

# 三島うなぎ



“富士の白雪朝日で溶ける、溶けて流れて三島にそそぐ”と歌われている全国的にも有名な農兵節。富士山に降った雪や雨は山体にしみ込み年月を経て伏流水となって三島に湧き出します。

三島にはこの伏流水が大量に湧く所（湧水地）が幾つかあります。三島の主な湧水地は菰池（菰池公園）・水泉園（白滝公園）・小浜池（楽寿園内）などがあり、これら湧水地から湧き出した水は蓮沼川、源兵衛川、御殿川、桜川、四の宮川として南流していきます。これら川は大場川（神川）と合流し最後に狩野川に注ぎ駿河湾へと流れ込みます。

昔、豊富な水量を湛えるこれら川には多種の水生植物、水生昆虫、魚類、鳥類が生息しこれら生物の楽園でもありました。今でも三島梅花藻、ゲンジボタル、カワセミなど多くの生物を観察することが出来ます。

しかし残念なことに今ではうなぎを川で目にすることは殆どなくなりましたが、昔はこれら川や三嶋大社の神池に沢山のうなぎが生息していたことが古文書より伺えます。「東海道名所記」（1660）には三嶋大明神近くの細き川に明神の使者なるうなぎ多し、手をたたき石を鳴らせば岸に集まる。「和漢三才図会」には三嶋明神の小川には幾千万というはかりしれないほどのうなぎがいて、俗に明神が使わしめた魚と言われた。また、「本朝食鑑」（1697）には豆州三島の神沼には耳のはえたうなぎがいる。明神の使いが老変して化けたのかも知れないと言う記載がございます。まだまだ多くの古文書に三島のうなぎの記載がありますが、以上のことから三島の川や三嶋大社の神池に人に馴れた沢山のうなぎが生息していたことを伺い知ることが出来ます。しかしいつの頃からでしょうか神池に棲むうなぎは三嶋大明神（三嶋大社）の使者と崇められ社地内での捕獲が固く禁じられました。それがいつしか三島のうなぎを捕って食べると神罰が当たると言われるようになり、三島の人々はうなぎを食べなくなりました。

昔の人々は川や水源は神が宿る場所として考え感謝や畏怖を信仰という形で伝えて来ました。それが井戸の神様、川の神様、水の神様である水神信仰なのです。三島の水源地には水神の祠が祀られ、日々のお供え物や祭りごとをして大切にされて来ました。現在でも三島市内には八ヶ所の水神様が祀られています。ところで水神は龍や大蛇や鰻などの姿で祀られることもあり、昔の人々は三島の川に生息する無数のうなぎを水神の化身として崇め、捕って食することにより川や水の災いを招くことを恐れたのです。ともあれ三嶋大明神の使者、水神の化身とされたうなぎはこの地が楽園であったことだけは間違いのないようです。

三島にはうなぎにまつわる伝説も幾つか残っており、右内神社（別名、うなぎの宮、うなぎの森神社）の「宇米津の池」伝説や「二代将軍秀忠とうなぎ」などが今でも語り継がれております。

ところでうなぎの楽園であった三島ですが、いつからうなぎを食べるようになったのでしょうか？ 一説によると明治維新の時に言い伝えを知らない薩摩・長州の兵隊達が三島に宿泊の折、うなぎを捕まえて食べてしまったそうです。それを見ていた三島の人々は何の神罰も当たらないのを知り、それ以来三島でうなぎを食べるようになったそうです。

現在では多くの皆様方が三島のうなぎを召し上がっています。では何故うなぎの産地でもない三島のうなぎが美味しいのでしょうか？ それは水、すなわち富士山の伏流水なのです。この伏流水にうなぎを曝すことにより、うなぎが持っている生臭さや泥臭さを消し栄養素である蛋白質を減少させることなく、余分な脂肪分を取り除くことが出来るのです。

三島の水が化粧水と呼ばれるほどの名水なのは、水のきれいな所でしか生育しない「ミシマバイカモ」が見られる湧水地や三島梅花藻の里などでも裏付けられます。生きたうなぎを見学できる天然うなぎ飼育展示水槽が、三島商工会議所の1階回廊に設置されています。日頃見ることができないうなぎの生態を観察することができ、「うなぎのお宿」の名称で親しまれています。

## うなぎ小話 ■うなぎはスーパー栄養食

「夏痩せに吉しというものぞ」と万葉集にも詠まれたうなぎ。奈良時代にはすでにその栄養の豊富さが、夏バテに効果があることを先人達の経験によって証明されていたことはご承知の通りです。

しかし江戸時代の書物「本朝食鑑」や「魚鑑」には風邪を退けまたは風邪を利しと記載され、風邪対策にその効果を絶賛しています。うなぎは夏冬を通してスタミナ食として、その地位を古くから確立していたようです。

その代表的な栄養素には目の粘膜を強化する効果や消化器、呼吸器を強化する効果のあるビタミンA（レチノール）を初め、疲労物質である乳酸を除去するビタミンB1やB2、D、そして細胞の老化を防ぐビタミンEなども多量に含んでおります。ビタミン以外にもうなぎの体表に存在するムコプロテインは弱った胃腸粘膜を保護し消化吸収を助ける効果や肌の張りを作るコラーゲンそしてカルシウム、亜鉛、鉄分等々さまざまな栄養素を含んでおります。特に近年注目されている高度不飽和脂肪酸DHA、EPAは脳細胞の活性化や血液をサラサラにする働きがあるとされており、うなぎの餌はその両者を多量に含む魚が原料なので、それを食べて育ったうなぎはDHA、EPAが多く含まれているのです。

しかしながら残念なことにうなぎに唯一ないのがビタミンCなのです。だからうなぎを食べる時に黄緑野菜やビタミンCを多く含む果物を一緒に摂取するとうなぎはスーパー栄養食となるのです。

三島市においては三島うなぎ横町を主催として冬のうなぎの消費拡大と三島うなぎPRのために、年四回ある土用丑の日の一つ冬の土用丑の日を「寒の土用うなぎまつり」（長野県岡谷市発祥）と称イベントを開催しております。

さあ、栄養豊富なうなぎを食べて暑い夏や寒い冬を乗り切ってください。

### 三島うなぎ横町町内会加盟店（順不同）28店舗

① (株)桃中軒 三島販売店 三島市一番町16-1 ☎055-975-2828	② 源氏 三島市一番町15-22 ☎055-975-0882	③ 不二美 三島市一番町13-15 ☎055-975-1740	④ 和食処むさし 三島市一番町12-19 ☎055-971-2909	⑤ 和食直よし 三島市一番町12-23 ☎055-971-3119	⑥ ひなよし 三島市一番町3-22 ☎055-991-7171	⑦ 割烹 はちまき 三島市大宮町3-1-13 ☎055-975-0122
⑧ うなぎ水泉園 三島市一番町1-28 ☎055-975-0268	⑨ 本町 うなぎよし 三島市本町1-37 ☎055-975-0499	⑩ 和食蒲焼 高田屋 三島市本町1-41 ☎055-975-0495	⑪ 旨いもの処 丸平 三島市中央町4-19 ☎055-975-0008	⑫ みしまプラザホテル 割烹菱屋 三島市本町14-31 ☎055-972-2121	⑬ 和風レストラン 呉竹 三島市本町6-35 ☎055-975-3210	⑭ 割烹登喜和 三島市広小路町1-41 ☎055-975-3312
⑮ 桜家 三島市広小路町13-2 ☎055-975-4520	⑯ 松韻・ せせらぎ亭 三島市中田町1-16 (佐野美術館敷地内) ☎0120-08-2678	⑰ 川魚卸 (株)山本実生商店 三島市南本町14-13 ☎055-975-1699	⑱ うなぎよし 三島市緑町21-6 ☎055-975-3340	⑲ 安善 三島市南本町13-30 ☎055-973-1888	⑳ すみの坊 富田町店 三島市富田町3-3 ☎055-983-3888	㉑ 和食処よしみ 三島市谷田261-2 ☎055-973-6667
㉒ 鰻の御殿川 三島市梅名477-8 ☎055-977-6234	㉓ うなぎの むらかみ 三島市長伏115 ☎055-977-5238	㉔ 和風レストラン 食事処よし乃 三島市萩253-4 ☎055-987-0720	㉕ 割烹 古登富貴 三島市大場135-1 ☎055-977-1004	㉖ 鰻工房竹屋 三島市山中新田34 ☎055-985-2307	㉗ 沼津ぐるめ街道 食事処弥富 沼津市岡宮1207-1 ☎055-922-8119	㉘ 三和淡水魚(株) 三島営業所