは

鴨川駅前観光案内所 ☎ 04-7092-0086

天津小湊観光案内所 ☎ 04-7095-2218

かもナビコードを入力して、各スポットの情報にかんたんアクセス!

かもがわナビにアクセスして、Kamozineに記載されている [かもナビコード] を入力すると、そのスポットの詳しい情報を見ることができるよ!

鴨川のすべてを見る! 探す! わかる! かもがわナビ <http://kamonavi.jp>



### わかしお通信①

鴨川の「食文化研究会」が立ち上げ、市内の五十軒ほどの店舗が参加している「おらが丼」の旗振り役として、このほど「おらが丼」大使を拜命した。

「おらが丼」は、鴨川の特徴を生かした、外房の海の幸をふんだんに盛り込んだどんぶりを目につくが、「研究会」の皆さんからお話をうかがっても、いまだにコッペリがはつきりしない点がちょっと気になるのである。

ここいらで、ひとつ「おらが丼」のコッペリ、共通認識を確かめ合う必要があるのではなからうか。例えば、いくつかの条件をつけ、それに当てはまったものを「おらが丼」プレミアムとして、特別枠を設けるのはどうだろうか。

わたしはどんぶりものが大好きで、週に二回は昼にどんぶりものを食べてい

る。なぜそれほど好物かと言えば、ごはんがなにより好きだからである。つまり、どんぶりものの基本はごはんが美味しいことにある。海鮮がどんなに上等でもごはんが美味しくなくては、食が進まない。反対に、ごはんが美味ければ魚介の質が最上でなくとも、どんぶりは美味しく食べられるのだ。店主、料理人はこのことを肝に銘じなくてはならない。幸い、鴨川には長狭米という明治天皇に献上したといわれる米がある。それでなくとも、千葉の米は上質である。

さらに、千葉は醤油の名産地ではないか。それなら、安いばかりで香りと旨味に乏しい、一リットル三〇〇円程度のお醤油風味調味料は避け、県産の香り高い本物の醤油を使うのはいかがだろうか。この米と醤油をクリアしたものに「おらが丼」



山本 益博 (やまもと ますひろ)

1948(昭和23)年に東京の下町、浅草・永住町(現在の台東区元浅草)に生まれる。1982年、「東京・味のグランプリ200」を講談社より出版し、料理を作る研究者としてではなく、「毎日、外で食べていけば食っていい」という不思議な職業「料理評論家」を確立。長年にわたるフランス料理を紹介する仕事が評価され、2001年にはフランス政府より「農事功労勲章シュヴァリエ」を受勲。「美味しいものを食べるより、ものを美味しく食べる」をモットーに食卓を共にする時間を楽しむ「食時會」や生産者を講師に招いての食材塾を開催。

## 「おらが丼」大使を拜命

山本益博

プレミアム的称号を与えるのだ。これぞ、まさしく千産千消。美味しいお米と質の高い醤油に、活きのよき抜群の魚介をあわせたら、「おらが丼」は鬼に金棒ではないか。

Q: 四九店舗のおらが丼加盟店が、同じ目標に向かって進むために大切なことはなんですか。

高橋会長 亀田前会長の「食」で地域活性化を目指す情熱に人々が集まり、共に汗を流してきました。全国という新たなステージに進めるのも、前会長をはじめ、食文化研究会

Q: 「おらが丼」は加盟店の自主性を尊重する仕組みをとっています。高橋会長 おらが丼が目ざされることは地域にとっても歓迎すべきことです。例えば、決まった店舗ばかりが取材対象となっているのであれば、他店も良い部分を見習い、品質向上に努め、おらが丼全体が良くなるよう、切磋琢磨していきたいと考えています。

おらが丼は商売ありきではなく、まずは地域活性化、地域貢献の気持ちを持ちたいと思います。おらが丼で鴨川を知り、自分のお店を知っていただき、食事を楽しんでいただく、またご来店いただくことで次につながっていくと考えています。

Q: 二〇〇五年五月に始まった、おらが丼。当時、やがて全国進出を果たすまでに成長することをだれが予想できたのでしょうか。「食」による地域活性化を形づくり育ててきた、高橋会長率いる食文化研究会の挑戦は、これから新たなステージを迎える。

全国丼サミットに参加することによって、今までにない経験をし、その経験をもとに今後の展開を具体化していきたいと思っています。また、料理評論家の山本益博氏に「おらが丼大使」を依頼したことにより、おらが丼が大きく動き出します。山本氏のアドバイスをうかがいながら、メニューづくりから宣伝方法までを実践し、おらが丼を向上させ、鴨川の地域活性化がさらなる飛躍を遂げるよう努めていきたいと思っています。



### 「おらが丼」のおきて

- 一、素材は現地のものを主体とする。地元産品の育成に寄与する。
- 一、季節感を失わない。
- 一、健康を意識した商品づくりを忘れない。
- 一、入荷がなければ、その日は欠品であっても致し方なし。下手な小細工は禁物。
- 一、お互いの品質、販売価格の適正化を守り、観光客の方々から不審を抱かれるような行為があってはならない。

### 鴨川市商工会食文化研究会

## 高橋正之会長にきく

二〇一〇年二月二十四日に石川県で開催される「全国丼サミット」に、鴨川食べ歩き「おらが丼」の参加が決まった。「我が家自慢の丼」という意味を込めたおらが丼は「鴨川自慢の丼」となり、全国区へと進出する。「食」を通じた地域活性化を目指し、二〇〇三年から約二年の準備を経て、二〇〇五年五月にスタートしたおらが丼。インパクトのあるネーミング、強烈な存在感の真っ赤なほり、それぞれのお店が心を込めて自慢の一杯を提供する。

そんな「おらが丼」を牽引する、鴨川市商工会食文化研究会 高橋正之会長にお話をうかがった。

Q: 「おらが丼」を全国に知らしめるために、なにか宣伝をされているのですか。

高橋会長 実は今まで宣伝らしい宣伝はしていません。ちばテレビや木

更津ケーブルテレビなどのローカル局にとりあげられ、県内で「おらが丼」が知られると、口コミで段々と広がっていききました。その後、「おらが丼」に興味をもつ自治体や商工会などの方々も全国各地より視察にいらつしやいました。例えば、北海道の青年会議所が「おらが丼」の視察にわざわざ鴨川にいられたこともありました。そんな中で「食」によるまちおこしの取り組みとして、「おらが丼」がNHKの全国放送で放映され、全国の方々の目にふれることとなりました。

取材や視察を希望される方々からの連絡がなによりうれしく、心を尽くして対応してきました。テレビ取材で訪れた記者の方が後日改めてプライベートで来てくれたこともありました。

人づて、口コミがいかに強いものか、実感しています。

Q: 「おらが丼」は加盟店の自主性を尊重する仕組みをとっています。高橋会長 おらが丼が目ざされることは地域にとっても歓迎すべきことです。例えば、決まった店舗ばかりが取材対象となっているのであれば、他店も良い部分を見習い、品質向上に努め、おらが丼全体が良くなるよう、切磋琢磨していきたいと考えています。

おらが丼は商売ありきではなく、まずは地域活性化、地域貢献の気持ちを持ちたいと思います。おらが丼で鴨川を知り、自分のお店を知っていただき、食事を楽しんでいただく、またご来店いただくことで次につながっていくと考えています。

Q: 全国丼サミット、そしてこれらのおらが丼について考えるところをおきかせください。

高橋会長 おらが丼のほりはお客様を心から迎え入れる目印のような役割。おらが丼への期待はますます高まってくるでしょう。地産地消だけでは当たり前になってきているいま、新たな鴨川の魅力を加え進化したおらが丼を提供していきたいと考えています。

全国丼サミットに参加することによって、今までにない経験をし、その経験をもとに今後の展開を具体化していきたいと思っています。また、料理評論家の山本益博氏に「おらが丼大使」を依頼したことにより、おらが丼が大きく動き出します。山本氏のアドバイスをうかがいながら、メニューづくりから宣伝方法までを実践し、おらが丼を向上させ、鴨川の地域活性化がさらなる飛躍を遂げるよう努めていきたいと思っています。



### 鴨川豆知識

清澄寺(エリアMAP F-2)の旭が森は本州では富士山と並び、一番早く(午前6時45分)初日の出を拝める場所です。日蓮聖人が立教開宗の一声をあげた場所としても知られています。全国朝日百選にも選ばれています。

# 赤コーナー 金目鯛 VS 海藻 青コーナー

キンメダイ目キンメダイ科所属 房総沿岸深海に生息  
煮付・焼物・刺身・鍋物・干物・揚物など  
オールラウンドプレイヤー

●金目鯛は比較的新しい魚

金目鯛の歴史は比較的新しい。深海魚のため、かつてはその生息が詳しくわからず、鴨川で本格的に漁獲されるようになったのは戦後、魚群探知機が普及してきた頃からだという。金目漁では百数十本の枝分かれした糸の先についた針に、短冊上に切り染色したイカを引っ掛けた仕掛けを用いる。中心の糸の長さは150m以上。それを深海へと落とし、金目鯛を釣り上げる。

午前中市内の漁港を訪ねると金目鯛の水揚げの様子を見ることができる。

●かも春の金目鯛は鍋に最高!

金目鯛は一年を通じて漁獲されるが、房総では10月～翌年6月に解禁期間が設けられている。かも春(1～4月)はまさに金目鯛がおいしくなっていく季節。冬場の

金目は比較的あっさりしており、鍋物に最高だ!

5～6月頃には子持ちの金目鯛となり、最も脂がのってくる。

●金目鯛はしっぽで見分けろ!

元漁師の地魚料理「船よし」ご主人によると、おいしい金目鯛を見分けるポイントはしっぽとのこと。しっぽの根元の肉付きが良い金目鯛は脂が多く、おいしい。逆に肉付きの悪い金目鯛は脂のりが少ない。鮮魚店に行ったら、要チェックだ。

●金目鯛をおいしく食する

王道の食べ方はなんと言っても煮付け。醤油と砂糖で煮た金目鯛は絶品である。ほかにも塩焼き、味噌漬、刺身、鍋、干物、フライなど、さまざまな食べ方でおいしく味わえる金目鯛はまさにオールラウンドプレイヤーだ。



褐藻綱所属 主に岩場などに生息  
みそ汁・サラダ・麺など  
さまざまな具材に化けるユーティリティプレイヤー

●かも春はノリ、ヒジキ、ワカメ

季節によって採れる海藻も変わっていく。一年の前半だけを見ても、12～2月はノリ類、2月末～3月はヒジキ、3月末～4月はワカメ、5～6月はテングサとバラエティに富んでいる。

中でも3月頃になると鴨川の岩場は成長したヒジキで茶色に染まる。この季節に見られるヒジキ刈りは春の風物詩の一つである。

●鴨川の一年はハバノリから

房総では「ハバがなければ正月が始まらない」と言われる。ハバノリは「幅」ということばにかけて縁起物として、この地域のお正月には欠かせない食べ物である。近年は消費量も減ってきているが、普通のノリに比べて、磯の香り、食感の強いハバノリは後世に伝えていきたい食文化だ。

●工業用原料でも活躍

夏に採れるナガマタやツノマタといった海藻は漆喰に練り込まれる接着剤としても多く使われていた。江戸時代には人体への親和性、抗菌性に注目し、手術の際の縫合糸にも用いられていたらしい。工業用原料にも化けてしまう海藻。恐るべきユーティリティプレイヤーである。

●海の恵みがつまった海藻は生命の源

海藻は海の恵みがつまった生命の源である。ミネラルを多く含み、母なる海のエネルギーに満ちあふれている。秋には台風の荒波で沖に流された海藻が魚たちのすみかとなる。食用

●海藻カレンダー

1月	ノリ類	ハバノリ	ヒジキ	ワカメ	テングサ	ナガマタ	ツノマタ
2月							
3月							
4月							
5月							
6月							
7月							
8月							
9月							
10月							
11月							
12月							



2～3月に見られるヒジキ刈りはかも春の風物詩

としてだけでなく、さまざまなかたちで生命を育んでいる。近年、海藻の健康効果にも注目が集まっている。高血圧や糖尿病、骨粗しょう症の予防や改善などにも良いとされ、数年前には寒天が空前のブームになった。鴨川をはじめとする南房総はかつて海藻からアルギン酸を抽出する産業で栄えた時代もあった。海に囲まれた日本で発展した海藻文化を守っていききたいものである。

金色に輝く目、赤々とめでたい色鮮やかな金目鯛。海のミネラルをいっぱいにつつまれたヘルシーな海藻。どちらも一くも四月のかも春を代表する海の幸である。ついに両者の豪華な対決がかもマガジンで実現!!



対決結果 両者勝利

注目の対決は両者の圧倒的な勝利に終わった。さらに金目鯛×海藻という最強のタッグが結成された! かも春には両者を味わいに鴨川を訪れてほしい。

[取材協力] 地魚料理「船よし」  
☎ 04-7094-2703  
エリアMAP かもナビコード F-3 KSHO4150

[取材協力] 斎武商店  
☎ 0120-22-1566  
エリアMAP かもナビコード F-3 KSHO4024

金目鯛の煮付け

[ワンポイント・アドバイス]

1. 水にしょうゆ、砂糖を入れ、沸騰させる。
2. 沸騰したら、尾頭付きの金目鯛を鍋に入れる。
3. 落しふたをして、煮汁に多少ねばりが出る程度まで煮たらできあがり。

- ◎金目鯛は比較的小さみの少ない魚なので、酒やショウガは入れなくても良い。
- ◎魚臭さが出てしまうので、完全にふたはしない。
- ◎切り身よりも尾頭付きの姿煮の方がおいしい。
- ◎煮すぎるとかたくなるので要注意!

「船よし」さんでは金目鯛の煮汁を何度も使うのだという。煮るごとにしみ出る金目鯛の出汁が煮汁をどんどんおいしくしていくからだ。



綺麗を助ける分子式 (C<sub>6</sub>H<sub>8</sub>O<sub>6</sub>)<sub>n</sub>

日々多忙で、美容のために時間を割けず、かろうじて洗顔後の化粧水とお出かけ前の簡単な化粧くらいしかしなくても、この分子式はひそかに綺麗を助けてくれている。別名・E400、この分子式の正体は、アルギン酸。保水作用が期待できるため、市販の化粧品ほとんどに使用されているとか。緑の下の力持ちのアルギン酸の活躍に感謝しつつ、そのお力の恩恵を存分に受ける方法を～ながまた(海藻:昔から漁民が健康食として親しんできたながまた。整腸作用は折り紙付き。)を

1リットルの水に対し5g入れ、10～20分煮出したエキスを飲む。(においが気になる場合は、レモンやちみつなどを加えて) 続けて飲めば、体の内側からきれいになること間違いなし。ちなみに、ながまたは房総沿岸の特産物。まずはながまたを手に入れるために、つまり綺麗を手に入れるために、房総へ向おう。



\*BEAUTE = フランス語で美容 / 美しいという意味。



かがやく! 鴨川人  
房州ヒジキをブランドにした男  
斎武商店 社長 斎藤衛

かつて全国最低ランクと酷評されていた「房州ヒジキ」を一躍ブランドにした立役者の一人が斎武商店 社長 斎藤衛さんです。社長に就任した昭和50年当時、房総産のヒジキの評価は低く、海外産の安価なひじきにも押されて、市内の水産加工業は衰退の一途をたどっていました。危機感を募らせた斎藤社長は全国を行脚し、房総産のヒジキを紹介してまわりました。

また、刈り取り後、すぐに加工するという鮮度を保つ工程を採用し、品質の向上にも努めました。努力が実り、いまでは「房州ヒジキ」はブランドにまで成長しました。しかし、時代の変遷の中で水産業は依然厳しい状況におかれています。日本の食文化を守りたい、房総の海藻の良さを伝えたい。斎藤社長の挑戦はまだ続きます。

# 鴨川エリアMAP

## 長狭エリア

**花摘み情報**  
**みんなの里・食用菜花摘み**  
 エリアMAP かもナビコード  
 C-3 SPNG0002  
 1月中旬～2月下旬予定  
 (9:00～15:00)  
 食用菜花を袋いっぱい摘み取って、春の滋味をお持ち帰りください。(1袋200円)  
 問合せ：みんなの里  
 ☎ 04-7099-8055

## 太海・江見エリア

**立ち寄り湯** ※立ち寄り湯は、利用状況により営業時間等が変更となる場合がございます。施設への事前予約をおすすめいたします。

施設名	温泉有無	露天有無	料金	利用時間	問い合わせ	エリアMAP かもナビコード
民宿こはら	有	無	¥300	10:00～21:00	☎ 04-7092-1080	E-5 [6] MIFO0001
高鶴山荘	有	有	¥650	10:00～22:00	☎ 04-7092-9271	C-4 MIFO0010
チザンリゾート鴨川	有	有	¥500	15:00～21:00	☎ 04-7092-1341	E-5 [6] RKFO0005
海辺の宿恵比寿	有	無	¥1,050	8:00～20:00	☎ 04-7092-2226	E-5 [6] RKFO0006
磯の宿とほほう	有	有	¥1,050	11:00～21:00	☎ 04-7092-1143	E-5 [6] RKFO0007
曾呂温泉旅館	有	無	¥1,000	10:00～18:00	☎ 04-7092-9817	D-4 RKFO0009

**花摘み情報**  
**鴨川オーシャンパーク・花摘み**  
 エリアMAP かもナビコード  
 D-5 SPFE0001  
 2月～4月予定(9:00～15:00)  
 今春から道の駅で花摘み体験はじまります！  
 ※金額は1本単位  
 問合せ：道の駅鴨川オーシャンパーク  
 ☎ 04-7096-1911

**花摘み情報**  
**花の駅・花摘み**  
 エリアMAP かもナビコード  
 D-5 SPFE0010  
 12月下旬～4月上旬予定  
 (9:00～16:00)  
 ストック40円、ポピー20円、  
 キンセンカ40円、ハウス栽培の  
 キンギンソウは100円です。  
 ※金額は1本単位  
 問合せ：ファーマーズショップ  
 かもがわ花の駅  
 ☎ 04-7096-0417

**立ち寄り湯** ※立ち寄り湯は、利用状況により営業時間等が変更となる場合がございます。施設への事前予約をおすすめいたします。

施設名	温泉有無	露天有無	料金	利用時間	問い合わせ	エリアMAP かもナビコード
かんぼの宿鴨川	無	無	¥700	10:30～20:00	☎ 04-7092-1231	E-3 RKKA0003
鴨川館	有	有	¥3,800	11:00～22:00	☎ 04-7093-4111	E-3 RKKO0001
鴨川シーワールドホテル	有	無	¥735	14:00～18:00	☎ 04-7092-2121	E-3 RKKO0002
鴨川グランドホテル	有	有	¥1,260	11:30～22:00	☎ 04-7092-2111	E-4 RKKO0003
魚眠庵マルキ本館	有	有	¥800	8:00～10:00 12:00～19:00 20:00～22:00	☎ 04-7093-2181	E-4 [4] RKKO0008
粟斗温泉	有	無	¥1,100	10:00～20:00	☎ 04-7092-1451	E-3 SPKM0048

**花摘み情報**  
**菜の花摘みプレゼント**  
 1/20～3/20(10:00～13:00)  
 おひとり10本まで、菜の花摘みを無料で  
 体験。つぼみは食用としても。  
 問合せ：鴨川市観光協会  
 ☎ 04-7092-0086

**立ち寄り湯** ※立ち寄り湯は、利用状況により営業時間等が変更となる場合がございます。施設への事前予約をおすすめいたします。

施設名	温泉有無	露天有無	料金	利用時間	問い合わせ	エリアMAP かもナビコード
秘湯の宿 白岩館	有	有	¥800	11:00～15:00	☎ 0439-39-2666	F-1 STKY0001

## 清澄エリア

**立ち寄り湯** ※立ち寄り湯は、利用状況により営業時間等が変更となる場合がございます。施設への事前予約をおすすめいたします。

施設名	温泉有無	露天有無	料金	利用時間	問い合わせ	エリアMAP かもナビコード
魚彩和みの宿三水ホテル	有	有	¥1,050	11:00～14:30	☎ 04-7095-3333	G-3 [1] RHAK0002
満ちてくる心の宿吉夢	有	有	¥1,200	11:00～17:00	☎ 04-7095-2111	G-3 [1] RHAK0003
こみなと漁師料理海の庭	有	有	¥420	15:00～20:00	☎ 04-7095-2611	G-3 [1] RHAK0005
鴨川ホテル三日月	有	有	¥700	11:00～21:00	☎ 04-7095-3115	G-3 [1] RHAK0006
豊明殿(要予約)	有	有	¥800	8:00～21:00	☎ 04-7095-2334	G-3 [1] RHAK0010
宿中屋	有	有	¥1,000	13:00～20:00	☎ 04-7094-1111	F-3 [2] RHAK0012
鴨川ヒルズリゾートホテル	有	有	¥700	11:00～21:00	☎ 04-7094-2535	F-3 [2] RHAK0013

## 天津小湊エリア



**鴨川豆知識** キンメダイ(金目鯛)はキンメダイ目キンメダイ科に属する深海魚です。金色に輝く目に赤い魚体からキンメダイと呼ばれていますが、マダイやクロダイなどのスズキ目タイ科とは異なる種類なのです。キンメダイは鴨川の代表的な冬の味覚。脂の乗ったキンメダイは絶品です。

**鴨川豆知識** 太海には100年以上前から伝わる節分の行事があるらしい。

解説は6面

# プロサーファー・小川直久が語る かも春、サーフィンの



湘南と並び、日本サーフィン発祥の地と言われる鴨川。

鴨川の波に魅せられた多くのサーファーが一年を通じて訪れている。

鴨川市天津出身、世界で活躍するプロサーファー・小川直久さんが鴨川の海について熱く語ってくれた。

# アツい海!

## 小川直久 (プロサーファー)

1972年、天津小湊町(現鴨川市)天津に生まれる。  
1988年、全日本選手権ボーイズクラス優勝。1990年にプロ転向後、世界的なプロサーファーとして各大会でチャンピオンを獲得するなど、活躍。2001年にはパイプラインマスターズで日本人初の満点(10ポイント)ライドを果たす。  
鴨川生まれ、鴨川育ち、鴨川を愛する誇り高きサーファーである。

## ●かも春(1~4月)の海は絶好の練習チャンス!

気温・水温の下がる1~4月はサーフィンも敬遠しがちであるが、実は練習するには絶好の季節。「冬がんばると夏にかけて上達する」と言われている。夏から秋にかけての台風シーズンほどの波の大きさではないが、コンスタントに波が割れ、練習には最適なのだという。さらに大会の少ない季節なので、練習に専念できることが大きい。

## ●初心者へのアドバイス

これからサーフィンを始めようという方はまずは市内のサーフショップを訪ね、オーナーとお話したり、ショップ主催

のスクールを受けることをおすすめする。サーフボードのレンタルもある。最初から一人でやろうとすると、なかなか波に乗れず、楽しさを味わえないまま、あきらめてしまう人が多いという。基本をしっかりと学べば、自然と楽しさもついてくる。

## ●サーフ&ターフ

「サーフ&ターフ」ということばをご存知だろうか。サーフィンとゴルフを組み合わせた過ごし方。鴨川市内・周辺にはきれいなゴルフ場もある。サーフィンだけでなく、せっかく鴨川に来たのだから、観光スポットや食、温泉、宿などを楽しもう。

## ●映画「LONG CARAVAN」のロケ地

鴨川はサーフィンをテーマにした、EXILEのMATSUさん初主演の映画「LONG CARAVAN」を撮影したことで有名。小川さんはサーフィンの監修を務めた。MATSUさんはロケ以来、すっかり鴨川に魅了され、「鴨川は第二の故郷」とまで表現している。

近々、映画「LONG CARAVAN」の特別上映会を鴨川で開くかも...!?お楽しみに!

## ●自然への感謝が大切!

サーファーにとって、最も大切なことは自然への感謝の心だと小川さんは語気を強める。波に勝とうとしてはいけない。波に乗らせていただくという気持ちで臨む。海をきれいに保つこともサーファーの大切な使命。地元のサーファーは精力的に海岸清掃を行っているそうである。ゴミをポイ捨てするなど、海を汚す行為はサーファーにとって最も恥ずかしいこと。自分の出したゴミを持ち帰るだけでなく、ほかの人が落としていったゴミも拾って、みんなで気持ちの良い海をつくっていきましょう!



## 鴨川の水、ここがポイント!

- ◎海水がきれいであたたかい。
- ◎多彩なポイントがある。
- ◎ローカルルールが比較的少ない。
- ◎交通アクセスが良い。

## ■主なサーフポイント

〈鴨川エリア〉	エリアMAP	
マルキ	E-3	…多くの大会が行われる有名ポイント
グランドホテル下	E-4	
河口	E-4	
シーサイド	E-4	…初心者向け
〈江見・太海エリア〉		
京王マンション下	C-5	
〈天津小湊エリア〉		
城崎海岸	F-3	…ほかのポイントが荒れている
内浦海岸	G-3	ときでもできる場合あり (海水浴シーズンを除く)

## ■サーフショップ

	エリアMAP	かもナビコード
T S F	E-3	SURF0010
glassea	E-3	SURF0011
grace	E-4	SURF0012
Kawai Surf Gallery	E-4	SURF0013
NONKEY	E-4	SURF0014
Bloom	E-4	SURF0015
Waicoco	E-4	SURF0016
DA Nalu	C-5	SURF0017
セタス	E-4	SHKM0033

## 鴨川セールスレディの愛称を募集します。

鴨川市観光協会では、鴨川の魅力をたくさんの方々に伝えるため、「セールスレディ」の活動を始めました。皆様に、「セールスレディ」を応援していただきたく、この機会に愛称を募集致します。

呼んで楽しい、呼ばれてうれしい、鴨川セールスレディの愛称を、お待ちしております。

応募方法：応募される方の、氏名・年齢・住所・電話番号を明記の上、下記へお送りください。

〒296-0001

千葉県鴨川市横渚 945-2

鴨川市観光協会「愛称」係宛

FAX 04-7093-1809

E-mail (専用アドレス)

promotion@resort-kamogawa.net

応募締切：平成22年3月15日必着

発表：平成22年3月20日

※かもがわナビにて発表します。

賞品：名付けていただいた方に、ペア1組で、セールスレディが選ぶ鴨川1泊2日の旅をプレゼント。他、10名様にセールスレディ特選名産品をプレゼントします。



応募アドレスはこちらから



## 鴨川をもっと楽しむ方法：「かもチャリ」

平成21年9月から始まった、鴨川をもっと楽しむ「かもチャリ」・レンタサイクル。電動アシスト付自転車、坂も長距離も楽々サイクリング。花や磯の香りをおいかけ、春の鴨川を滑走しませんか?

## 利用料金：

- 半日 ¥500 (最大4時間)
- 1日 ¥1000 (最大8時間)
- 1泊 ¥1000 追加 (翌朝午前10時までに返却)

## かもチャリ貸出所：

### ① JR安房鴨川駅前案内所

エリアMAP かもナビコード

E-4 ③ SPKM0032

(鴨川市横渚 945-2/ ☎ 04-7092-0086)  
JR安房鴨川駅すぐ。お荷物預かりも承ります。(かもチャリ利用の場合のみ)

### ② 天津小湊観光案内所

エリアMAP かもナビコード

G-3 ① SPAK1002

(鴨川市内浦 405-16/ ☎ 04-7095-2218)  
JR安房小湊駅から海に向かって徒歩5分。

### ③ みんなみの里

エリアMAP かもナビコード

C-3 SPNG0002

(鴨川市宮山 1696/ ☎ 04-7099-8033)  
安房鴨川駅前日東バス乗り場から路線バスにて20分。

## 御予約・お問い合わせ：

☎ 04-7092-0086

鴨川市観光協会かもチャリ事務局

ホームページ：http://kamonavi.jp/ja/kamochari/



## 鴨川豆知識

太海地区(エリアMAP E-4)では毎年節分の日に「どんと焼き」が行われ、100年以上も前から越年(おとし)行事として伝えられています。青竹や茅によって組まれた高さ約6mのやぐらに午後6時一斉に火をつけ、古い正月飾りなどを燃やし、厄祓いや大漁・豊年などを祈願します。

## 開運波乗り神社御朱印めぐり、スタート!

館山から銚子までの太平洋岸、外房地区に鎮座する14の神社が参加して、このお正月から「開運波乗り神社御朱印めぐり」がスタートします。参加神社にて特製の御朱印帳を手に入れ、神社にお参りしながら、御朱印をいただいて巡ります。道中には楽しい観光スポット、おいしい食、あたたまる温泉など、盛りだくさん。霊験あらたかな神社で良い気をいただきながら、外房路をお楽しみください。

14社すべての御朱印を集めると満願となり、結びの神社で紙絵馬を奉納できます。

鴨川からは エリアMAP かもナビコード  
天津神明宮 F-3 SPAK0001

が参加しています。詳しくは観光案内所や道の駅などで配布されているチラシをご覧ください。

●お問い合わせ  
外房地区神社振興委員会  
☎ 0475-42-2711 (玉前神社内)

## かも春(1~4月)のイベント情報

1/1-3/31 鴨川市内全域  
**鴨川食べ歩き「おらが井」早春の1品サービスキャンペーン**

わが店自慢のおらが井に1品サービス。かもがわナビのクーポンをご持参ください。

☎ 04-7092-0320 (鴨川市商工会)  
ホームページ: <http://kamonavi.jp>

1/2-5/5 (いちご) 2/1-5/5 (フルーツマト) 1月-3月 (食用菜花) 長狭エリア

### みんなみの里・春の味覚狩り

鴨川産のおいしいいちごやフルーツマトなど、春の味覚を御堪能ください。(料金は変動があります。お問い合わせください)

エリアMAP かもナビコード  
みんなみの里 C-3 SPNG0002  
☎ 04-7099-8033

1/1-3/31 天津小湊  
**小湊妙の浦遊覧船でくじ引き**

くじ引きで景品を進呈。また、乗船された方に、お土産店にて割引サービス。(一部除外品あり)

小湊妙の浦遊覧船協業組合  
エリアMAP かもナビコード  
G-3 SPAK0004  
☎ 04-7095-2318

1/5-2/4 鴨川市内全域  
**鴨川小湊温泉シャトルバスが期間限定お得な割引**

シャトルバス加盟宿にお泊まりのお客様に、期間中シャトルバス利用料の割引が。(片道1000円→800円)

☎ 04-7092-0086 (鴨川市観光協会)

1/20-3/20 鴨川  
**春の鴨川・手軽に菜の花摘み**

JR安房鴨川駅から徒歩20分。春日和を散策しながら菜の花畑へ。おひとり10本プレゼント。

☎ 04-7092-0086 (鴨川市観光協会)

1/5-3/31 天津小湊  
**春の小湊に泊まって、鯛を堪能**

期間中、小湊旅館業協同組合加盟旅館にお泊まりのお客様へ、金目鯛(または真鯛)のお料理をご用意します。

☎ 04-7095-2218 (小湊旅館業協同組合)

1/4-3/31 長狭  
**里山の恵みで芸術**

鴨川陶芸館にて、地元の天然素材を使った陶芸はいかがでしょう。絵付け体験・手びねり、電動ろくろで創作できます。(料金はお問い合わせください)

鴨川陶芸館  
エリアMAP かもナビコード  
A-3 KSH03069  
☎ 04-7098-0012

元日~ **初詣**

お正月にはお近くの神社・仏閣をお参りし、旧年中にいただいたおかげに感謝して、新しい年の無事平安をお祈りしましょう。三賀日(元日~3日)に家族そろってお参りすると良いでしょう。誕生寺 清澄寺 鏡忍寺 大山不動尊 天津神明宮 など、お近くの社寺

2/3 **節分会**

節分とは季節の変わり目のことで、特に立春(2月4日)の前日を指します。鰯の頭を柗の小枝に刺して戸口にさし、炒り豆を撒いて悪疫退散、招福を祈願します。鴨川市内の寺院でも節分会が行われます。

清澄寺 エリアMAP かもナビコード  
F-2 SPKY0001

誕生寺 エリアMAP かもナビコード  
G-3 SPAK0002

大山不動尊 エリアMAP かもナビコード  
A-3 SPNG0003



4/10 天津小湊  
**なぎなみ祭**

天津神明宮の東にそびえる、**なぎなみ**の頂に鎮まる**諾冉神社**の例祭(なぎなみ祭)が毎年4月8日に近い土曜日に行われます。年に一度の山開き。登拝された方には赤飯が振舞われます。

諾冉神社 エリアMAP かもナビコード  
F-3 JN011324



なぎなみ祭で振る舞われる赤飯

# Event Calender イベントカレンダー

日付	曜日	エリア	場所	イベント名称
1/1	金	江見太海	鴨川オーシャンパーク	ニューイヤーフェスタ (初日の出で新年を祝おう)
1/2	土	鴨川	JR安房鴨川駅前	新春もちつき大会
		長狭	みんなみの里	新春祭(神楽獅子舞)
1/3	日	江見太海	鴨川オーシャンパーク	ニューイヤーフェスタ
				新春祭(お琴演奏・お茶会)
1/9	土	長狭	みんなみの里	新春祭(餅つき大会)
				新春祭(ボン菓子大会)
1/10	日			羽根つき大会
1/11	月			新春祭(鏡開きお汁粉大会)
1/14	木	鴨川	甲子大黒天	八岡甲子大黒天祭
1/18	月	天津小湊	鯛の浦	鯛供養弁天祭
1/19	火	鴨川	白幡神社	湯立神事
1/23	土	江見太海	曾呂・星ヶ畑	エコツアー・星ヶ畑・高鶴山ハイクと水仙摘み
1/24	日			
1/28	木	天津小湊	浪切不動尊	初不動大祭
2/3	水	長狭	大山不動尊	節分会
		清澄	清澄寺	節分会
		天津小湊	誕生寺	節分会
2/6	土		曾呂・星ヶ畑	エコツアー・星ヶ畑・高鶴山ハイクと水仙摘み
2/7	日	江見太海	鴨川オーシャンパーク	スプリングフラワーフェスタ 鴨川の花「切花品評会」花摘み体験
2/11	木	長狭	みんなみの里	みんなみ・花祭り
2/12	金	江見太海	鴨川オーシャンパーク	スプリングフラワーフェスタ 鴨川の花「切花品評会」花摘み体験
2/13	土	長狭	みんなみの里	みんなみ・花祭り 「里山ハイキング」
				みんなみ・花祭り 「菜の花づくし」
				菜の花汁・イカ焼き実演販売
2/14	日	江見太海	鴨川オーシャンパーク	スプリングフラワーフェスタ 鴨川の花「切花品評会」花摘み体験
		長狭	みんなみの里	みんなみ・花祭り 「輪投げ大会」
2/16	火	天津小湊	誕生寺	宗祖ご降誕会
2/21	日	長狭	みんなみの里	みんなみ・加工品フェア
2/28	日	江見太海	太海	太海探訪・仁右衛門島と波太の路地ハイク
3/6	土	江見太海	西野尻地区	西野尻の大黒祭
		鴨川	鴨川シーワールド	レディースナイトステイ(大人の女性だけで水族館で過ごす魅惑のひと時)
3/7	日	江見太海	太海	太海探訪・仁右衛門島と波太の路地ハイク
3/13	土	鴨川	鴨川シーワールド	レディースナイトステイ(大人の女性だけで水族館で過ごす魅惑のひと時)
3/14	日	長狭	みんなみの里	みんなみ・創業祭
3/21	日	長狭	みんなみの里	お彼岸ばた餅販売
		江見太海	曾呂地区畑	曾呂地区畑の御祭
3/27	土			
3/28	日	鴨川	鴨川シーワールド	トロピカルな夜・水族館宿泊体験
3/29	月			
4/10	土	天津小湊	天津神明宮	なぎなみ祭(山開き)
4/11	日	鴨川	鏡忍寺	開山会
4/14	水	鴨川	諏訪神社	春市
4/15	木			
4/16	金	天津小湊	誕生寺	千部読誦会
4/25	日	長狭	吉保八幡神社	春市

# とっておきの 鴨川 ほりだし モノ

**さんが焼きおにぎりサンド** エリアMAP かもナビコード  
1食 ¥200 (税込) E-4 KSH01240

南房総の郷土料理「さんが焼き」をおにぎりにサンド！「さんが焼き」は新鮮なアジ・サバなどと味噌と一緒に包丁で細かく叩いて、ネギやショウガを混ぜ合わせ大葉を添えて焼きあげました。味噌とショウガが香ばしく、さらにキャベツのシャキシャキ感とマヨネーズがマッチして絶妙な味わいです。パリっとした大きめの海苔が食欲をそそります。JR安房鴨川駅前コンビニ「ニューデイズ」、国道128号線沿いのバイパス南総軒にて購入できます。



駅弁南総軒 鴨川市横渚 29  
☎ 04-7092-4651

**らーめん屋さんのカレーライス** エリアMAP かもナビコード  
1食 ¥682 (税込) G-3 FDAK0010

洋食のシェフだったオーナーのこだわりのカレーライス。カレールーを溶く際に、ラーメン用のスープを使い、きつね色に炒めた玉ねぎと豚肉をじっくり煮込みました。豚肉は口の中で溶けるほど柔らかく、見た目よりさっぱりとした味でコクがあり食べた後にピリッと辛い、本格派のカレーライスです。ラーメン屋さんとは思えない味をぜひ一度召し上がってください。他にもチャーシューたっぷりのチャーハンと、パリッと焼き上げた餃子がおすすめです。



らーめんタロー小湊店  
鴨川市内浦 1906  
☎ 04-7095-3395

**中野商店のいかの汐辛** エリアMAP かもナビコード  
¥500 ~ ¥600 (税込) F-3 KSH04095

天津漁港近くの水産加工の老舗中野商店、ここの汐辛のおいしさは地元では有名。もちろん酒の肴やご飯にもよく合いますが、白いご飯の上に塩辛ときざんだ大葉のをせ、そこに汁をかけるお茶漬け風はお酒の後に最高のメ。市内ではシーワールドやみんなみの里、海ほたるの売店でも買えるのでぜひお試し下さい。



お店にしか置いてないカワハギもおススメ、きつと酒飲みにはたまらないお店です。  
(有)中野商店  
鴨川市天津 1268  
☎ 04-7094-0052

**オーシャンパークPのところでん** エリアMAP かもナビコード  
1食 ¥300 (税込) D-5 SPFE0001

道の駅「鴨川オーシャンパーク」の横にある小さなお店、ここではこだわりの鴨川産とこでんが食べられる。毎年5月から8月にかけて鴨川の磯で採った天草を天日干しにし、2年以上寝かしたものを(口当たりが滑らなるらしい)2時間半ほど煮込み冷まし固めるという手間のかけよう。味も2種類でダシの利いた手作りポン酢かデザート感覚で食べられるあんみつのみ、ここにも店主の青木さんのこだわりが感じられます。

もちろんお持ち帰りもできます。  
鴨川市江見太夫崎 22  
道の駅鴨川オーシャンパーク駐車場横



**塩屋商店の天日干し さばひもの** エリアMAP かもナビコード  
1枚 ¥525 ~ (税込) (時季・漁獲による) G-3 KSH04154

実入トンネルの天津側入口付近にある塩屋商店では手づくりの自家製の干物を手に入れることができます。天然塩を用い、さらに魚によって塩の種類も変えるというこだわりようです。近年は海水の塩分濃度の変化により、塩の加減により細かな気遣いが必要とのこと。そんな干物の中でも「さばのひもの」は大きさからして、インパクトがあります。もちろん味も絶品。地物のさばはあっさりした味が特徴です。酸化防止剤不使用、無添加のため、お買上げ後はお早めにお召し上がりください。

塩屋商店  
鴨川市天津 3412-1  
☎ 04-7094-1358



**清澄ぎのこのヤマブシタケ** エリアMAP かもナビコード  
時価 F-2 GDKY0001

清澄ぎのこのご主人松本さんの「体にいい物を作りたい」という信念が形になったキノコのひとつがこのヤマブシタケ。近年の健康意識の高まりで耳にしたこともあると思うが、免疫力を高めたり体内の活性酸素を除去したり、最近では認知症治療にもヤマブシタケの成分が注目されています。「継続的に摂取した方が効果があるから」と粉末にして販売しているのが嬉しい。水や生育環境に工夫をこらして育てたシイタケやナメコも肉厚で美味しいですよ。

清澄ぎのこ 鴨川市四方木 233  
☎ 04-7094-0781



**田村農園のイチゴ狩り** エリアMAP かもナビコード  
C-3 KSH03102

房総の新春と言えばイチゴ狩り!! 田村農園では千葉県代表品種の「ふさのか」をはじめ「春訪」や「桜香」、定番の「女峰」や「とちおとめ」など10種類のイチゴが食べくらべできるのが特徴です。30分間食べ放題なので自分好みのイチゴを探しながら食べたり、特徴を観察するのも良いですよ。ご家族やカップルでぜひ楽しんでください。おみやげには田村農園の手作りイチゴジャム(525円)がおすすめです。

30分食べ放題料金:  
(2009年2月1日~3月31日)  
大人: ¥1300 (4歳以上) 小人: ¥650 (3歳以下)  
(4月1日~ゴールデンウィーク)  
大人: ¥1000 (4歳以上) 小人: ¥500 (3歳以下)  
田村農園 鴨川市南小町 2034  
☎ 04-7097-1162 営業時間 9:00 ~ 16:00 (不定休)



## ◀◀ Kamozine編集部からのお知らせ ▶▶

毎月20名様  
合計80名様  
プレゼント  
**Kamozine に投稿して「小湊温泉のうた」CDをゲットしよう!**

新感覚・鴨川ポータルマガジン「かもがわマガジン」(Kamozine)、鴨川ポータルサイト「かもがわナビ」(KamoNavi)では読者のみなさんからの感想やご意見、地域のみなさんからの情報などを大募集します!投稿くださったみなさんの中から毎月抽選で20名様、計80名様にこのたびリリースされた「小湊温泉のうた」CDをドド〜んとプレゼントします。貴重なCDをぜひゲットしてください。みなさんからの投稿、お待ちしております!!



- 応募方法
- ①インターネットから応募する  
鴨川ポータルサイト「かもがわナビ」(KamoNavi)より応募できます。  
http://kamonavi.jp
- ②郵送で応募する  
下記内容を記し、ハガキまたは封書にて「かもナビ実行委員会」宛にお送りください。  
□ご感想・ご意見、取材・掲載してほしい情報など  
□氏名  
□郵便番号  
□住所  
□連絡先電話番号  
送付先: かもナビ実行委員会 「小湊温泉のうた」CDプレゼント係
- 〒296-0001 鴨川市横渚 643-2 鴨川市商工会内  
\*切手代はご負担ください。
- 受付期間  
2009年12月1日~2010年4月30日
- 応募資格  
どなたさまでもご応募になれます。
- 抽選  
第1回 2010年2月上旬  
第2回 2010年3月上旬  
第3回 2010年4月上旬  
第4回 2010年5月上旬
- 当選発表  
賞品の発送をもって代えさせていただきます。  
お寄せいただいた情報(個人情報を除く)を掲載させていただきます場合がありますので、あらかじめご了承ください。

かもナビコード  
「Kamozine かも秋号」の鴨川エリアMAP(4・5面)にペンションフォーシーズン [PEFE0002] が掲載されておりました。ここに深くお詫びし、訂正いたします。

**Kamozine を応援してくださっている方々 (かも秋号)**

■賛助	■買取
寺尾自動車 寺尾 中乃見家 魚政 食事処なかむら 新倉	小湊旅館業協同組合 ひだまり INN 亀屋本店 天津神明宮 鴨川館 斎武商店 磯貝精米店 宿中屋 鎌田製菓

### Kamozine こぼれ話

かもがわポータルマガジン「かもがわマガジン」(Kamozine)も第三号を迎えました。読者のみなさん、地域のみなさんの反応をうかがいつつ、毎号試行錯誤を繰り返しておりますが、そのかきもあってポータルマガジンとして広く知られつつあります。▼今号は「かも春号」として、一〜四月の新春、早春、春の話題を取りあげました。常春の国と言われるように、鴨川は一年を通して温暖な気候に恵まれています。真冬でも雪が降ることはめったにありません。一月からは早くも花が咲き乱れ、江見・太海地区のお花畑は花摘みを楽しむ多くの観光客の方々にぎわっています。▼食もまた見逃せません。近海で獲れる金目鯛をはじめ、海のミネラルたっぷりに育った海藻など、海の幸がとておいし季節です。二〇〇五年(平成十七年)より本格スタートしたおらが井には強力助っ人が登場!料理評論家の山本益博さんが「おらが井大使」になり、「かもがわマガジン」にもコラムをお寄せくださる事になりました。▼湘南と並び、日本のサーフィンの発祥地とされる鴨川。新春から早春の海はサーフィンの練習には最適とのこと。鴨川の海は夏だけでなく、一年を通して輝いています。▼鴨川には「冬」がない。「かもがわマガジン」をお供に、心も体もあたたまる「かも春」をお楽しみください。▼創刊一周年を迎える次号は「かも夏号」として、鴨川が熱く沸騰する季節、夏を特集します。(Y)

●応援くださる方  
1口2,000円 \*1口あたり最新号を10部進呈いたします。

●配布くださる施設の方  
1部30円(税込)(かも春号)  
\*1回20部以上のお申込をお願いします。

〈応援団についてのお申込・お問い合わせ〉  
かもナビ実行委員会事務局 ☎ 04-7092-0320

発行/社団法人鴨川市観光協会 〒296-0001 千葉県鴨川市横渚 945-2 ☎ 04-7092-0086  
かもナビ実行委員会 〒296-0001 千葉県鴨川市横渚 643-2 ☎ 04-7092-0320  
写真提供: 鈴木貴志氏、地魚磯料理うおまさ、クリスマスリヤマ

**鴨川豆知識** 東条地区の北縁の田園を東西に走る北部道路(エリアMAP D-3・E-3)沿いの田んぼでは地元の方々が菜の花を育て、だれでも自由に摘みとれる場所を提供しています。菜の花畑に立てられた立て札が目印。食用の菜の花です。マナーを守って、ご自分で楽しむ、食べる量を摘みとるようにしましょう。春の味覚をお楽しみください。