



鮑魚王國=大船渡

～大自然的恩惠與智慧的結晶～

大船渡市位於岩手縣沿岸南部，是一座以漁業聞名的城市，沿岸綿延著岬灣交錯、地形變化豐富的里亞斯式海岸。

本市沿岸的岩礁地帶發達，盛產鮑魚、海膽等豐富的岩礁性海洋資源，自古以來便以採貝與採藻漁業為主。

在大船渡灣，因擁有平穩優良的漁場環境，牡蠣、扇貝、海鞘等養殖漁業相當興盛。

此外，大船渡市魚市場每天都有沿岸定置網捕撈的新鮮漁獲運送入港，其中秋刀魚的漁獲量更是位居本州第一。

大船渡市不僅在縣內扮演物流與商流據點的重要角色，東日本大震災之後，更因其完善的衛生管理與鮮度控管機能受到全國矚目。

岩手縣以「鮑魚」與「海帶芽」的產量聞名全日本，其中鮑魚自古以來即被視為本地的特產。

市內所捕獲的鮑魚品種為「蝦夷鮑」，捕撈作業僅限於產卵結束後的11月至12月，由漁業協同組合統一規定，在約四天的期間內集中採捕。

鮑魚的年產量在1970年之前曾超過100公噸，但自80年代後急劇下降。為了恢復並增加鮑魚資源，設置了相關設施，努力提升生產量。

此外，市內企業也從事日本少見的陸上養殖鮑魚業，並將本地生產的鮑魚以鮮鮑、乾鮑等形式銷往國內外，將這項傳統漁業發展成地方重要產業，並以鮑魚為核心推動永續的地方發展。



文化廳2024年度食文化推廣培育事業

已被認定為「百年食物」之一。

【鮑魚肝貝殼燒】

利用當地自古流傳的方式，充分展現鮑魚肝風味的料理



視為地方的驕傲並持續傳承。

「鮑魚肝貝殼燒」

「百年食物」的

大船渡商工會議所把被認定為

食譜介紹

材料

- 鮑魚殼…………… 1個
- 白蘿蔔…………… 50克
- 味噌…………… 10克
- 鮑魚肝 (TOSHIRU) 160克
- 醬油…………… 1小匙
- 酒…………… 1小匙
- 味醂…………… 1小匙
- 砂糖…………… 1小匙
- 有鹽奶油…………… 8克

作法

- ①將鮑魚殼煮沸約10分鐘進行消毒。
- ②在貝殼凹處填入味噌。
- ③將白蘿蔔切成細絲，汆燙2分鐘後瀝乾水分。
- ④去除鮑魚肝中的砂粒。
- ⑤將鮑魚肝的「裙邊」切碎。
- ⑥將白蘿蔔、鮑魚肝的黑色部分及所有調味料放入貝殼中。
- ⑦將貝殼放入烤箱中烤10分鐘。
- ⑧醬汁開始冒泡時取出烤盤，拌勻後加入奶油，再放回烤箱加熱。
- ⑨放入鮑魚肝的「裙邊」部分，再烤約1分鐘。

*什麼是鮑魚的「TOSHIRU」？

鮑魚的肝臟部位被稱為「TOSHIRU」。特別是新鮮的鮑魚肝，具有濃郁的鮮味與獨特的香氣，常用於生食或酒蒸等料理。「TOSHIRU」的名稱依地區而有所不同，但它是凸顯鮑魚美味的重要部位之一。加熱後會增添微苦的風味，常與味噌、清酒一同烹調，被視為老饕最愛的經典滋味。



【什麼是百年食物】

- ◎在地方的風土，歷史與習俗中，發揮其獨特性並融入創意巧思，逐漸孕育而成的地方特色食文化。
- ◎在當地跨越世代傳承，長年深受人們喜愛的食文化。

大船渡商工會議所

〒022-0003 岩手縣大船渡市盛町字中道下2-25
TEL0192-26-2141



鮑魚王國

岩手

大船渡

F U N A
T O



我是國王野村。

岩手縣

大船渡

美味無敵的日本第一蝦夷鮑魚

1 手打蕎麥麵・日本料理 千秋庵



鮑魚茶泡飯

〒022-0003岩手縣大船渡市盛町字木町12-9
電話 0192-26-3043
營業 11:00~14:00、18:00~20:00
公休 不定期公休 P 15台

2 壽司・時令料理 佐佐木



酒蒸鮑魚佐肝醬

〒022-0002岩手縣大船渡市大船渡町字茶屋前7-7-2110
電話 0192-26-3719
營業 午餐 平日11:30~13:30、
六日及國定假日11:30~14:00
晚餐 17:00~22:00 (Lo21:30)
公休 週一 P 70台 (共用)

3 咖啡館・咖哩 Kojika



鮑魚咖哩

〒022-0002岩手縣大船渡市大船渡町字野々田23-1
電話 0192-47-4777
營業 11:00~14:30、17:30~20:00
公休 週一 P 10台
販售 店內可購買鮑魚咖哩調理包

4 海之幸饗宴中心



海鮮丼 瞬芽希(每日限量10份)

〒022-0002岩手縣大船渡市大船渡町字笹崎3-6
電話 0192-22-8310
營業 11:00~19:00 (Lo18:00) ※商品販售7:30~18:00
公休 週三 P 20台 (大型巴士4台)

5 大船渡溫泉



以三種高級食材製成的鮑魚料理

〒022-0002岩手縣大船渡市大船渡町字丸森29-1
洽詢 contact@oofunato-onsen.com
入住 15:00~
退房 ~10:00

6 大船渡・碁石莊別邸 海邊散步



特選海鮮會席料理套餐

〒022-0001岩手縣大船渡市末崎町字大豆澤46-1
電話 0192-29-3170
入住 15:00~
退房 ~10:00

介紹可以在大船渡市品嚐到的鮑魚料理與加工品

為什麼鮑魚能一直被視為高級食材？
自古以來，它不僅是在特別的場合中登場的食材，也承載著人們對長生不老與武運長久的祈願。

7 元正榮 北日本水產(株)



三陸翡翠鮑魚 X iriser-awase-

〒022-0211岩手縣大船渡市三陸町綾里字石濱71-1
電話 0192-42-3056
營業 平日8:00~17:00、週六8:00~12:00
公休 週日

8 野村海產(株)



鮑魚精

〒022-0211岩手縣大船渡市三陸町綾里字清水136-1
電話 0192-42-2233
營業 週一~週五8:00~17:00、週日00~12:00
公休 週六、國定假日

9 岩手・三陸海岸 療癒之宿 廣洋館



酒蒸鮑魚

〒022-0211岩手縣大船渡市三陸町綾里字白濱95
電話 0192-42-2650
洽詢 9:00~20:00
入住 15:00~ (最晚至20:00)
退房 ~10:00

10 (有)田村畜養場三陸營業所



燉煮鮑魚

〒022-0101岩手縣大船渡市三陸町越喜來字泊10
電話 0192-44-3118
營業 9:00~16:00
公休 不定期公休

提供店家地圖



北日本水產 講座・參觀・體驗方案

① 講座與參觀…… 共計60分鐘2,200日圓(含稅)

講座主題：「東日本大震災與大船渡市大規模山林火災後的復興」(室內約40分鐘) + 參觀鮑魚養殖設施・視察山林火災現場(戶外約20分鐘)

② 講座、參觀與體驗… 共計90分鐘3,300日圓(含稅)

上述講座(60分鐘) + 使用受災的翡翠鮑魚製作吊飾體驗(30分鐘)



※每人可製作一個吊飾並帶回家作紀念。
※可依參加對象調整內容或時間，亦可適度延長
※人數方面・方案①最多可接待30人，方案②每次最多可接待18人

報名

SANRIKU TOURS

三陸Tours (岩手開發產業株式會社)

TEL:0192-27-1114・FAX:0192-27-2231 <https://sanrikutours.com/>