

# 深川めし

江戸時代から深川エリアへ

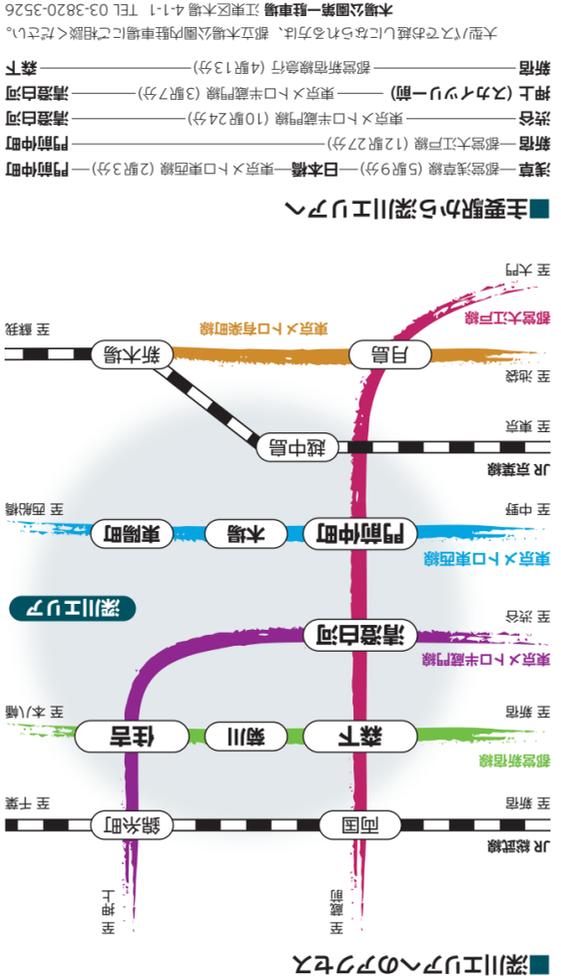
おいしい深川めしのススメ

門前仲町・清澄白河を中心に  
深川めしの店が17店舗。  
下町の風情と人情を訪ね歩いたら、  
このマップを手に  
好みの深川めしを食べにでかけませんか。

発行：令和5年7月

株式会社 江東区観光協会  
〒135-0016 江東区東陽 4-5-18 江東区産業会館内  
TEL: 03-6458-7400 MAIL: info@koto-kankou.jp

江東区観光協会「江東おでかけ情報局」をダウンロード  
江東区観光協会「江東おでかけ情報局」をダウンロード  
江東区観光協会「江東おでかけ情報局」をダウンロード



「深川江戸資料館」では、大正年間浅草で生まれ、鬼平犯科帳などの傑作で知られる作家池田波正太郎も深川めしのファンで、晩年自宅でもよく作っていたといわれています。

昭和初期頃までは、こうした食事が深川の至る所に残っていました。近年自宅でもよく作っていたといわれています。

江戸時代から参詣客や行楽客でにぎわった深川の地に、芭蕉記念館（昭和56年）、深川江戸資料館（昭和61年）が相次いで開設し大勢の観光客が訪れるようになると、かつて深川で日常的に食べられていた「ぶっかけめし」や「炊き込みご飯」を出す店が登場し、現在では深川めしの専門店、割烹、和食店の「オムツリ深川めし」を提供するようになって、深川めしに欠かせないアサリ、肝機能を高めて代謝を促進するタウリンやビタミンB12がたっぷり含まれています。また、びりっとなめしています。湯が風邪の妙薬として知られていて体に温める効果があります。

深川発祥の伝統的健康食「炊き込みご飯」といえる深川めし。下町情緒や人情とともに、どうぞ一度お召し上がりください。

江戸時代、現在の江東区永代、佐賀あたりの南方は深川浦と呼ばれ、潮が引けば砂が露出する砂州が広がっており、ここを漁場として幕府から漁業を認められていたのが深川の漁師でした。江戸時代の名産を記した『続江戸砂子』には、深川名産としてハマグリ、カキ、貝柱（アオヤギ）とあるように、多くの貝類が獲れていたことがうかがえます。

深川の漁師たちが仕事の合間に食べる賤い飯であった「ぶっかけめし」が現在の深川めしのルーツとされています。当時は、船上で海水を真水で薄めて沸かし、それにアサリ、長ネギ、豆腐を煮た澄まし汁を冷や飯にかけて食べたという話や塩茹でしたバカ貝（アオヤギ）をご飯に乗せて食べていたといわれています。

その後「ぶっかけめし」は、味噌やしょうゆ仕立ての現在のぶっかけタイプに近いものが登場するようになります。屋台や一膳飯屋でも出される手軽で簡単な食事ですから、今のファストフードのようなものだったと考えられます。

一方家庭では、アサリを入れた「炊き込みご飯」がお袋の味として広く



## 深川めしとは...



東都四季名所展 すさき汐干狩

ばしょうきねんかん  
**芭蕉記念館**  
☎ 03-3631-1448  
<https://www.kcf.or.jp/basho/>  
常盤 1-6-3

江戸時代の俳人・松尾芭蕉の「芭蕉庵」ゆかりの地に開館。「正月三日付句空室芭蕉書簡」をはじめ、近世から現代までの俳文学資料を所蔵し企画展などで随時公開。200m離れた史跡展望庭園では、四季折々の水辺の風景が楽しめます。 ※会議室は俳句会、会議などに利用できます。(有料、要事前申込) 9時30分～17時(入館16時30分まで)、史跡展望庭園9時15分～16時30分。大人200円、小中学生50円、史跡展望庭園は無料。第2・4月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始休館。

とみおかはちまんぐう  
**富岡八幡宮**  
☎ 03-3642-1315  
<http://www.tomiokahachimangu.or.jp/>  
富岡 1-20-3

寛永4年(1627)当時永代島と呼ばれた小島に八幡神像を奉安したのが始まりといわれ、以来、深川っ子の信仰を集めています。境内には、「深川力持碑」「木場の角乗り碑」をはじめ「横綱力士碑」「大関力士碑」など、深川にまつわる多くの石碑があります。江戸三大祭の一つ「深川八幡祭り」は3年に一度8月中旬に本祭りが催され、50基余りの神輿が練り歩く連合渡御は勇壮無比で、あでやかな辰巳芸者の手古舞や粋な髷若頭衆の木遣りが江戸情緒を盛り上げます。

ふかがわえどしりょうかん  
**深川江戸資料館**  
☎ 03-3630-8625  
<https://www.kcf.or.jp/fukagawa/>  
白河 1-3-28

地下1階から地上2階までの吹き抜け空間に、江戸末期の深川佐賀町の町並みを実物大で想定再現し、昭和61年に開館。季節の変化に応じて生活用品や草花、照明・音響の演出を替えることで江戸の1日を15分で楽しむことができます。1階には「横綱大観覧コーナー」(観覧無料)があり、髷や化粧まわしなどが展示されています。大人400円、小中学生50円。9時30分～17時(入館は16時30分まで)。第2・4月曜(祝日の場合は休館)、年末年始休館。小中学生は保護者同伴。

ふかがわとうきょうもだんかん  
**深川東京モダン館**  
☎ 03-5639-1776  
<https://www.fukagawatokyo.com/>  
門前仲町 1-19-15

米騒動や関東大震災等を背景に、安く食事を提供する公営食堂の一つとして昭和7年に竣工した「東京市深川食堂」を改装し、平成21年10月10日に開館。1階はまちあるき案内所、2階はイベント等に利用できる多目的スペースが設けられています。希少な震災復興建築物として国登録有形文化財建築物に指定。無料。火～木・日曜10時～18時、金・土10時～19時。月曜休館(祝日の場合は翌日)

## 深川めしのお供

とうきょうとげんだいびじゅつかん  
**東京都現代美術館**  
☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)  
<https://www.mot-art-museum.jp>  
C-2 三好 4-1-1

現代美術の振興を目的として平成7年3月に開館。国内外の約5,700点の収蔵作品を活かした現代美術の流れを展望できるコレクション展示や大規模な国際展をはじめとする特色ある企画展示などを開催しています。また、美術館図書では、美術関係図書資料約27万冊を揃えています。そのほか、教育普及事業としてワークショップや各種講座や講演会等の活動を行っています。MOTコレクション一般500円、中学生以下無料。企画展の観覧料は展覧会により異なります。10時～18時(展示室入場は閉館の30分前まで)。月曜(祝日の場合は翌平日)、年末年始、保守点検、展示替え期間は休館。詳細はお電話またはホームページでご確認ください。

きよすみでいせん  
**清澄庭園**  
☎ 03-3641-5892  
<https://www.tokyo-park.or.jp/park/format/index033.html>  
清澄 3-3-9

大泉水と全国から取り寄せられた名石が見どころの明治を代表する回遊式林泉庭園。三菱グループ創始者岩崎彌太郎が、久世大和守の下屋敷跡の土地とその周辺3万坪を購入、社員の慰安や来賓の招待の場として計画、明治13年(1880)に「深川親睦園」の名で開園しました。震災、戦災では近隣住民の避難場所となり、多くの人命が救われました。昭和7年(1932)清澄庭園として公開。都指定名勝。入園料一般150円、65歳以上70円(無料公開日みどりの日、都民の日)。9時～17時(入館は16時30分まで)。年末年始休館。

ふかがわしちふくじん  
**深川七福神**  
森下駅・清澄白河駅・門前仲町駅周辺の3つの神社と4つの寺院にまつられています。年間を通して多くの方々にお参りされ、特に正月の開帳期間(元旦から1月7日まで)は色紙・せ・鈴の授与があり、数多くの参詣客でにぎわいます。所要時間は約2時間(参拝時間を含む)

なりたさん ぶかがわふどうどう  
**成田山 深川不動堂**  
☎ 03-3641-8288  
<http://fukagawafudou.gr.jp/>  
富岡 1-17-13

深川のお不動様として知られ、毎月28日の縁日は大勢の参詣客でにぎわいます。元禄16年(1703)に始まった成田山新勝寺の開帳(本尊を他所に出張して公開すること)が始まり、それから毎年のように開帳が行われ、江戸庶民の信仰を集めました。平成24年には新設新本堂が建立、話題となっています。

ふかがわえんにち  
**深川縁日**  
門前仲町交差点の辺りから富岡八幡宮までの永代通りの北側歩道および深川不動堂の参道で毎月1日、15日、28日に開かれます。たこ焼き、あんず飴、わた飴、カルメ焼き等の懐かしい食べ物屋さんや古い本、衣料品、鉢植え等の物販のお店が出店し、一年を通して夏祭りのようににぎわいを感じることができます。

