

轮岛朝市

每天早上 8 点，轮岛港附近的朝市街就已是一派繁忙景象。街道两旁排列的露天摊位上，贩卖着乡土农产品和清晨时分刚从轮岛附近海域捕获的海产。摊主热情地吆喝，招呼顾客品尝自己的商品。来自多山的内陆地区和物产丰富的海滨地区的居民在朝市聚集交易，这一传统已延续了上千年。轮岛朝市始于平安时代(794-1185)，由早期节假日期间在神社进行的物物交换演变而来。久而久之，轮岛朝市的规模逐渐扩大，成为日本三大朝市之一。朝市街全长 360 米，共约 180 个摊位。

朝市上的女性

女人们带着刚从自家田地和花园采摘的农产品来到朝市，摊在地布上售卖。她们到得很早，把货卖完才离去。大部分摊主也都是女性，平时或是务农，或是制作盐渍海产品以便保存。就在几年前，朝市摊位还只能由母亲传给女儿，但如今这种风俗已经没有那么严格了。

本地风味

轮岛清晨的应季渔获特别多，如雪蟹、大型章鱼“水蛸”、太平洋鳕鱼，寒鰯鱼（冬）、甜虾（春）、鲍鱼（春至夏）等能登半岛独具魅力的海鲜，一年四季陆续登场。海参是能登自古以来的特产，日语称为“海鼠”。与之相关的美味除了干海参之外，还有海参的卵巢

干“海鼠子”，以及用海参内脏盐腌而成的盐辛“海鼠肠”。其中海鼠肠还是曾经进贡给幕府将军的“三大珍味”之一。

经过加工的海产品便于运输，因此朝市上这类海鲜的品种最为繁多，加工方式有盐渍、干制或醋腌等。盐渍的河豚干、鲭鱼干、赤鯮（喉黑鱼）干等本地渔产不仅能长时间保存，而且风味更加浓郁。鱼露也是当地名产，它是一种将沙丁鱼或鲭鱼用盐腌渍发酵后制成的传统酱汁。当地人用它代替普通酱油使用，而每家每户都有制作鱼露的独特配方。2023年，“能登鱼露生产技术”被列入国家非物质民俗文化财产。

面向未来

随着便利的超市和网络购物的普及，每日前往朝市采购食物的顾客越来越少，于是部分摊位开始改成周末出摊。尽管现在种田、捕鱼以及经营摊位已不再是轮岛年轻人向往的生活，但朝市还是在悄然发生着变化。为了扶持新的事业，这里开始允许经营短期或快闪摊位，吸引了年轻工匠和创业者进驻市场。

轮岛朝市的开市时间为每天 8:00 至正午，每月第二个和第四个周三、1 月 1 日至 3 日关闭。附近休憩区域的渔火区提供烧烤设备，可以现买、现烤、现吃。