

いただきます！

石巻

インディーズ
フィッシュ

— おでかけ編 —

食べにくい、小さくて扱いづらい、なじみがないなど、本来はおいしく食べられるはずなのに、
様々な理由から利用価値を見出せずにいる未利用・低利用魚。Reborn-Art Festival では、
そんな一見メジャーではない魚たちをレアでユニークな存在である《インディーズフィッシュ》
と名付け、料理人やアーティスト、研究者らとそんな魚たちの存在や海について知っていく活
動「いただきます！石巻インディーズフィッシュ」を行っています。今回は、海につながる場
所に出かけ、実際に未利用・低利用魚に出会うことでその生態を知る体験講座「おでかけ編」
を開催します。料理人や研究者と一緒に豊かで広い石巻の海を訪ね、身近だけれどまだ知られ
ていないインディーズフィッシュたちの魅力に出会ってみよう。

第1弾

部位に注目！
ひと手間かけておいしくいただく

2024年

2.3 土 10:00-13:00

参加費無料

場所 はまさいさい (〒986-2341 石巻市荻浜家前75)

講師 阿部司 (割烹滝川)

第2弾

「海の厄介者？」
海藻・ホンワダラの住処へ行こう！

2024年

2.18 日 13:00-16:00

参加費無料

場所 はまさいさい (〒986-2341 石巻市荻浜家前75)

講師 鈴木英勝 (石巻専修大学理工学部生物科学科准教授)

第1弾

参加費無料

部位に注目！ひと手間かけておいしくいただく



講師：阿部司さん

photo:Takahiko Numata

食材としてポピュラーな魚であっても、頭や内臓など、調理や流通しづらいために破棄されがちな部位があります。それらを上手に使うことも、インディーズフィッシュの活用につながります。例えば、石巻の冬の味覚である「タラ」の頭や「ナマコ」のわた（内臓）も、扱い方次第でおいしい食材に変身するのだから。今回は料理人・阿部司さんを講師に迎え、ひと手間かけることで未利用部位をおいしくいただく、料理の実演や体験を行います。

2024年

2.3 土 10:00-13:00

場所 はまさいさい 定員 10人 講師 阿部司（割烹滝川）

持ち物 野外で活動して良い服装、飲み物

タラやナマコ、シウリ貝（ムール貝）、アカザラ（ホタテガイの仲間）に出会えるよ！



割烹滝川（石巻）。宮城県女川町出身。調理師専門学校卒業後、関東方面で修行。帰郷し、家業の水産加工事業に従事しながら、滝川の調理部を兼務。2011年、滝川4代目に就任。小中学校で郷土料理の授業を行うなど、地元の食文化を保存、発信する活動を行っている。石巻の身近な郷土料理を伝える本「たべる つくる 石巻（春夏版／秋冬版）」（日本家政学会）のレシピの聞き取り、調理再現を担当。石巻芽生会会長。

第2弾

参加費無料

やっかいもの

すみか

「海の厄介者？」海藻・ホンダワラの住処へ行こう！



講師：鈴木英勝さん

魚だけではなく、海藻にも「インディーズ」な存在があります。寒さ厳しい冬になると沿岸の磯周りにもくもくと茂り、磯漁に向かう小型船外機のプロペラに絡みつく海藻「ホンダワラ」もその一つ。今回は、石巻専修大学の鈴木英勝先生と一緒に船に乗って彼らの住処を訪ね、フィールドリサーチや実験を通して、漁師たちにとって厄介者と思われがちな海藻・ホンダワラの面白い生態をひもときます。厄介者が人類を救うかもしれません！

2024年

2.18 日 13:00-16:00

場所 はまさいさい 定員 15人 講師 鈴木英勝（石巻専修大学理工学部生物科学科准教授）

持ち物 野外で活動して良い服装、飲み物、酔い止め、濡れても大丈夫な手袋（海中からホンダワラを収穫する際に使います）

※活動内容に船での移動が含まれますので、必要な方は各自で酔い止めなどの対策をお願いします。

船の上では水飛沫が飛ぶことがあるため、カッパ類やタオル等もご持参ください。また、ライフジャケットは準備いたします。

ホンダワラに出会えるよ！



深海魚の研究者。石巻専修大学理工学部生物科学科准教授。宮城県生まれ、石巻専修大学大学院理工学研究科博士後期課程修了博士（理学）。平成14年、第43次南極地域観測隊専用観測船同行者として南極航海に参加（写真に映るのは南極で生息するコウテイペンギンの成体と同じ大きさのバルーンです）。仙台うみの杜水族館での深海魚展示協力、いしのまき子ども未来スクール2023ウインタースクール「石巻の深海魚博士になろう！～深海の生き物から見た石巻の漁業と海の問題～」の講師など、海の魅力や問題を伝える活動も行う。



専用フォーム

申込
方法

専用フォームかReborn-Art Festival事務局へのお電話にてお申し込みください。（予約制・先着順）

Reborn-Art Festival事務局 〒986-0812 宮城県石巻市東中里2丁目1-1 TEL 0225-90-4726 FAX 0225-90-4727

注意事項：出会うインディーズフィッシュは天候や海の状況により変更になる可能性があります。当日は広報や記録のために、写真や映像の撮影をさせていただく予定です。

主催：一般社団法人Reborn-Art Festival 助成：サントリー東北サンさんプロジェクト「みらいチャレンジプログラム」協力：割烹滝川、石巻専修大学