

# る っ つ ルツツ

ルツツとは、海底に生息する無脊椎動物ユムシ（*Urechis unicinctus*、動物界ユムシ動物門ユムシ綱ユムシ目ユムシ科）の地方名です。「ルツツ」という名称については、その一説に、アイヌ語の「ルッチ（rutci）」（ミミズに似るという意味）に由来するとされています。円筒形の胴体とその先端に細長い部分（吻）を持ち、大きいもので長さ20cm程度。日本各地の浅海に分布し、海底の砂や泥に穴を掘って潜り、微生物や有機物のかけらなどを食べて生活しています。



石狩湾沿岸では、冬に海が荒れると海岸に打ち上がることがあります。特に石狩市浜益区では、時として大量に打ち上がり、これらを刺身や加熱して家庭で食べられています。また、中国や韓国でもユムシが食べられるところがあります。

浜益地区での調理法を聞いてみると、以下のような食べ方があります。三升漬を食べると食感がコリコリとして、ご飯やお酒が欲しくなる人も多いようです。

- ・刺身（ひらいて1cm程度に切る。醤油にわさびではなく一味とうがらしを入れて食べる、きざみネギやショウガを入れる人もいる。）
- ・刺身の三升漬
- ・焼き（ジギスカンのたれにつける、醤油と胡椒で味付けする、等。）
- ・三杯酢
- ・塩辛（塩と麴を使う。）

（荒山千恵・志賀健司）



時化の後に打ち上がったルツツを  
拾い集める人々(石狩市浜益区)

- (1) 知里真志保（1976）知里真志保著作集／別巻Ⅰ分類アイヌ語辞典／植物編・動物編. 平凡社.
- (2) 西村三郎（1987）検索入門／海岸動物. 保育社.
- (3) 西村三郎・鈴木克美（1997）エコロン自然シリーズ／海岸動物. 保育社.