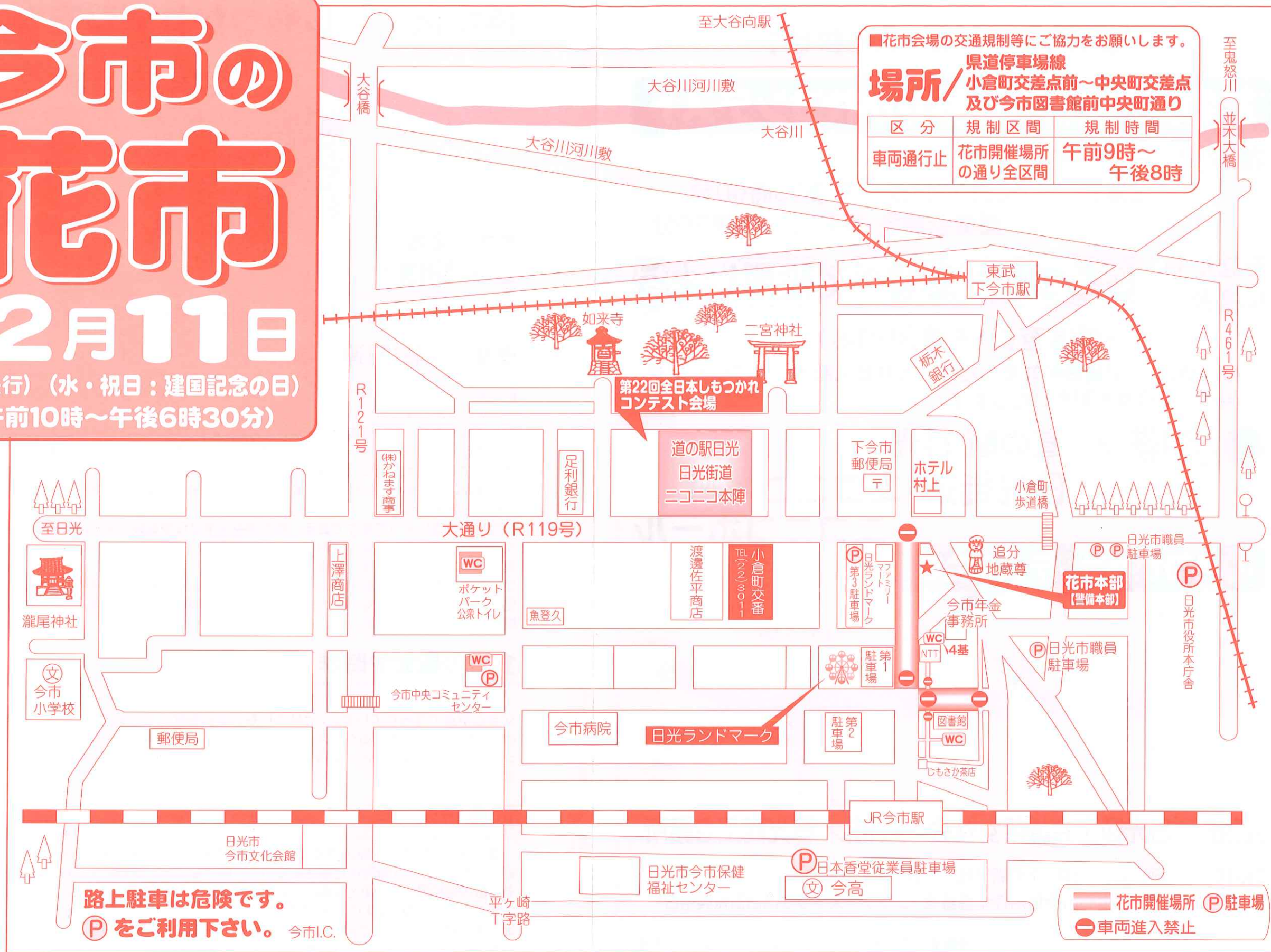


今市の花市

日時 **2月11日**

(雨天決行) (水・祝日：建国記念の日)
(午前10時～午後6時30分)

事務局／日光商工会議所 ☎(三〇)一二七二
今市花市実行委員会



■花市会場の交通規制等にご協力をお願いします。

場所 県道停車場線
小倉町交差点前～中央町交差点
及び今市図書館前中央町通り

区分	規制区間	規制時間
車両通行止	花市開催場所 の通り全区間	午前9時～ 午後8時

路上駐車は危険です。

(P) をご利用下さい。 今市I.C.

花市開催場所 (P) 駐車場
車両進入禁止

「しもつかれ」の鉄人を探せ！

第22回 全日本しもつかれコンテスト

■2月11日(水・祝)

試食時間：10時30分から午後13時00分

■審査発表・表彰式：13時30分

あなたも
有権者！

しもつかれを食べて投票しよう

〈一般審査員：先着350名〉

※感染症防止 混雑緩和対策のため、入れ替え制とさせていただきます、
当日、整理券を配布いたします。

●会場／ 道の駅 日光
日光街道 ニコニコ本陣
ニコニコホール

しもつかれコンテスト会場



主催／日光商工会議所女性会 共催／日光商工会議所

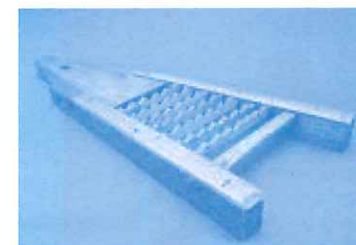
後援／ 日光市・(株)下野新聞社・(株)オアシス今市
日光市中心市街地活性化協議会・フラワーズプラザ商店街振興組合

※当日は混雑が予想されます。なるべく公共交通機関をご利用いただきますようお願いいたします。

栃木県

しもつかれ／シモツカレ

主な伝承地域



栃木県全域

主な使用食材

だいこん、大豆、塩引き鮭の頭、酒粕、ニンジン、油揚げ

歴史・由来・関連行事

栃木県を代表する郷土料理のひとつ。正月に食べた塩引きの頭や、節分に煎った福豆の残りの大豆などの残り物を使った、先人たちの智慧が詰まった一品である。かつては旧暦2月初午（はつうま）時に稲荷神社に供えるものとして作られ、その時期以外には作らないという禁忌が設けられていた。初午の頃は、野菜の端境期であり食材の調達が難しかった。残り物で作るしもつかれは、本来神様への供え物にはふさわしいものではない。そのため、普段は作らず神様への供物＝「変わりもの」とすることで、稲荷神社への供物として昇華させたと考えられる。

食材は地域によって様々である。栃木県央地帯から茨城県や鬼怒川下流域では、だいこん、大豆、塩引き鮭の頭、酒粕、ニンジン、油揚げを基本材料とする。埼玉県東部や千葉県北部、福島県南奥会津、但馬では、だいこん・大豆だけであり、その他、だいこん・大豆・塩引き鮭の頭の組合せや、だいこん・大豆・塩引き鮭の頭・酒粕のタイプもある。酒粕が用いられるようになったのは、造り酒屋が出現し、酒粕が流通するようになった江戸時代中期の頃といわれる。

食習の機会や時季

2月初午の前日に作り、初午に供え食していたものだったが、近年はそれに限らず、冬になると家庭で作られている。「七軒のしもつかれを食べると病気にならない」とまで言われ、だいこんに含まれるジアスターゼをはじめ、大豆のたんぱく質、塩引き鮭の頭のカルシウム、酒粕の糖分など、栄養価の高い食べ物で、日常のご飯のお供として親しまれている。

飲食方法

塩引き鮭の頭はよく洗い1度ゆでこぼし臭みを取る。圧力鍋で鮭の頭を煮たあと、厚手の鍋に材料を入れて1時間ほど煮込んでいく。味がなじんだら酒粕を入れ調味料で味を整える。鮭の塩加減により加える醤油、塩は加減し、塩鮭の頭は焼いて使用してもよい。

また、煎り大豆の代わりにゆで大豆を用いるのもよい。温かい赤飯と一緒に食べると、ほどよい塩味と冷たさがよく合って、冷たいしもつかれは臭いも少ない。味がなじんで柔らかくなったら、酒粕を入れ、醤油、塩、好みで砂糖を入れ味を調える。