

年中行事や人生儀礼、建前または兄弟姉妹が配偶者を連れて実家を訪れるなどで、多くの人が集まる時に作られるものを、個別に分類できないので、まとめてここで述べます。したがってこれらはあるときはお正月に、あるときには結婚式に、と言うように共通的に作られています。

### 棟上げ（建前）

家を建てるということは人生の大きな仕事の一つですが、工事期間中の安全と建築後の堅固確保を願って工事の始まりには土地の神様をお願いをし（地鎮祭）、建物の骨格となる柱を立て終え、最後の棟上げをする際には完成までの安全と建物の長久を祈願する棟上式が行われます。伝統的には 中心柱に神の名を書いた棟札を飾り付け、屋上及び屋下に神様の依代（よりしろ）として神籬（ひもろぎ）が飾りたてられた祭壇が設けられます。

神主の祝詞奏上の後、魔除けの上棟御幣・破魔弓矢・上棟扇子が飾られた棟木を上げ、槌で棟に棟木を差し込んで固定し、散餅銭（さんぺいせん＝小餅や小銭をまく）の祭儀を行い、出席者により玉串奉奠が行われます。

松阪では、棟上げ御幣、散餅銭として5円玉10円玉がまかれ、4隅の安全祈願のときに、大きな御鏡さんのような餅をまき、最後に中心柱の安全祈願には小さな俵に餅を12個詰めてまかれます。

地方によっては、上棟式終了後に近隣者へ餅まきをする慣習があります。

そして、お祝いを持参した親戚一同お祝いの会食を行います。

### おつごも

年末にはその年1年の感謝を兼ねて大掃除を行うと共に新年を迎える準備をします。

伊賀市では今年1年の悪事、災難をすべて焼き払い、新しい年を迎えようと、各家ででんがくを食べます。

伊勢市では12月31日大掃除など暮れの仕事がすべて終わってから、宵から年越しの用意をします。夕食には必ず麦飯を炊きます。大麦のよましたもの（茹でたもの）を用い、よまし麦は世の中をまわす（世まわし）との縁起に則ったもので、かまどでごはんを炊いた頃のことです。必ず豆の木を薪として使ったそうです。「まめに」健康な一家の願いをこめてのことだそうです。現在はガスで行い、麦は平麦を用います。麦飯（めし）、大根、ごぼう、人参、里芋、油揚げ、高野豆腐などの煮しめを作ります。

## 人寄せ人寄り行事食

このしろごはん

しよい飯

鯛飯

鯛の五目飯

とり飯

ぼらぞうすい（ぼら飯）

押しずし（こけらずし）

あじの姿ずし

かき混ぜずし

いわしずし

かますの姿ずし

昆布（こぶ）汁

煮合え（ちゃつ）

竹ようかん

いも餅





このしろ



## このしろごはん

### 材料 (4人分)

|      |      |
|------|------|
| 米    | 2カップ |
| このしろ | 160g |
| しょうゆ | 大さじ2 |
| 酒    | 大さじ2 |
| みりん  | 大さじ1 |
| 人参   | 40g  |
| 青ねぎ  | 少々   |
| 生姜   | 15g  |
| 白ごま  | 少々   |

### 作り方

- ① 米を洗ってざるにあげておく。
- ② このしろは3枚におろし、フードカッターにかける。
- ③ 生姜はみじん切りにして調味料と②を混ぜ合わせ、味をなじませるため15分おく。
- ④ 人参はせん切りにして茹でる。
- ⑤ ①に同量の水を入れ、上から③をスプーンで均等になるように置き、炊く。炊きあげてから、小口切りの青ねぎを入れ、さっくり混ぜる。
- ⑥ 器に盛り付け、茹でた人参と白ごまをふり、ねぎの小口切り(青い部分)をのせる。

### エピソード

津市では、人寄せ事やお目出度いときには味ごはんを炊き、その場合よくこのしろごはんが作られてい

ました。このしろはこはだが成長した魚で、出世魚の一種なので、お目出度いときには縁起がよいとされます。





## しよい飯

### 材料 (20人分)

|       |      |
|-------|------|
| 米     | 1升   |
| 鶏肉    | 200g |
| 人参    | 1本   |
| ごぼう   | 1本   |
| しいたけ  | 5枚   |
| こんにゃく | 1丁   |
| ちくわ   | 2本   |
| ねぎ    | 少々   |

### 【調味料】

|      |      |
|------|------|
| しょうゆ | 大さじ3 |
| 砂糖   | 大さじ2 |
| みりん  | 大さじ1 |
| だし汁  | 2カップ |
| しょうゆ | 1合   |

### 作り方

- ① 具となる材料を、五目ごはんと同じように小さく刻む。
- ② 調味料を煮立たせ、①の具を入れて煮て、味つけする。
- ③ もし煮汁が残ったら、これを合わせて水加減して米を炊く。煮汁がなければ白いごはんを炊く。
- ④ ごはんが炊きあがったら、生しょうゆを一気にごはんに回しかけ、②の具をのせて10分位蒸らす。その後ねぎの小口切りを入れて混ぜる。
- ⑤ よく混ぜ合わせて盛り付ける。

### エピソード

伊勢志摩地区（主に志摩市阿児町鶏方）の郷土食で「しょうゆ飯」のつまった呼び方です。一応五目ごはんと言われますが、米の1割の生のしょうゆを炊きあがった飯に加えて混ぜるのが特徴です。しょうゆの量が多いので、色が濃いです。具を薄味に煮ると生しょうゆが引き立ちます。昔はごはんと具をおひつに移してから混ぜていました。主材料は鶏が中心ですが、牡蛎や最近ほうなぎを使って作ることも多くなっています。

この場合は生姜とねぎを切って入れるだけなので作り方も簡単です。法事、誕生会、結婚内祝い、祭りなどによく作ります。また法事、祝い事など主婦が忙しく過ぎた後、あがりと呼ばれる1日休みがあり、そのときに残っていた煮物や魚などを利用して作ることもあります。具を細かく刻むのが大変なので、一度に大鍋で煮ておいて、1回分ずつ冷凍庫に保存しておく、食べたいときに簡単に作れます。また具はここに書いてある物に限らず、油揚げや高野豆腐、たけのこなど何でもよいです。



## たい飯

### 材料（4人分）

|        |      |
|--------|------|
| たい（中）  | 1尾   |
| 米      | 3カップ |
| 昆布     | 10cm |
| 薄口しょうゆ | 大さじ3 |
| 酒      | 大さじ2 |
| 塩      | 適宜   |

### 作り方

- ① 米は炊く30分前に洗い、水気をきって土鍋に入れ昆布をのせ、水加減をして30分おく。
- ② たいはうろこと腹わたを除き、水洗いして水気をふきとり、塩をふって焼く。
- ③ 土鍋の昆布を取り出し、しょうゆ・酒を入れてひと混ぜし、焼いたたいを腹を手前にしてのせて中火にかける。
- ④ 沸とうしたら火を弱めて4～5分炊き、弱火にしてさらに13分炊いて火を止め、10分ほど蒸す。

### ポイント&アレンジ

食べるときはたいの骨を除き、身をほぐしてごはん  
に混ぜ入れ、好みであさつきの小口切りを散らす。た  
いはごく新鮮なものなら焼かないで、そのまま入れら

れることもありますが、焼いた方が香ばしさが出てよ  
いです。

小ぶりのたいを用いるときは、炊飯器を使ってもよ  
いです。





材料



## たいの五目飯

### 材料 (4人分)

|       |      |
|-------|------|
| たい切身  | 小1尾  |
| 人参    | 50g  |
| たけのこ  | 100g |
| 干しいたけ | 3枚   |
| こんにゃく | 100g |
| 油揚げ   | 小2枚  |
| 米     | 3カップ |
| 水     | 3カップ |
| しょうゆ  | 大さじ2 |
| 酒     | 大さじ2 |

### 作り方

- ① たいは焼いて身をほぐしておく。
- ② 人参、たけのこはいちょう切りにする。
- ③ 干しいたけは水で戻して細切りにする。
- ④ こんにゃくは細く切り茹でる。
- ⑤ 油揚げはたて1/2に切り、細切りにする。
- ⑥ 米は洗ってざるにあげて30分おく。
- ⑦ 鍋に⑥の米と分量の水としょうゆ、酒、①のたいの身と②③④⑤を上記のせて炊く。

### ポイント&アレンジ

水加減はしょうゆ、酒の分量により加減します。

### エピソード

人の集まる祭とか行事、誕生日等に炊きます。



## とり飯

### 材料 (4人分)

|       |      |
|-------|------|
| 米     | 4合   |
| 鶏肉    | 160g |
| 人参    | 100g |
| こんにゃく | 100g |
| 砂糖    | 30g  |
| しょうゆ  | 70ml |
| 酒     | 70ml |
| サラダ油  | 30ml |

### 作り方

- ① 鶏肉とこんにゃくは細かく切る。人参はささがきにする。
- ② 鍋にサラダ油を入れ、鶏肉を炒める。十分炒めたら、こんにゃくを加え炒める。
- ③ 別鍋に酒を煮きり、人参のささがきと②を加えてしょうゆで調味する。煮汁は少し残す。
- ④ 炊き上がったごはんにもと煮汁を加え、混ぜ合わせる。

### ポイント&アレンジ

ここの「とり飯」は、材料を油で炒めることが他地域とは異なります。

### エピソード

この郷土食は、鈴鹿市山本町ならではの調理法で作られています。この地域の「とり飯」は椿神社の参詣者に振る舞っていたのが最初です。



## ぼらぞうすい (別名 ぼら飯)

### 材料 (人寄りのとき)

|              |               |
|--------------|---------------|
| 米            | 1升            |
| 水 (ぼらの煮汁を含む) | 1升1合          |
| しょうゆ         | 1合            |
| ぼら           | 1尾 (700~800g) |
| ねぎ           | 3本            |
| 酒            | 少々            |

### 作り方

- ① 米は洗っておく。
- ② ぼらはうろこを取り、はらわたを出し、鍋にぼらを入れ、かぶる位の水を入れて煮る。火を止めたら骨を取り除きぼら身を取り出す。
- ③ 釜に米を入れ、ぼらを煮た汁と、しょうゆ、水を入れ、ぼらの身をのせ、普通に炊く。
- ④ ねぎは2cm長さのぶつ切りにして、ごはんが炊き上がったらねぎを入れて10分位蒸らし、その上に酒少々ふり入れ、5分蒸らして、混ぜ合わせて出来上がり。

### ポイント&アレンジ、エピソード

ぼらぞうすいは、ぞうすいといっても炊き込みごはんのような炊きあがりです。

主に北勢から愛知県にかけての郷土食で、かつては人寄せ事の際には必ず作られていました。「ぼら飯」と言う地域もあります。





押しずしの型



# 押しずし

(別名 こけらずし)

| 材料 (押し型 1個分)  |           |
|---------------|-----------|
| 米             | 4合        |
| <b>【合わせ酢】</b> |           |
| 酢             | 100ml     |
| 砂糖            | 120g      |
| 塩             | 10g       |
| 人参            | 200g      |
| だし汁           | 100ml     |
| 薄口しょうゆ        | 大さじ1      |
| みりん           | 大さじ1      |
| 砂糖            | 大さじ1/2    |
| 干しいたけ         | 6枚        |
| もどし汁          | ひたひたにつかる位 |
| 薄口しょうゆ        | 大さじ1      |
| 砂糖            | 大1と1/2    |
| 酒             | 少々        |
| さやえんどう        | 50g       |
| だし汁           | 100ml     |
| 薄口しょうゆ        | 小さじ1      |
| 砂糖            | 小さじ1/2    |
| しめさば          | 1/2尾分     |
| 卵             | 2個        |
| 砂糖            | 大さじ1      |
| 塩             | 少々        |
| 酒             | 少々        |
| 山みょうがの葉       |           |

## 作り方

- ① ご飯を炊き、合わせ酢をかけてすし飯にする。
- ② 具はそれぞれの調味料で炊き、短冊切りにする。  
(人参、しいたけ、さやえんどう)
- ③ 卵は薄焼きにして短冊に切る。
- ④ 押しずしの型の底に山みょうがの葉を敷き、すし飯を置き、そのうえに5種類の具を彩りよく並べる。また、山みょうがの葉、すし飯、具をかさね、これを3~4段作る。(1段1段ふたでしっかり押す。)
- ⑤ ふたをして重石をして約40分おく。
- ⑥ 型から出して切りわけ、盛りつける。

## ポイント&アレンジ

- ・ しめさばとは、生(き)ずし(塩さばを塩抜きし、酢につけたもの)を甘酢に漬けたものです。甘酢(酢 大さじ2、砂糖 小さじ1/2)
- ・ 魚は他にさんま・あじでもよいです。

## エピソード

東紀州では人寄せ事やお目出度いときに、型に入れて押し固める押しずしがよく作られます。それは東紀州の豊かな木材(主にひのき)を利用したすし型が発達したことによると思われます。また最近では伝統的な型に加えて、少人数に適用出来るように扱いやすい小型のものや一人用、一段用など多くの型が作られています。松井まつみさん他にお聞きしました。これは尾鷲の押しずしレシビです。

同じ尾鷲でも、須賀利では、たちうおの酢じめを使ったり境い目には野いちごの葉を使用します。

魚は、そのときの旬の魚を使います。

「こけら」とは、こけら落としの「こけら」で目出度い事を表します。



## あじの姿ずし

### 材料（4人分）

|        |         |
|--------|---------|
| まあじ    | 8尾      |
| 生姜や青じそ | 適量      |
| すし飯    | 茶わん3～4杯 |

### 作り方

- ① あじは頭から背開きにして、塩じめをして半日～1日置く。その後、せいごと中骨、ヒレ骨を取り、酢で1～2時間しめる。
- ② すし飯を握り、甘酢に漬けた生姜や青じそをはさんでしめたあじをのせて握る。

### ポイント&アレンジ、エピソード

- ① 紀州では初夏から夏に作ります。  
あじの代わりに、かますなどでも姿ずしが作られま

す。

あじは8～10cm位の大きさがよいです。

- ② 酢じめは、摘果した温州ミカンの汁を搾って入れると香りがよいです。





## かき混ぜずし

### 材料 (4人分)

|           |       |
|-----------|-------|
| 米         | 3合    |
| 水 (米の2割増) | 650ml |

#### 【合わせ酢】

|    |      |
|----|------|
| 酢  | 70ml |
| 砂糖 | 60ml |
| 塩  | 小さじ2 |

#### 【具】

|           |      |
|-----------|------|
| 干しいたけ     | 10g  |
| 油揚げ       | 15g  |
| ごぼう       | 40g  |
| 高野豆腐      | 20g  |
| 砂糖        | 大さじ3 |
| 酒         | 大さじ1 |
| しょうゆ      | 大さじ4 |
| だし汁       | 適量   |
| 生節又は魚の酢じめ | 18g  |
| さやいんげん    | 55g  |
| 人参        | 70g  |

### 作り方

- ① 生節を網にのせてあぶる。細かくさいて合わせ酢につけておく。
- ② 米を洗って分量の水に浸けておいて、炊く。
- ③ 飯が蒸れたら魚と合わせ酢 (①のこと) を入れて、切るように混ぜる。
- ④ 具を切って煮る。
  - ・干しいたけ・高野豆腐を水につけて戻しておく。
  - ・人参・ごぼうは縦に太い場合は6等分 (細い場合は4等分) にしていちよう切りにする。
  - ・高野豆腐・油揚げ・しいたけを1×0.3×0.3の大きさに切る。
  - ・さやいんげんは色よく茹で、短い斜め切りにする。
 さやいんげん以外の材料は、ひたひたのだし汁を入れて煮、調味する。煮汁がなくなるまで煮る。
- ⑤ ③のすし飯に④の煮た具を入れて混ぜ込む。

### ポイント&アレンジ

中に入れる具は奇数にし、その季節のものを入れます。例えば、春はふき・グリーンピースなど、冬は大豆の水煮を入れたりもします。東紀州地域では、魚を入れる家が多いようです。

### エピソード

一般に言うちらしずしのことで、東紀州で「かき混ぜずし」または単に「かき混ぜ」と呼ばれます。熊野市・御浜町・紀宝町で作られます。

かき混ぜずしは、写真のように、里芋の葉を敷くことが多いのですが、これは、お皿がわりにもするし、人寄せ行事のあと、包んで家に持って帰ることができるようにという意味もあります。





## いわしずし

### 材料 (30人分)

|               |      |
|---------------|------|
| いわし (長さ約10cm) | 30尾  |
| 塩             | 適量   |
| 酢             | 50ml |
| 米             | 2合   |

### 【合わせ酢】

|       |          |
|-------|----------|
| 米酢    | 大さじ2と1/2 |
| 砂糖    | 小さじ2強    |
| 塩     | 小さじ1     |
| 生姜    | 1片       |
| いり白ごま | 大さじ2     |
| 甘酢生姜  | 適量       |

### 作り方

- ① いわしは頭と内臓をとり、薄い塩水で洗って手開きにし、中骨と腹骨をとる。
- ② 盆ざるに①のいわしを並べ、両面にたっぷり塩をふって5～6時間以上おく。
- ③ ②のいわしを水で洗ってざるに上げ、酢に漬けて少しおく。
- ④ ごはんに合わせ酢を混ぜて冷ます。生姜をせん切りにし、かるくすったごまと共に酢飯に混ぜる。
- ⑤ ④の酢飯を握りずしの大きさに握り、③のいわしの汁気をきってのせる。
- ⑥ 器に盛り、甘酢生姜を添える。

### ポイント&アレンジ

いわしは天候や漁の具合によって随分価格が違い、買いどきは天気が続いているときがよいです。店で買うときは、身がびんと張っているもので、大きさよりも鮮度が第一です。うろこがついていて背の色が濃く腹が銀色に光っているもの、体に比べて頭が小さく見えるものを選ぶとよいでしょう。

### エピソード

中南勢食文化圏や伊賀食文化圏のような里中心の地域では、一昔前まで畑作物は自家で栽培しても海の物は購入しなければなりません。例えば安かったいわしといえども例外ではありません。お金を出して買うものはご馳走で、このいわしずしは、特に人寄せ事や祭りなどのときに盛んに作られたご馳走です。また四日市では戦前までは四日市祭りのとき、どの家でも作っていたそうです。



## かますの姿ずし

### 材料 (6尾分)

|     |         |
|-----|---------|
| かます | 6尾      |
| 酢   | 適宜 浸る程度 |
| 塩   | 適宜      |

#### 【仕上げ酢】

|         |       |
|---------|-------|
| 酢       | 100ml |
| 砂糖      | 120g  |
| すだちの絞り汁 | 適宜    |
| 生姜の絞り汁  | 少々    |

|     |    |
|-----|----|
| からし | 少々 |
|-----|----|

#### 【すし飯】

|    |       |
|----|-------|
| 白飯 | 3カップ分 |
| 酢  | 90ml  |
| 砂糖 | 100g  |
| 塩  | 10g   |

### 作り方

- ① 新鮮なかますを背開きし、塩をして身をしめ、その後酢洗いする。
- ② すし飯を準備し、かますにあわせて細長い俵型に握り、内側からしをぬったかますを置き、巻きすですっかり形を整える。
- ③ 1日位おいてから、供する。2cm巾位に切って盛り付けてもよい。

### エピソード

東紀州ではさんまの姿ずしと並んでよく作られる姿ずしです。特に海山町島勝（現紀北町）では10月10日の八幡祭にかますの姿ずしは必須で、「かます祭」と言われるほどです。



## 昆布（こぶ）汁



### 材料（4人分）

|        |      |
|--------|------|
| 大根     | 120g |
| 青昆布（生） | 40g  |
| 油揚げ    | 小4枚  |

### 【調味料】

|                |       |
|----------------|-------|
| だし汁            | 400ml |
| （かつおだし または煮干し） |       |
| しょうゆ           | 25ml  |



### 作り方

- ① 大根は厚めの輪切り（1cm）にし、油揚げは大2つ切りにしてだし汁、青昆布、しょうゆを入れてよく煮込む。

### ポイント&アレンジ

大根を昆布、油揚げとじっくり煮る事が大事です。

### エピソード

年末の大掃除、多勢の人が集まるときにもてなした料理の一品です。





## 煮合え (別名 ちゃつ)

### 材料 (4人分)

|       |        |
|-------|--------|
| 大根    | 100 g  |
| れんこん  | 100 g  |
| 人参    | 20 g   |
| 昆布    | 20 g   |
| 油揚げ   | 20 g   |
| 干しいたけ | 5枚     |
| 酢     | 150 ml |
| 砂糖    | 60 g   |
| 塩     | 5 g    |
| だし汁   | 適宜     |

### 作り方

- ① 大根はせん切り、人参もせん切り（大根の1/3量）、昆布も細く切る。れんこんは細いところを薄切り、油揚げもせん切りにする。
- ② 材料は全部一緒に鍋に入れ、酢、砂糖、塩少々で煮る。

### ポイント&アレンジ

- ・あまり煮すぎないようにしましょう。シャリシャリ感のある方が美味しいです。
- ・白く仕上げるために、しょうゆを使いません。どうしても入れたい人は、香り程度に。

### エピソード

北勢の郷土食で平素よりよく作りますが、何かの行事のときにもよく出されます。

「ちゃつ」とは仏事に使用される朱塗りの器の名称です。和え物やお菓子の盛り付けに用いられますので、器の名前が盛り付けられた料理名になったものと考えられます。漢字では、茶津、楳子などと書かれます。



## 竹ようかん

### 材料 (7本分)

|             |        |
|-------------|--------|
| 粉寒天         | 4.2 g  |
| 水           | 500 ml |
| 黒砂糖         | 87 g   |
| 白砂糖         | 75 g   |
| 竹 (節の上10cm) | 7本     |

### 作り方

- 鍋に分量の水・黒砂糖・白砂糖を入れて熱する。
- 粉寒天は30mlの水でふやかして①に入れる。
- ①が沸とうしたら荒熱をとり、竹に7分目に入れて冷やし固める。

### ポイント&アレンジ

- 青竹が青々して美しい7・8月頃が旬の食べ物で、冷やして食べると美味しいです。
- 青竹を洗った後冷凍しておく、青さも保てるし、寒天液が早く固まります。
- こしあんで作るものが一般的ですが、黒砂糖を使うとあっさりして美味しいとのことで、好まれるようです。
- 食べるときは竹の底にきり、アイスピック等で穴をあけ、皿に流し出して食べたり、外出先(畑仕事とか)では、上の部分を吸って食べます。
- 竹は予め水に浸しておき、内側の薄皮を洗い落としておきます。

### エピソード

三重県内各地で作られています。特に夏になるとよいおやつになります。青竹を活用するので、夏らしい風情が出ます。

このレシピは、黒砂糖と白砂糖を混ぜていますが、黒砂糖だけで作る方法やこしあんを使う方法などがあります。

これはみえ食文化研究会が、松井ますみさん他にお聞きしました。



## 芋餅

### 材料 (25個分)

#### 【もちの皮】

|                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| 米 (うるち米)           | 1カップ              |
| もち米                | 1と1/2カップ          |
| さつまいも              | 750g<br>(皮をむいた重量) |
| あん                 | 250g              |
| まぶし粉<br>(きな粉・砂糖・塩) | 適量                |
|                    | (砂糖が多いと早くべとつく)    |

### 作り方

- ① うるち米・もち米をかす。炊飯器に入れ、20%増しの水につけておく。
- ② 皮をむいたさつまいもを大きめのさいの目切りにし、30分位水にさらし、さつまいものあくを抜く。水を切る。
- ③ ①で水加減してある炊飯器の米の上にさつまいもを均等に置き、塩をひとつまみ入れ、炊飯する。
- ④ 炊飯後すり鉢又はボールに移し、すりこぎで、先ずさつまいもを押しつぶし、つぶれたら米粒をつぶす。
- ⑤ よくつぶれたら均一に混ぜ合わせ、手水をつけて25個に分け丸める。あんも25個に分け、丸めておく。
- ⑥ 丸めた皮を適当な厚みの円にし、あん玉を包んで、口をすぼめて密着させ、形を整え、まぶし粉をまぶす。

### ポイント&アレンジ

皮の真ん中は厚く、外側は薄くして中にあんを包みます。

- ①作り方③のとき、水加減を正確にする。水が多いともちの皮がゆるくなり、包み難くなります。
- ②作り方④のとき、すりつぶさず、押しつぶすようにします。ネバネバにならないためです。
- ③作り方⑥のとき、バランスよいさつまいもの甘さとあんの甘さ、餅皮の硬さとあん玉の硬さに注意します。
- ④あんは市販のあんを使うと便利で簡単です。こしあん・つぶあんは好みで使います。

### エピソード

芋餅は地域によって色々な材料の配合割合で、色々な作り方があります。あんを入れないものもあります。里芋とさつまいもも両方混ぜる方法や里芋だけ混ぜるところもあります。

東紀州の大紀町海山区中心に作られる餅で、さつまいもを使った柔らかかなやさしい甘さの和菓子です。



