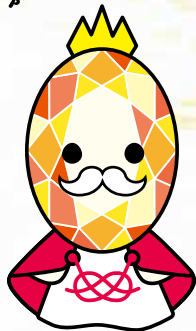


あわび王国 おおふなと

AWABI = IWATE OFUNATO

日本一の生産量を誇る岩手の水産物である鮑（アワビ）。アワビは古くから大船渡の特産物とされてきました。大船渡のアワビは主にエゾアワビという種類。鮮鮑はもちろんのこと、世界でも最高級ブランドを確立している乾燥したアワビ「干鮑（かんぼう）」など、国内でも群を抜いた品質です。「あわび王国おおふなと」では、そんな大船渡のアワビを広く知っていただき、地域資源としてのアワビ活用で持続的な地域づくりにつなげてまいります。

ようこそ、あわび王国
おおふなとへ！



案内人

あわび王国おおふなと
国王 = あわっぴ



大船渡のアワビはなぜ推しなの？

スタッフ



水揚げ量は全国有数で国内外に流通。特にも当地で加工された干しアワビはキッピン鮑という呼び方で、古くから中華料理の高級食材として珍重されています。活アワビでも干しアワビでも肉厚でおいしさ抜群です。



どうやってアワビを獲るの？

スタッフ



漁を行う時期や時間は厳しく決められており、開口になると一斉に出航。箱めがねで海底を確認し竿の先の「かぎ」で1個ずつ丁寧に獲ります。



おすすめの食べ方は？

スタッフ



- ・シンプルにお刺身
- ・肝も無駄にしない貝殻焼き
- ・美味しさを閉じ込めた酒蒸し
- ・バターで焼いて、贅沢にまるかじり



アワビの旬の時期は？

スタッフ



漁期である11月から12月が特に美味しい時期です。正月や慶事にぜひ大船渡のアワビを美味しくください。

水産のまち大船渡 —リアス海岸の恵みとともに—

大船渡市は、岩手県沿岸南部に位置し、岬と入り江が入り組む地形の変化に富んだリアス海岸が続く水産のまちです。

当市沿岸は岩礁域が発達し、アワビやウニなどの磯根資源に恵まれ、採介藻漁業が行われてきました。大船渡湾では静穏性に優れた漁場環境を生かし、カキ、ホタテガイ、ホヤなど養殖漁業が盛んです。

日本一の水揚げ量を誇る岩手の水産物はアワビとワカメ。アワビは古くから当該地域の特産物とされてきました。

市内で漁獲されるのは、エゾアワビという種類。親潮と黒潮が交わる好漁場で育つため、肉厚で身の引き締まったアワビが育ちます。アワビ漁は、産卵後の11月～12月に、漁業協同組合が定めた計4日前後にだけ一斉に採取されます。

アワビ水揚げ量は1974年まで100トン以上ありましたが、80年代に入ると急激に減少。アワビ資源の回復・増大を図る施設を整備し、生産量増大を図ってきました。

市内企業には、日本で数少ないアワビの陸上養殖を展開したり、地元産アワビを鮮鮑や干鮑として国内外に流通させ、なりわいとして事業を行っており、地域資源としてのアワビ活用を持続可能な地域づくりにつなげています。



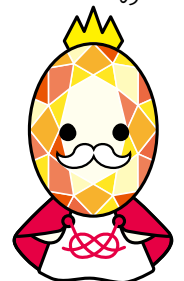
吉浜千歳漁港 アワビ開口 (アワビ漁の様子)

キャラクター紹介

「あわびは愛と海の宝石」
 古来より大船渡の海に住み、自分を磨き上げて暮らす一族。
 あわびとともに出会いや縁結びも大事にしている。

- 名前：あわび
- 出身地：岩手県大船渡湾の海底
- 性格：磨き上げるのが好き
- 年齢：1000歳以上？

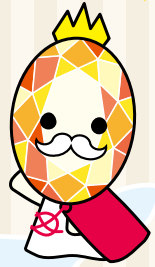
ワシは
 「あわび王国おおふなと」の
 “あわび”じゃ。
 誇り高きあわびの魅力
 を案内してしんぜよう！



あわび王国 おおふなと

観光・名所マップ

ルート



岩手県

大船渡



⑩三陸鉄道

大船渡市盛駅から久慈駅まで163kmの日本一長い第三セクター鉄道

③ど根性ポプラ広場

2度の津波にも耐え、生きる力を与えてくれるパワースポット



三陸道

45

大船渡IC

盛駅

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

吉浜IC

吉浜駅

吉浜湾

大船渡北IC

三陸IC

三陸駅

甫嶺駅

恋し浜駅

越喜来湾

綾里湾

綾里駅

三陸鉄道リアス線

陸前赤崎駅

大船渡湾

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

大船渡

⑦世界の椿館・碁石

世界13カ国約600種の椿と四季折々の花木の植栽展示施設



⑨恋し浜駅

ホタテの貝殻でできた恋愛祈願の絵馬が吊られている待合室。恋人達の聖地となっています



詳細場所



三陸鉄道



潮風トレイル

大船渡コース



①気仙丸

江戸時代、長崎から中国に輸出された長崎俵物。当地からは干しアワビ、干しナマコ、フカヒレなどの高級食材を俵に入れ、千石船で長崎に輸送していました。気仙丸は平成4年に建造され、当時の木造船建造技術や資源の豊かさ、歴史ロマンを現代に伝えています。



王国の技術

②おおふなぼーと

東日本大震災から復興の象徴として建てられました。平常時は、観光情報の発信と、市民や市内外から来訪される方々との交流の場を提供するほか、津波発生時には一時的な緊急避難場所的機能を有する施設です。その一角にあわびフォトスポットを設置。是非お立ち寄りください。

フォトスポット



王国の思い出

③水上助三郎像

地元吉浜出身の水上助三郎はオットセイ漁を開拓し、巨額の富を築きました。アワビ乱獲防止に尽力し、吉浜湾のアワビを研究「育てる漁業」の先駆者として漁業の発展に貢献しました。現在は吉浜小学校の跡地に、郷土の偉人として銅像が建立されています。



王国の偉人

④穴通磯

三陸の大自然が造りだした造形美が見事な「穴通磯（あなとおしいそ）」は、大船渡を代表する景勝地のひとつです。波による侵食を受けて崩れたり削られたりして、3つの洞門が形成されたと考えられています。巨穴が空いた様は見る者を圧倒します。東屋もあり、波の音を聞きながらこの雄大な景色を独り占めできます。



王国の名所

⑤碁石海岸

碁石海岸は岩手県大船渡市の末崎半島東南端約6kmの海岸線で、国の「名勝及び天然記念物」や国立公園に指定されています。またみちのく潮風トレイルのコースの一部にもなっています。碁石海岸には碁石八景と呼ばれる景勝地があり変化にとんだ景観を楽しめます。園地内には松林を縫うように遊歩道が整備されており、四季折々の草花を鑑賞しながら、時間に合わせた散策をすることができます。



王国の観光

⑥道の駅さんりく

地元産アワビの他、市内で漁獲された四季折々の魚介類を豊富に販売しています。水産や農産加工品・菓子、採れたての野菜や山菜、地元のおやつなども販売されています。店内には食事処や、日本で初めての柿ソフトクリームなども提供販売しています。



王国のお土産

あわび茶漬け



生蕎麦・御料理 千秋庵

岩手県大船渡市盛町字木町12-9

☎ 0192-26-3043

🕒 11:00~14:00、18:00~20:00

📅 不定休 P 15台

ポルコ・ロツソ

岩手県大船渡市盛町字町10-1

☎ 0192-26-0801

🕒 11:30~15:00 (Lo14:00)、
18:00~23:00 (夜 要予約)

📅 火曜日 P 4台



コース料理
あわびパスタ



3,690円(税込)~

食べておいしい

見て美しい



王国の台所

あわび王国の

名産品

あわび酒蒸し
肝ソース



7,000円(税込)コース料理

鮭・季節料理 ささき

岩手県大船渡市大船渡町字茶屋前7-7-2110

☎ 0192-26-3719

🕒 昼 平日11:30~13:30、土日祝11:30~14:00

夜 17:00~22:00 (Lo21:30)

📅 月曜日 P 70台 (共同)



美喜製麺

岩手県大船渡市大船渡町字台7-1-1

☎ 0192-22-7601

🕒 11:00~14:00

📅 火曜日※火曜日が祝祭日の際は変更あり

P 10台

📄 店内にて“あわびご飯のもと”購入可



あわびご飯のもと加工品



2,250円(税込)3食入

SP貝だしラーメン
(塩・醤油)



貝だしラーメン 黒船SECOND

岩手県大船渡市大船渡町字茶屋前3-2-2140

☎ 0192-47-5665

🕒 11:00~15:00 (Lo14:45)、17:30~20:45

📅 月曜日 P 70台 (共同)



カフェ・ド・カレー Kojika

岩手県大船渡市大船渡町字野々田23-1

☎ 0192-47-4777

🕒 11:00~14:30、17:30~20:00

📅 月曜日 P 10台

📄 店内にて“レトルトあわびカレー”購入可



あわびカレー(加工品)



2,970円(税込)

海鮮丼
瞬芽希



1日限定10食

海の幸ふるまいセンター

岩手県大船渡市大船渡町字笹崎3-6

☎ 0192-22-8310

🕒 11:00~19:00 (Lo18:00)

※物販7:30~18:00

📅 水曜日 P 20台 (大型バス4台)



★価格につきましては変動する場合がございます。

俵物三品の
アワビ料理



宿泊者限定[要予約]

大船渡温泉

岩手県大船渡市大船渡町字丸森29-1

☎ contact@oofunato-onsen.com

☎ チェックイン 15:00～

☎ チェックアウト ～10:00



大船渡・ごいし荘別邸 海さんぽ

岩手県大船渡市末崎町字大豆沢46-1

☎ 0192-29-3170

☎ チェックイン 15:00～

☎ チェックアウト ～10:00



特選海鮮
会席料理コース

宿泊者限定[要予約]



あわびの酒蒸し

宿泊者限定[要予約]

岩手・三陸海岸やすらぎの宿 廣洋館

岩手県大船渡市三陸町綾里字白浜95

☎ 0192-42-2650

☎ 9:00～20:00

☎ チェックイン 15:00～ (最終20:00)

☎ チェックアウト ～10:00



三陸翡翠あわび
Iriser-awase-(加工品)



稚貝の殻を使ったアクセサリ

元正榮 北日本水産(株)

岩手県大船渡市三陸町綾里字石浜71-1

☎ 0192-42-3056

☎ 平日8:00～17:00、土曜8:00～12:00

☎ 休日曜日



野村海産(株)

岩手県大船渡市三陸町綾里字清水136-1

☎ 0192-42-2233

☎ 月～金8:00～17:00、日曜日8:00～12:00

☎ 休 土曜日・祝日



あわびの精(加工品)

1,620円(税込)/100ml



味付け煮あわび(加工品)

(有)田村蓄養場三陸営業所

岩手県大船渡市三陸町越喜来字泊10

☎ 0192-44-3118

☎ 9:00～16:00

☎ 休 不定休



★各店舗・事業所の詳細についてはQRでご確認ください。



北日本水産 講話・見学・体験プラン

①講話と見学…………… 合計60分 2,200円(税込)

講話「東日本大震災と大船渡市大規模林野火災からの復興」(室内約40分)
+ 鮑養殖施設見学・林野火災現場見学(屋外約20分)

②講話と見学・体験…………… 合計90分 3,300円(税込)

上記講話(60分) + 被災した翡翠あわびを使ったストラップ作り体験(30分)

※ストラップは一人一つ作って持ち帰りが可能です。

※対象により内容や時間を変えたり若干長くすることもできます。

※人数は①は最大30名様まで、②は1回18名様まで対応可能。



手軽に鉄分補給
三陸鉄あわび(加工品)

(株)熊谷鉄工所

岩手県大船渡市三陸町綾里字大明神13

☎ 0192-42-3076

☎ 9:00～17:00

☎ 休 土・日曜日、祝祭日



お申し込み



SANRIKU
TOURS



三陸ツアーズ(岩手開発産業株式会社)

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

あらかじめご了承ください。



王国の職人たち



野村海産

野村大臣



昔ながらの製法をもとに、平成に入り干鮑製造を展開。肝部分をはじめ、精力的に商品開発に励む。

田村蓄養場

三ツ井大臣



三陸沿岸の高品質を誇るアワビを買い付け、鮮鮑用と干鮑用を見極め全国に流通させている。

北日本水産

古川大臣



天然物が育つ浜の海水を地下からくみ、目配り、気配りを重ねて養殖事業を展開している。



干鮑製造や海産物加工・販売を手がける野村海産は、創業者・野村誠一氏（1941～）が約20年前、「世界に誇る干鮑づくり」を目指して創業。アワビの育成から製造まで一貫して行い、伝統的な干鮑製法を守りながら高品質を追求してきた。震災後は肝を生かした共同研究に取り組み、肝醤油「あわびの精」を商品化した農林水産大臣賞を受賞。身・肝・殻すべてを生かす商品展開で、持続可能な産業づくりに挑んでいる。



本社を千葉県御宿町に構え、生アワビを担いで東京へ売り歩く行商から事業を開始。高度経済成長期に事業を拡大し、鮮鮑業者として歩みを進める中、良質な原料確保のため干鮑づくりにも注力した。開口日には現地ですべて一つ一つアワビを見極め、鮮鮑と干鮑用に選別し、国内外へ高品質な干鮑を流通。三陸営業所では地元高校の実習や観光事業にも協力し、大船渡からアワビの魅力発信に取り組んでいる。



大船渡市大規模林野火災により甚大な被害を受けたが、多くの支援を受けながら、3年後の出荷再開を目指し歩みを進めている。国内最大級の陸上養殖施設で「三陸翡翠あわび」をブランド化し、「捕るあわび」から「育てるあわび」への転換を実現。しかし火災で養殖中の約250万個が死滅し、設備も消失。再開に向けクラウドファンディングや、貝殻を活用した加工品販売など復興に挑戦している。

品質を守り育てる英断——水上助三郎とは

水上助三郎（1864～1922）は、日本の遠洋漁業の先駆者であり、アワビ資源管理と浜の振興に大きな功績を残した人物である。明治10年代、気仙沿岸では乱獲によりアワビの小型化と資源減少が進み、漁業者の生活も不安定になっていた。助三郎はこの状況を憂い、明治36年に吉浜漁協理事として3寸（約9cm）以下の採捕禁止や漁期短縮を断行。強い反発を受けながらも、結果的に短期間で十分な漁獲量を確保できることを実証した。さらに越喜来村の平田倉之助と協力し、共同湾で繁殖事業を実施。費用負担や補償も行い、資源回復と漁獲量増加を両立させた。その取組は全国に広まり、現在の持続可能なアワビ漁の礎となっている。

郷土の偉人

世界に広めた

「吉品干鮑」を





お家で楽しむ



あわびレシピ紹介



調理動画は
こちらから



令和6年度岩手県立大船渡東高等学校食物文化科3年
課題研究 食のChallengeコースのメンバー

私たちが作りました！



大船渡東高校食物文化科の生徒たちによるアワビレシピを紹介します。地域の浜のまかない料理として親しまれてきた「とりの貝がら焼き」は、文化庁の「100年フード」に認定された郷土料理で、調理実習を通して地元の方から学びました。また「とりの醤油の焼きおにぎり」は、鮑の風味を手軽に楽しめるよう生徒が考案したメニューです。どちらも市販の商品で作れますので、ご家庭でもぜひ挑戦してみてください。



とりの貝がら焼き

とりの醤油の
焼きおにぎり



大船渡東高校
食物文化科の生徒
考案！

あわび焼きそば



とりの貝がら焼き

材料 (1人前)

あわび貝殻 …… 1個
大根 …… 50g
味噌 …… 10g
あわび肝 (とりの) 160g

醤油 …… 小さじ1
酒 …… 小さじ1
みりん …… 小さじ1
砂糖 …… 小さじ1強
有塩バター …… 8g

作り方

- ①あわびの貝殻を10分くらい煮沸消毒する。
- ②貝の穴に味噌を詰める。
- ③大根を千切りにして2分茹で水を切る。
- ④肝の砂を取り除く。
- ⑤肝の白い部分をみじん切りにする。
- ⑥貝殻に大根、肝の黒い部分、調味料を入れる。
- ⑦オーブンに貝を入れ10分焼く。
- ⑧煮立ってきたらかき混ぜてバターを入れる。
- ⑨肝の白い部分を加え1分ほど焼く。

とりの醤油の焼きおにぎり

材料 (1人前)

ご飯 …… おにぎり1個
大葉 …… 少々
A: 「あわびの精」* (あわびの肝醤油) …… 小さじ1
A: 味噌 …… 小さじ1/2
A: みりん …… 小さじ1/2
A: 七味唐辛子 …… お好みの量

作り方

- ①千切りの大葉を混ぜ込んだおにぎりを作る。
 - ②フライパンで表面を焼き固める。
 - ③Aの調味料を混ぜたタレを塗り、香ばしい香りがしてくるまで焼く。
- ◎トースターでもできます。
※「あわびの精」は、野村海産(株)にて購入できます。

あわび焼きそば

材料 (3人前)

あわび …… 10g
焼きそば (太麺) …… 510g (1袋170g)
水 …… 適量
ラード …… 10g
塩昆布 …… 18g
あわびの精 (野村海産) 6g
とりの (鮑の肝の部分) 5g
昆布醤油 …… 20ml
紹興酒 …… 15ml
塩昆布 …… 18g
ひらたけ (割しておく) 60g
カット野菜 …… 1袋350g
塩コショウ …… 適量
紅ショウガ …… 2g
鮑 (干鮑) 節、または鰹節 …… 少々

作り方

- ①鉄板を熱して、ひらたけを塩コショウで炒める。
- ②焼きそば、野菜類をほぐし入れ、塩昆布入りの水、とりのを入れ炒める。
- ③②に調味液(あわびの精、昆布醤油)を入れ、紹興酒で味を整える。
- ④皿に焼きそばと、鰹節、紅ショウガを盛りつける。

*アワビの「とりの」とは？

アワビの肝の部分を「とりの」と呼びます。特に新鮮なアワビの肝は、濃厚な旨みと独特の風味を持ち、刺身や酒蒸しなどで珍重されてきました。「とりの」は地域によって呼び名が異なることもありますが、アワビの美味しさを引き立てる重要な部位の一つです。加熱するとほろ苦さが増し、味噌や酒と合わせて調理されることも多く、通の味わいとして親しまれています。

【100年フードとは】

文化庁が実施する“地域で世代を超えて受け継がれてきた食文化を100年先まで残していくことを目指す認定制度”で、とりの貝がら焼きは令和6年度に認定されました。



大船渡は
イベントが盛りだくさん！

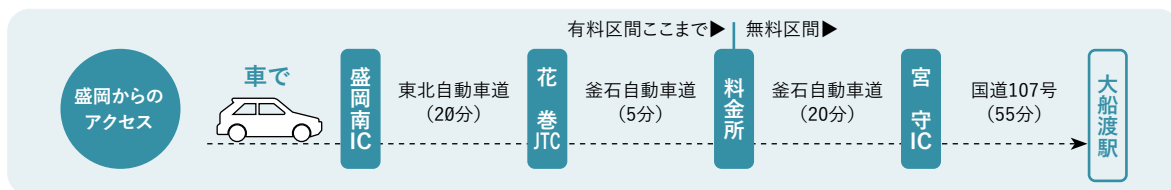
- 春** 3月中旬まで……三陸・大船渡つばきまつり
5月3日・4日…碓石海岸観光まつり
- 夏** 7月上旬～中旬…大船渡市さんま焼き師認定試験
7月下旬………KESEN ROCK FESTIVAL
8月上旬………三陸・大船渡夏まつり
8月6日・7日…盛町・灯ろう七夕まつり
- 秋** 10月中旬………大船渡市産業まつり
- 冬** 12月上旬………おおふなとの灯（イルミネーション）
12月下旬………おおふなと産直海鮮まつり



他のイベント
情報はこちら



碓石海岸・穴通磯



大船渡のアワビを
全国へ！
鮑に関する最新情報を
発信いたします！

Instagram
フォロー
お願いします



フォローは上記の
QRコードから



あわび王国
おおふなと

