



ふるさとくまさんデー



こくほう 国宝 青井阿蘇神社

9月

きょう こんだて
今日の献立

はん
むぎご飯

ぎゅうにゅう
牛乳

じる
つぼん汁

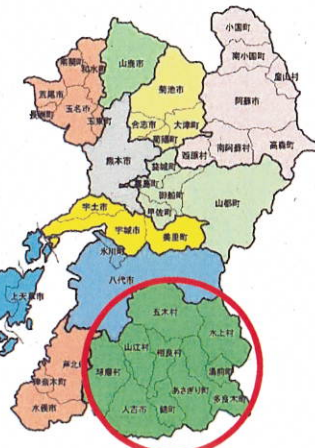
しお
塩さば

き ぼ だいこん ふく に
切り干し大根の含め煮

ひとよし くま ちく 人吉・球磨地区

ひとよし くま ちく くまもとけん なん
人吉・球磨地区は、熊本県の南
東部に位置しており、人吉市・錦
町・あさぎり町・多良木町・湯前
町・水上村・相良村・山江村・五
木村・球磨村の一市四町五村から
なる地域です。

日本三大急流の一つ
球磨川が流れ、緑豊かな
山々が続き、県内一の栗の産地と
しても知られています。



出典：熊本県ホームページ

しお 塩さば



人吉・球磨地区は海から離れた所です。
鮎やヤマメなどの川魚がよく食べられてきました。海
の魚は、新鮮なものが手に入らないので、塩を使って保
存した塩さばや塩いわしなどがよく食べられていました。

じる つぼん汁



出典 全国栄養士協議会

「つぼの汁」と言うのさ！
「つぼの汁・・・つぼの汁・・・」



やがて・・・
ときがたって

つぼん汁は、鶏肉、豆腐、野菜、芋などたくさんの材料を
いりこだして煮て、醤油で味付けをした人吉・球磨地域の郷
土料理です。秋の収穫時期に作って、神様に供えるための料
理で、「つぼ」と呼ばれるふた付きの椀に入れて食べられてい
たことから、「つぼの汁」と呼ばれていました。やがてそれが
変化して「つぼん汁」と呼ばれるようになりました。

「つぼん汁か！」

