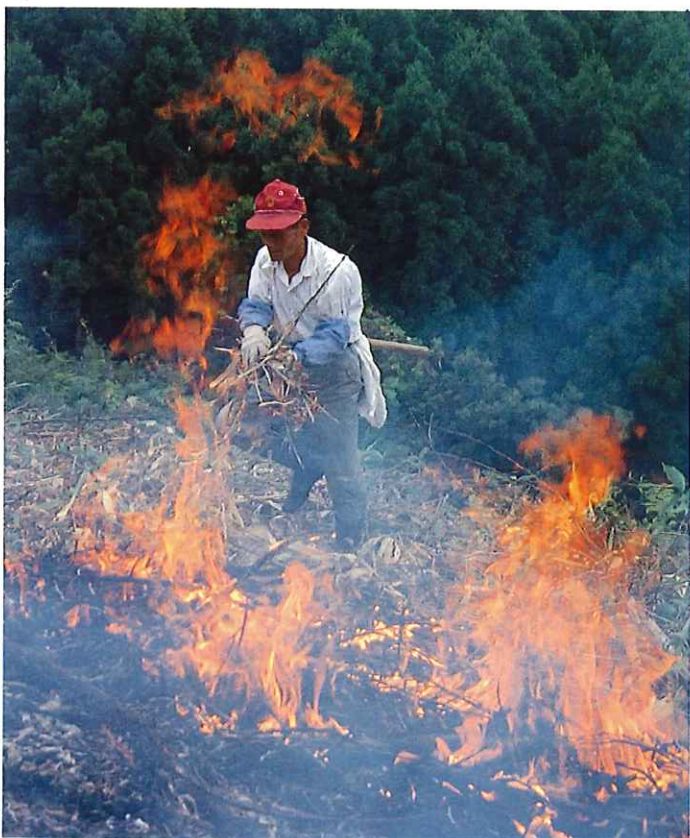


地方と都市を結ぶホットライン・マガジン

DePOLA ^{でぽら} 13

'97秋冬号

特集 風土と人の英知が育んだ
風土食探訪



特集 風土と人の英知が育んだ 風土食探訪

日本各地には、その土地の風土から生まれた作物、海の幸があり、人々はそれらの恵みを加工したり保存食や旬の食物として大切に活用してきた。いまこれらの風土食が健康食、長寿食として見直され、また郷土の物産として現代風にアレンジされて市場に出始めている。しかし作物の改良や伝承者の高齢化等で消失の危機にある種や食物もある。伝統や風土にこだわりながら作物を育て、加工している地域や人々取材した。



平安の食を今に伝える

京の伝統野菜たち —— 3

秘境が育んだ食 (宮崎県椎葉村) —— 7

山また山を越えると眩しい海があった
熊野詣と風土食 —— 10

「不味公」好みの松江の食文化

ぼてぼて茶を飲みに行く —— 16

農家のお母さん達の

風土食おこし、村おこし —— 19



- 地元産大豆だけで作る「みまき豆腐」は最高 (長野県北御牧村味の研究会) 19
- 山菜を生かした「ひばごん井」/ 峠の茶屋「やまびこ」 (佐賀県) 20
- 地元の子供にもっと魚を! 漁家の主婦が加工調理して (山口県「ジョイフルセンター須佐」) 21
- 姑から嫁へ、本物の梅のおいしさにこだわる (和歌山県「プラム工房」) 22
- 伝統の「田舎風味噌」作りを核に農産物の販売も (群馬県富士見村農産物加工組合) 23



「でほら」とは

Depopulated Local Authorities (人口が少ない地域)、つまり過疎地域の意味。わが国の過疎市町村は38%にも達しています。貴重な自然環境と農産物の供給地であり、日本の伝統文化や風土を伝承してきた農山村の活性化と発展をめざすための交流誌として『でほら』をお届けいたします。回覧し、多数の方にご高覧いただければ幸いです。

●表紙写真

- ・熊野川と「めばり寿し」 (和歌山県)
 - ・焼き畑とソバの花 (宮崎県椎葉村)
- 写真/小林 恵・芥川 仁

■De POLA Essay

[食べること]と[食べ物]の昨今 大月隆寛 —— 13

■都市からふるさとへのメッセージ

原宿でふるさとの味覚や情報と出会う「ふるさとプラザ東京」 —— 24



秘伝の調味料をいまに —— 26

- 塩は海からのおくりもの[沖縄の塩] 26
- 杉樽でふた夏を自然熟成[たまり醤油] 27
- 南国の太陽の下、壺の中でまるやかに発酵 [福山町・黒酢] 28

INFORMATION ●各地の風土食品・郷土料理 —— 29
●お知らせ/編集後記 —— 31



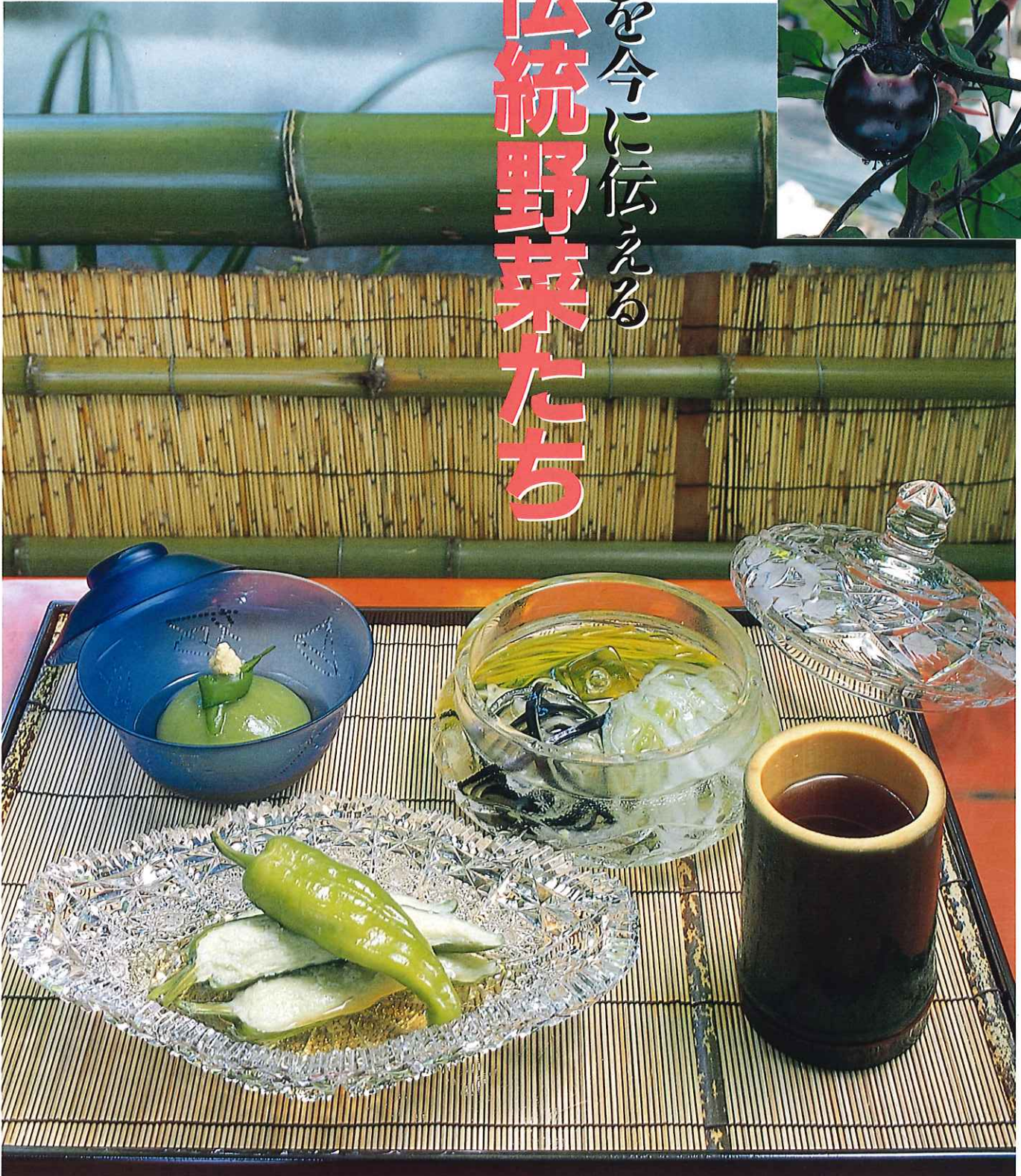
▶鹿ヶ谷かほちや、賀茂なす



平安の食を今に伝える 京の伝統野菜たち

1200年もの間、文化の中心であった京都には、平安の昔から今日まで栽培され続けてきた独自の野菜がある。京都府はこれらの野菜のうち、明治以前から作られているものなど17品目34種を「京の伝統野菜」として選定している。千年の都を象徴する豊かで洗練された食文化。その食文化を支えてきた伝統の京野菜はいま、どのようにして守られ、受け継がれているのだろうか。（写真／小林 恵）

▼初夏の京野菜を使った涼しげな川床料理。「この夏」特製。



京都府農業総合研究所の広大な菜園・育種場と建物



「京の伝統野菜」17品目34種類を保存 京都府農業総合研究所（亀岡市）

●京都の町を歩いていると、店先に並ぶ野菜の種類の多さに改めて驚く。賀茂なす、山科なす、万願寺とうがらし、金時にんじん。関東周辺ではあまり見られない京都ならではの野菜が、市場や小売の八百屋、「振り売り」と呼ばれる曳き売りのりやカーなどの荷台に並べられている。

この野菜の種類の多さを目にしただけでも、京の食文化の奥の深さを見る思い

だが、これらの京野菜の多くが2〜300年以前から栽培されている伝統野菜であるというからさらに驚く。中にはその原種のルーツが奈良時代にまで遡るといいう九条ねぎなどもある。

1987年に京都府は、明治以前から京都府内とその近郊で栽培されているものだけに限り、「京の伝統野菜」17品目34種を選定した。そのメンバーの一人となった京都府農業総合研究所の田中大三野菜部部長は、「伝統野菜」ブランドの背景をこんなふうに話す。

「この辺りのように周辺に大きな産地もなく特別、気候に恵まれるというようなこともない土地で、農産物を振興していこうと考えた

場合、一体何があるだろうか、ということがまず出発点にありました。京都には幸い、古くから伝わる野菜が沢山あるということ、それらをもう一度整理し、文献などもあたり、京都ならではの産品としてアピールしたいということになった訳です」

京都府では平成元年度から行政・農業団体・流通業界が一体となり、生産から販売にわたる一貫した取り組みとして府内産農林水産物のブランド化を進めている。「京の伝統野菜」はそれらの中心品目として位置づけられ、新しい産地づくりや流通販売対策にも力が入られるようになったという。

農家と協力して原種の保存 それでも消えていく品種もある

●選定された「伝統野菜」には鹿ヶ谷かぼちゃ、堀川ごぼう、九条ねぎ、京たけのこ、伏見とうがらし、万願寺とうがらし、えびいも、聖護院だいこん、辛味だいこん、青味だいこん、桃山だいこん、聖護院かぶ、畑菜、賀茂なす、みず菜、壬生菜、すぐき菜、くわいなどがあるが、江戸初期から中期を中心に、いずれも華々しい歴史を背負った伝統の品種ばかりだ。

京都府農業総合研究所では農家からこれらの貴重な原種を預かり、研究所内の低温貯蔵庫で種を保存しながら、採種に努めている。種の寿命は品種によって違うが、大根やかぶらなどのアブラナ科の野菜は寿命が短く、常



▲青味大根。文化・文政の頃朱雀野村（京都市下京区）で作出。前菜用に人気▼しゃきつとした歯ごたえのみず菜



▲「聚楽ごぼう」とも呼ばれ300年以上の歴史を持つ堀川ごぼう。保存危機種



▲案内、説明をしてくれる田中野菜部部長
◀優良京野菜の種子を確保、低温保存し、育種する





賀茂なす等野菜作りの第一人者田鶴さん（左）と廣谷さん

「京都料理芽生会」(ひろや) 料亭と野菜農家のこだわりが京野菜を育む

温で2年というのが平均だという。
農業総合研究所では預かった種を撰氏5度の低温貯蔵庫に、乾燥剤とともに入れて保存しながら、寿命のある間に次の種を採るというやり方で採種している。ちなみに撰氏5度で保存すれば、種の寿命は10年に延びるといわれる。

こうした貴重な原種の採種は1974年から京都府が単独で始めた事業だが、京都市でも同様に、市の事業として補助金をつけ、農家に先祖代々受け継いできた原種の保存を委託している。

「それでも中には主流品種の座から降りてしまったものも沢山あるんです」と、研究所の田中野菜部部長はいう。その理由としてこんな点を挙げる。

「例えば堀川ごぼうや、えびいも、京うどん、京たけのこなどは、特異な栽培方法をとるため、立派な商品を作るには大変な手間と熟練を必要とします。こうした労力事情と、後継者不足のため継続が難しくなっています」

その他にも品種が衰退していく理由には、種苗会社などによる耐病性や収量性に強い品種の普及や、消費者ニーズの変動などが挙げられている。

「伝統野菜」への関心は一方で高まりながら、生産者側のこうした理由で少しずつ衰退していく品種があるのも、また現実のようだ。

収量や品種面を考えた栽培技術の改善と、伝統の維持という相反する局面を、どのように折り合わせていくか。「伝統野菜」が生き残っていくための課題は大きい。

そんな中で注目したいのが、漬物や鍋料理に利用されてきたみず菜と壬生菜の、商品としての新たな工夫だ。重さがひと株3kgにもなり、出荷時期も秋冬に限られていたこれらの野菜を、現代の消費者ニーズに併せて、小家族でコマツナやホウレンソウ感覚で食べられる野菜へと「変身」させたのだ。

変身とは言っても、これまで秋口の間引きの時期などに刈取っていた「小さな株の束」を、新たな商品としたまでのことで、「伝統野菜」であることには全く変わりない。

秋冬だけだった出荷も周年をめざし、より大きな市場へと流通も拡大させた。江戸時代から栽培されてきたというみず菜・壬生菜はこうして「伝統を生かした新しい商品」として、新たな販路を広げていった。

●この「京の伝統野菜」に特別な思いを抱き四季折々の料理に活かしている料理旅館があるというので訪ねてみた。

料理旅館「ひろや」は京の洛北、緑濃い貴船川沿いに建つしっとりとした構えの老舗だ。夏になると市内に比べ10度以上も気温が低いというこの辺りは、昔から避暑地として訪れる人も多く、「ひろや」では川に床を張り出して鮎料理などを食べさせる川床料理が有名だ。

この「ひろや」のご主人廣谷和仁さんは、老舗料理店の二代目経営者を中心とした「京都料理芽生会」の会長でもある。伝統の京料理を広く伝えていこうというこの会では、京の伝統野菜へのこだわりもこの他強く、自



住宅地の中に点在する野菜園。上はそのまま生で食べてもおいしい万願寺とうがらし



広大な敷地を持つ料理旅館「ひろや」と廣谷和仁社長



分の店で使う野菜は、直接農家と契約をして栽培してもらっているという経営者が多い。

「ひろや」の廣谷さんも同様で、取材に伺った日の翌朝も、ご主人自ら市場へ仕入れに行き、その帰りに伝統野菜を作っている田鶴均さんの畑に立ち寄った。

なだらかな山裾に広がる田鶴さんの畑では、夏の陽を浴びて大人の拳ほどもあるまん丸い賀茂なすや、高ヶ峰唐辛子、田中唐辛子など、土地の人にはすっかり馴染みの京の夏野菜が元気に育っていた。

こうして自分の目で成育を確かめ、農家の人たちと畑で仕入れのやりとりをする廣谷さんを見てみると、京料理にとつての野菜がどれほど大事なものであるか、改めて教えられようような気がする。



▲賀茂なす、冬瓜、南京を三色そうめん仕立てにした「冷やし鉢」



▲「ひろや」特製「京野菜彩々」。先付は万願寺とうがらしの葛饅頭仕立旨汁

「ひろや」では近くに自家用の畑もあり、九条ねぎなどはそこで作って、店で使うのだという。素材にこだわる京料理の一面が、こんなところからも窺える。

**お番菜ばんさいに活かしてこそその
伝統野菜でんとうやさいでっしやう**

●川床料理が始まる季節となり、「ひろや」のメニューにも涼感あふれる夏の料理が揃い始めた。万願寺とうがらしを葛饅頭仕立てにした旨汁、冬瓜や賀茂なすを使ったそうめんなど、さすがに京都ならではの美しく繊細な料理が並ぶ。伝統の京野菜もこんなふうにして手をかけて調理されてこそ、本来なのだろうと深く納得してしまう。

しかし「ひろや」のご主人廣谷さんは言う。「京都にこれだけ多くの伝統野菜が残っているというのは、確かに誇るべきことだと思っています。京の都が1200年もの歴史をもっていたことから、優れた野菜が全国から宮廷や寺社に献上というかたちで集まり、それらが茶道の懐石料理、寺院の精進料理などへと洗練され、こうして現在にまで至っていることは事実です。けれども……」

と、廣谷さんはひと呼吸おいて話を続ける。「本当の伝統野菜の良さというのは、私どもが家庭で毎日食べる『お番菜』にこそ、生きていると思うのです。京の暮らしというのは祇園祭りのような年中行事や、いろいろな節会と一体となりながら、季節を感じ旬のものを食卓に出すのです。壬生菜とお揚げの炊いたものとか、賀茂なすの田楽みそとか。伝統野菜を使ったこういう『お番菜』こそ、失くさずに伝えなければいけないと思うのです」



毎日自転車で作業に出かけてくる農家の婦人

冬には一面、漬けもの用のすぐき菜の畑になるという上賀茂神社の周辺を、早朝のんびりと歩いてみた。あちこちの畑で姉さんかぶりをした『お母さん』たちが、見事に育った賀茂なすや万願寺とうがらしを収穫している。『お母さん』たちは家から持ってきた竹カゴにそれらの野菜を入れ、これからそれぞれのお馴染みさんの家を廻るといふ。

こうして収穫したての野菜が京の暮らしの勝手口に届けられ、一日がゆっくりと始まっていく。千年の文化を伝える伝統の野菜たちは、今も『お番菜』のある暮らしの中で、京の食文化をしっかりと支えている。

●京都府農業総合研究所（京都府亀岡市）
☎0771(22)0424

●ひろや（京都市貴船）☎075(741)2401(代)

<http://www.iijnet.or.jp/kibune/hiroya>
取材／金山淑子



▲焼畑をする椎葉さん一家

秘境が育んだ食

宮崎県椎葉村

写真・文 芥川 仁

山の木と花と蜂が

自然体で作る

久喜さんの「蜜蜂」

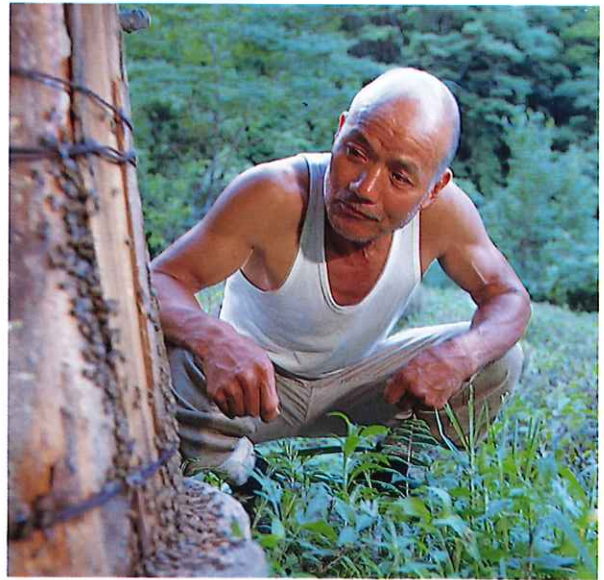
腰から蚊取線香をぶら下げ、ランニングシャツ姿の那須久喜さん（63歳）は、蜂蜜採りの秘訣を「まめな人じゃつたら、やりきる」という。久喜さんの蜂蜜は、「椎葉ミツ」として珍重され、口コミで知った個人に販売されている。

「色や硬さ、匂いなどをみると、蜜をどうやって採ったかが分る。蜜は、十月から十二月までの間に採らないかん。早くに採ると、完全に醗酵しとらんからの。垂らしも、自然にせないかん。少しでも多く採ろうとして、巣を砕いて垂らしたりすると、長くは置けんよ」

近隣の山に仕掛けた巣箱が七、八十個。それをほとんど毎日、点検に回る。特に十月になると、スズメバチが、蜜蜂の親を追い出して蜜を食べてしまうので、気が抜けない。そのためには、スズメバチの元巣を見つけて退治しなくてはならない。蜜蜂の巣に近付いたスズメバチを見つけたら、何時間も追いかけて山を走る。見失うと、そこからまた蜂の道を繋いで、追いかけて何となく退治するのだ。山の遙かかなたを飛ぶスズメバチを見失

▲山の中腹に集落が点在する





▲蜜蜂の巣を見守る那須久喜さん



はなく、千余の人家はたいい山腹を切開けて、おのおのその敷地を構えている」と形容された山また山の村である。

「久喜さんには、樹の精がついている」と村人はいう。それほど見事に、彼が仕掛けた巣箱は蜜蜂が付くのだ。

「蜜蜂というとは、人を見るからよ。俺がすると、蜜を貯め込んだ巣を取り出すときにも全然刺さんとよ。殆ど裸で、手袋も何もせんでも、いっちゃん刺されんよ、家内も同じじやが。荒がかりすつとだめよ」

蜂蜜採りは、子供の時から父親に教わり、五十年間以上。牛を十頭、猪八頭、鶏、ニジマス、コイ、それにウサギも世話している。「養いもんが好きじゃかい」と事もなげに言うが、この他に山の手入れ、畑仕事もこなして、毎年一升瓶に約七十本の蜂蜜を採っている。

「椎葉ミツがうまいのは、天然の木の花の蜜じゃかいよ」

十年程前までは一升瓶に百本を越えて採れていたそうだが、造林で雑木林が減り、農薬の影響もあって、花も蜂も減っているのかも知れない。

九州山地のまっただ中に位置する椎葉村は、日本の秘境と呼ぶに最もふさわしい山村だろう。その秘境が育んだ食の一つが「椎葉ミツ」である。

8月、山の斜面を焼き

ソバ、ヒエを蒔く

峠を越えれば熊本県に抜ける椎葉村向山日添の山腹で、椎葉秀行さん（74歳）が、御神酒を上げて「火入れの詞」を唱えている。

「このヤボに火を入れ申す。へび、ワクドウ（蛙）、ムシケラども、早々に立退きたまえ。山の神様、火の神様、お地藏様。どうぞ火の余らぬよう、また、焼き残りのないよう、お守りやってたもうれ」

八月上旬で、良い天気が続く乾燥した日を選んで、前もって切り開いておいた山の斜面に火を入れる。火が外に燃え広がらぬように「火絶ち」という防火帯を作り、斜面の上の方から順に火を付けながら降りる。

秀行さんと妻のクニ子さん（73歳）が結婚以来、先祖から受け継ぎ守ってきた焼き畑の作物は、一年目がソバ、二年目がヒエ、三年目がアズキ、四年目がダイズと決まっている。四年間の輪作の後には、また原野に戻し約二十年間放置する。

これによって連作障害を無くし、地方の回復を待つ。肥料も農薬も一切使わない。自然とうまく調和した伝統的な焼き畑が残っているのは、日本ではここだけである。

約二十アールの斜面は、二時間足らずで焼けた。まだホコホコと温かい焼き畑に踏み入って、焼け残りを集め、完全に焼いた後、直ちにソバの種を蒔く。

この時の唱え詞。
「これより恵方に向かって蒔く種は、根太く、葉太く、虫けらも食わんように。一粒万粒、千俵万俵おおせつけやっつたもうれ」

機械や化学肥料に頼ることの出来ない時代から受け継いだ自然と共生する焼き畑の農耕儀礼が生きているのだ。

種蒔きの後は、竹ホウキで覆土して、十月末の収穫まで何の手入れもしない。八月に種を蒔いて、降霜前に収穫できる作物はソバ以外にない。

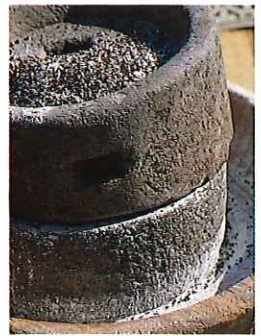
わかない視力と、山を走る健脚がなければ動まらない。

宮崎県東臼杵郡椎葉村は、柳田國男の「後狩詞記」で「……村中に三反とつづいた平地

▼焼いた後直ちにソバの種を蒔く



▲ソバ畑で、椎葉秀行さん夫婦



▲ソバは石うすで挽く

「ソバは、七十五日目の晩飯に間に合うという諺があつとですよ」と、クニ子さん。

「焼き畑のソバは、園（彼女は常畑をこう呼んだ）のソバより粘りと香りがあるような気がするじやろ。ワクドウ汁というてから、大根やら人参やらいろいろ入れて、味噌仕立て作りおつとです。椀の中でソバ団子がワクドウ（蛙）のごつ見ゆっでしょうが」

秀行さんはすでに七十四歳である。夫妻が続けてきた伝統的焼き畑を絶やしてはならないと、十一年前に村の若者たちで「平家焼き畑継承会」を結成した。しかし、採算が合わない、現金収入が必要などの理由から、僅か三年で休眠状態となってしまった。椎葉村には高校がない。中学校を卒業すると、ほとん

どの子供が町の高校に通って、下宿する。仕送りには、現金が必要なのである。

昨年は、秀行さんの体調が悪く、とうとう焼き畑の火入れが出来なかった。この春、ついに兼ねて長男の勝さん（44歳）が、島根の職場を辞めて帰ってきた。危ういところで、伝統的焼き畑は途絶えないで済みそうだ。

「藤豆腐」「菜豆腐」「干タケノコ」 四季折々の風土食

椎葉村にはこの他にも、その風土が育てた食材が多い。

春ならば、タケノコ、ワラビ、ゼンマイ、イタドリのお山菜は当たり前だが、藤の花を入れた「藤豆腐」や春ゴナ（かぶ）の葉を入れ

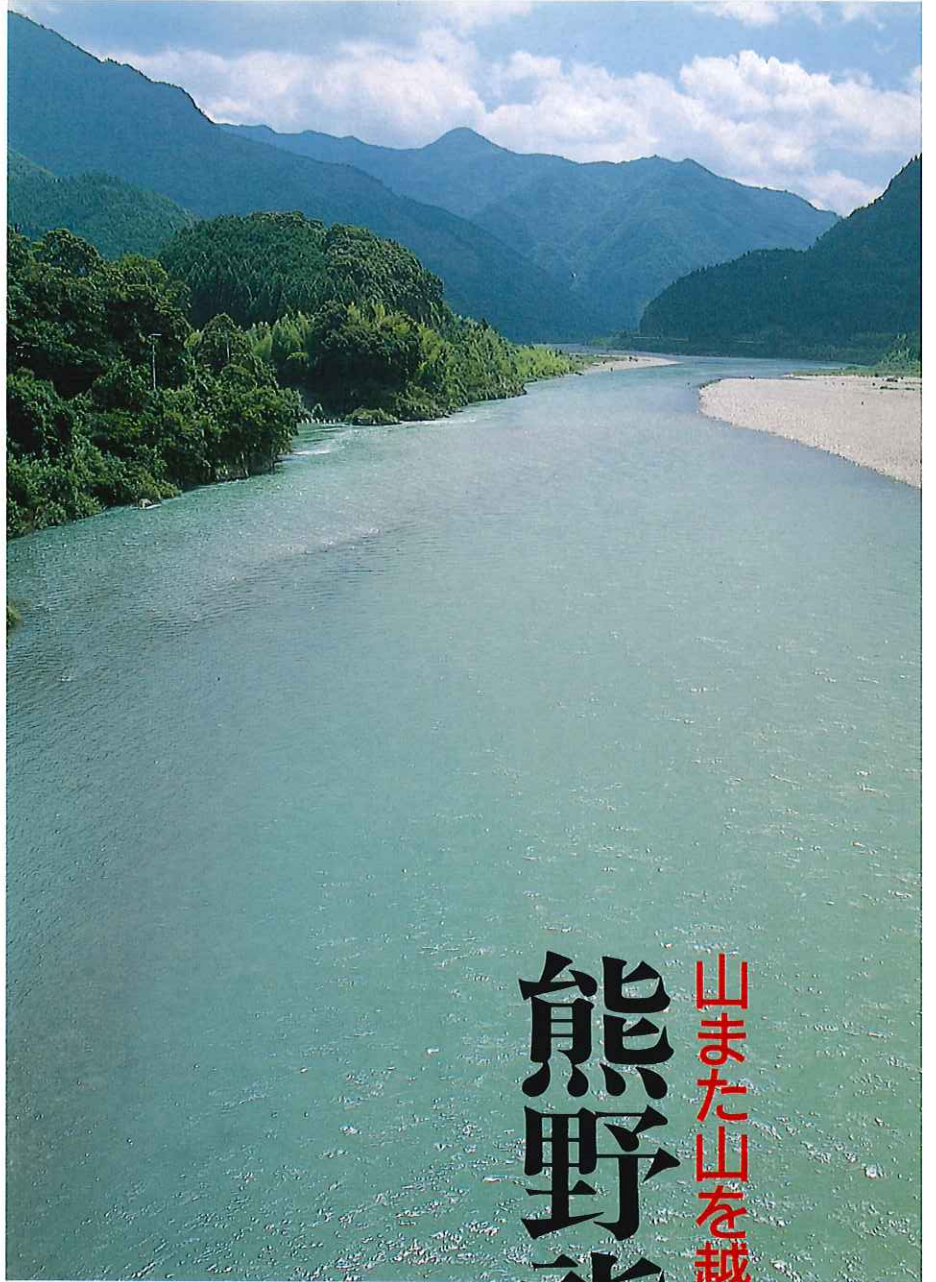
た「菜豆腐」をどこの家でも作る。夏には、エノハ（ヤマメ）。秋は、ゆず。冬は、猪と鹿である。

保存食として珍重されているのが、干タケノコだ。椎葉では主にハチクを使う。収穫したら出来るだけ早く皮を剥いて、大釜で約二時間ゆがく。茹で上がった冷えたら、親指で縦に割って開き、よく乾燥させる。白く粉をふいて、一見スルメイカと見間違えう。ひと昔前までは、天日や囲炉裏で乾燥させていたが、ちようど梅雨時にあたるためなかなか上手くいかなかった。現在では、椎茸の乾燥器を使って手軽にできるようになった。それでも、乾燥におよそ十五、六時間はかかる。

自然の恵みと人々の知恵が作り上げた椎葉の風土食は、手がかかりすぎて経済効率からみると割に合わない。この豊かな食を支えるのは、街に暮らす我々が積極的に求めることなのだ、秘境椎葉を訪ねて思った。

◀干タケノコを手





▲雄大な熊野川

山また山を越えようと眩しい海があった 熊野詣と風土食



▲熊野本宮社殿。長い石段を登りつめた深い森の中に



▲熊野速玉大社
◀日本最古の温泉といわれる湯の峰温泉の“温泉神社”

吉

野・金峯山から南へ連なる山々は、大峯山系、大雲取山へと至り、熊野三山を擁して本州最南端の海へと落ちていく。熊野三山は、三つの山を指しているのではなく、三つの聖城、霊場のことを言う。果無山脈に近い内陸本宮、熊野灘に面した新宮、半島南端の海に近い那智山の霊場。

現在これらの霊場には観光で訪れる人が多くなったが、平安時代から鎌倉時代にかけては「蟻の熊野詣」といい、京から熊野路をめざす人々で賑った。和泉式部も平安中期の頃熊野を参詣して歌っている。

熊野へ詣でたりけるに さはりして奉幣かなはざりけり 晴れやらぬ身の浮雲のたなびきて 月の障りとなるぞ悲しき

当時の多くの人々は伊勢路へ出て熊野をめざしたが、修験者たちは奥深い山道を通った。大峯の山道を何十日もかけて歩き続けて本宮をめざすことが信仰であり、修験であったのだらう。

不治の病いを背負い、死と向かい合った人々に力を与え、实际的に身心を癒してくれたのが、本宮の南数キロのところにある湯の峰温泉であった。日本最古の温泉として知られ、

湯の花の化石で作った薬師如来像などが祀られている。湯治で元氣を取り戻した人々は、次の霊場へ向っていった。

熊野本宮は十津川と音無川の合流地にあったが、明治22年の大洪水で社殿が流出、いまは川筋の奥の森の中に移築している。

二つの川が合流して熊野川となるが、その河口新宮市にあるのが熊野速玉大社。周辺にあるゴトビキ岩(神倉神社)、花の窟などの巨岩・奇岩信仰の聖地であると共に、農業と漁業の守護神でもある。朱色の大鳥居、本殿などが現代的である。



▲熊野詣に、しもじ製「うすかわまんじゅう」



修

験者が秘かに食したという料理が、
檀原神宮（奈良県）のホテルに伝わっている。牛乳をベースにした「飛鳥鍋」と呼ばれるもので、野菜や若鶏が入っている。推古天皇の頃に帰化した唐人の僧侶達が苦行に耐えかねて里へ下り、秘かに牛乳を食用したという。

熊野詣者や修験者が食した食物についてはとくに文献はないが、鮓飯をベースにした保存食が中心であったと思われる。

「柿の葉寿し」「朴葉寿し」などが和歌山・奈良県境にいまも残っている。

保存食といえば、南紀伊の代表的なものが「さんま姿寿し」「めばり寿し」。山の幸と共に海の幸にも恵まれた和歌山県を代表する食物で、昔は正月等に作られたが、いまは観光客用に年間を通して売られている。

熊野本宮の大鳥居の前で毎週土曜日に朝夕を開いているのは本宮町のお年寄り達。「じじばば市」というのだそうで、自家用の野菜や

漬物、梅干、梅ジャムなどを売っている。

しその赤がよく効いた酸っぱい梅干、10種以上の山野草を組み合わせた野草茶、自家製の煎茶など、この地方の農家の味を並べた素朴な小さな市だが、観光客に受けている。

本宮詣や温泉客に人気があるのが「うすかわまんじゅう」。大正時代に熊野古道沿いで創業したが、国道が整備されてから街へ下りてきた。熊野川を上下する船頭さんたちにも愛用されてきたというが、往来するいかだ船は消え、熊野古道に訪れる人も稀れとなった。

しかし現在「うすかわまんじゅう」は三代目下地郁子さんと娘さんが、昔の味にこだわりのながらしっかり伝承している。上品なこしあんにしん粉を薄くまぶした上生菓子に近い味。包装紙のホタルとカジカ蛙の絵も昔のまま、よく老人が「ホタルと蛙の絵のついた饅頭を」と注文してくるという。

本宮入口には、戦後生まれの「詣まんじゅう」の店もあり、観光客で賑わっている。

那

智山は紀伊半島の南端にあり、熊野詣者や修験者にとって一大浄域であり、宗教的宇宙といった趣きがある。

那智山の落差1333mの大滝は原始の時代からいまも変わらぬ信仰の原点であり、その昔は花山法皇（968-1100年）の一日滝修行をはじめ、多くの修験者が行を重ねた。

大滝を眼前に望む場所には那智大社と青岸渡寺があり、海上を往来する人々が安全を祈る信仰の山でもある。

修験者や仏教者が最後に行きつくのは「補陀落渡海」という海の彼方にある浄土への旅立ちだった。

箱船に乗り波頭の向こうに消えていく舟を

人々は読経を捧げて見送った。「補陀落渡海」は江戸時代まで続いたというが、その観音浄土への出発点となった海岸は、いまは紀勢本線那智駅のすぐ東側に当たり、防波堤や人家が取りまき、当時の面影を偲ぶことはできない。

那智山へ至る参道には那智黒と呼ばれる銘石や土産物を売る店が軒を連ねている。「那智黒」は那智黒にちなんでいつの間にか黒い飴も登場してきたが、本来は炊り麦を粉にしたハッタイ粉の茶色い飴で、「那智の土産か又あめ(雨)か」と言い古されて300年たつという。

黒

潮立つ太平洋に臨む那智勝浦町は、南国の海の町という雰囲気は一変する。隣町がクジラで有名な大地町であることから、漁業の盛んな町の一つであるこ



▲那智大社の参道には昔ながらの店が並ぶ。土産の一つ「那智飴」



▲壮麗な那智の滝

とが伺える。
 「さんま姿寿し」に使われるサンマは10月か
 ら2、3月頃にかけて水揚げしたもので、太
 平洋を南下してきたサンマはすっかり脂肪分
 が取れて、スマートになり、身がしまってい



川柳特製のさんま姿寿し
とめばり寿し



保存食の調味料としては酢の存在が大きい。
 那智勝浦町には明治12年に創業、伝統の「古
 式醸造酢」を製造し続けている(合)丸正酢店
 がある。
 近郷で穫れた良品のもち玄米と米こうじに
 那智山から湧きでてくる天然地下水だけを用
 いて、30石もある杉の木桶で長期間(120
 日〜500日)を発酵させる。
 創業当時は米酢造りの原理が解明されてお
 らず、有害菌が発生して廃業に追いやられる
 店も多かったという。先代達から秘伝を学ん
 だ三枚目小坂晴次社長は、さらに研究開発を
 行ない、銘品「那智黒酢」をはじめ、「柚子ぼ
 ん酢」「三杯酢」「上寿しの酢」「あま酒酢」「酒
 酢」などを製造、酢のまろやかさや素朴な風

る。これを地元の人々は大量に買い求め、塩漬
 けにしたり丸干しにして保存する。
 那智勝浦駅近くで料亭を営み、駅でさんま
 寿し等の弁当類を扱っている「川柳」の田宮
 高子夫人と上地喜和主任にさんま寿しを作っ
 てもらった。
 新鮮なものを腹わたをぬいて塩漬けし、2
 〜3日したら塩ぬきして骨を取り、酢でしめ
 る。
 「さんま姿寿し」は、酢がほどよく効き、サ
 ンマの油っこさや臭みはまったくない美味な
 ものであった。
 「めばり寿し」は、漁師や山仕事に行く人が
 愛用してきたもので、細く刻んだ高菜漬けを
 ご飯に混ぜ、それを大きい高菜で包んだもの。
 昔は大きな握りであったため、食べる時に目
 を見開いたことから「めばり」という名前が
 ついたという。さっぱりしていて、さんま寿
 しによくマッチする。

- 味を料理にもっと活用
 してもらいたいとPR
 にも力を入れている。
- 長い年月を感じさせ
 る工場には、大きな杉
 桶が並び、初代が相撲
 ファンだったことから横綱たちの名前が付け
 られている。社長は作業に入る前に神棚に手
 を合わせ、ほら貝を吹いて気持を統一する。そ
 れが杉桶の酢達にも聞こえているようだった。
- (合)丸正酢醸造元 那智勝浦町天満 ☎07
 355 (2) 0038
- 川柳 那智勝浦町駅前大通り ☎073355
 (2) 0860
- 薄皮饅頭しもじ 本宮町請川 ☎073354
 (2) 0017

▶神棚に拝す小坂社長



▶伝統の古式醸造酢作り百余年
の丸正酢店



▲那智山から湧き出た霊水を使って
▶名横綱の名前をつけた大杉桶



写真/小林恵
 文/浅井登美子

「食べない」と「食べ物」の昨今

大月隆寛 (民俗学者)

お恥ずかしい話ですが、「風土食」という言い方があることを、今回、編集部から原稿を依頼されるまで、不勉強にして知りませんでした。

要するに、かつてならば「郷土食」「郷土料理」とか呼ばれていたものなんです。ただ、それなら民俗学がその視野の中心ではないにせよ端っこの方で眺めてきた領域じゃないか、と思っただけでいきなり安心したりしたんですが、しかし、そこでもう一度よく考えてみると、民俗学が本当に「郷土食」や「風土食」をこれまでちゃんと取り扱ってきたのだろうかとか真面目に尋ねられたら、実はかなりあやしいところがあります。

確かに、たとえばアメリカの民俗学では毎年必ず food waysなんて食生活、食文化関係の部会がいくつも設定されて、それはさまざまな文化的伝統を持った人たちがその伝統をどのように自覚してどのように生活の中で実践しているのか、ということを中心にした、かなり包括的な関心に基づいているようです。しかし、振り返って考えてみれば、わが日本の民俗学でそのような食生活についての専門の部会が設定されていた記憶は、少なくとも僕にはありません。いや、それだけではない、「衣・食・住」なんて言われて日常生活を語る時の重要な柱となっている三要素全てについて、情けない話ですが日本の民俗学は正面か

ら扱えなくなっているらしいのです。

けれども、かつてはそんなことはなかった。その土地の歴史や環境・風土に根ざした食生活のありように、民俗学者たちは早くから注目してきました。異なる土地の異なる暮らしの中にわざわざ出かけてみると、まず気になるのはそのような衣食住の「違い」なわけですが、そのような「違い」をまずつぶさに観察して記述してゆこうとすることが、何も民俗学に限らず、現地に足を運ぶことから何かを考えたようにする学問の基本的な姿勢だったはずで、現にやっていました。それは言い換えれば、「具体的なもの」や「具体的なこと」に対する具体的な関心をきちんと持つことから始めるということでもありました。ところが、いつの頃からかそれができなくなっているらしい。

きっとそれは民俗学だけの問題でもなく、大きく言えばわれわれ日本人が、「豊かさ」の中で身のまわりの「具体的なもの」や「具体的なこと」にうまく関心を持ってなくなってしまうことと深くからんでいはずだと僕は思います。「衣食住」というもともと身近で具体的なはずの「もの」や「こと」に意識を向けられなくなった文化や民族なんて、やはりロクなものじゃありません。



イラスト／北沢夕芸

「コンビニには惣菜がどっさり」

中でも、どうしてわれわれ日本人はこんなに「食べること」についてこんなに無神経になっってしまったんだろう、という疑問は強くなります。

たとえば、コンビニエンスショップの惣菜の類。いや、僕もついつい利用してしまう手

前、あまり偉そうなことは言えないのですが、ああいう食べ物日々平然と食べてしまえる感覚というのは、何もうまいはずといったことだけでなく、もっと根源的な「食べること」に根ざした身体的違和感の衰退という意味で、もっと問題にしなければならぬことだと思います。

ごく乏しい海外経験の中から思い返してみても、アメリカであれオーストラリアであれコンビニエンスストアやそれに近い店があったとしても、日本のように惣菜やファストフードの類が陳列棚の大部分を占めるなんて光景はほとんど見かけませんでした。食材は食料として、ファストフードの店はファストフードの店として、それ自体きちんと「食べ物」を売りにする場所として存在しているわけで、日本のようにコンビニの中に雑誌やティッシュペーパーや洗剤やのし袋などと隣合わせに平然と売っているわけでもない。さらに一歩外に出てみればコンビニ以外にも、ハンバーガーはあるわフライドチキンはあるわ、牛丼はあるわ回転寿司はあるわ、というようになわがニッポンの、この何でもありの事態は、世界的に見てもかなりけったいなもののはずです。

下町には「煮売り屋」があった!

とは言え、かつては「煮売り屋」という言葉もありました。街の暮らしの中で、煮豆などのちよつとしたおかずになるものを売りに回ってきた、言わば惣菜屋さんですが、と云っても作り置きの冷めたものを売るのでなく、作った後、買う人がある程度ほかほかの

ぬくもりと共に食べられる程度の狭い範囲がその商売圏だったようです。納豆売りなんてのも、貧乏な家の子どもがやらされる日銭稼ぎの商売として定番の語られ方をしていますが、いずれそのようにそのままおかずになる食べ物を売りに回ってくるという商売は「煮売り屋」の周辺にもある広がりを持って存在していました。現に、今でも下町にはそのようなおかず屋、惣菜屋が必ずある街並みというものが細々と存在します。それらの街並みの中にコンビニやハンバーガーショップが出店することが、その街の暮らしのあり方が変わってゆくひとつの目安だと僕は思っているのですが、それはともかくとしても、最近よく言われる「外食文化」というのも、何もそんなに大層に言わずとも、少なくとも街暮らしの日本人の食生活のなかには昔から必ずあつ

たものはずです。

確かに、今のコンビニの惣菜や弁当というのは「食べ物」自体としても豊かなものではないし、あれに慣れてしまうような感覚の鈍感さからはできるだけ身を遠ざけておきたい。けれども、だからといってそのような出来あいの惣菜を買ってきておかずとして間に合わせることを主婦の横着として眉をひそめ、あるいは、外食をことさらにせいたくだけとらえる、そんな考え方は、もしかしたらそういう「煮売り屋」もまたひとつの合理的な「風土食」の文化としてきた街暮らしの日本人の歴史に対する無知ゆえのことかも知れないと思います。最近、コンビニで買った惣菜を子どもに食べさせたり、コンビニ弁当を学校に持ってゆかせる母親というのが何かひどい親の代表のように言われるのも、落ちついて考



えれば、そのような「食べ物」は家庭で作るもの」という考え方が、個々の暮らしの実情とかけ離れたところであるイデオロギーとして広まってゆき、人々の意識を縛っていた歴史と関わっているはずなのです。

「おふくろの味」は 軍隊の食事の献立が ヒント!?

で、まわりくどい言い方で恐縮なのですが、そのような「食べ物」は家庭で作るもの」という考え方が、まさに「郷土食」や「風土食」といったカテゴリーを生み出してきたのかも知れないと思えます。

今でこそ「風土食」などと言ってはいても、もとはと言えばわざわざそんなもの言いを持ち出さなくても、その土地その土地で当たり前のもので行われていた食事のありようのある部分なわけで、それを敢えて文脈を抜きに取り上げて強調し「郷土食」「風土食」などと言うようになったこと自体、その土地の食生活のありようがそれまでの当たり前と変わってきたことを裏返しに証明しているはず。

同じような文脈で、僕は「おふくろの味」というのがどのように成立していったのか、ということがずっと気になっています。

「おふくろの味」と言った時、たいていあげられるのは肉じゃが、きんぴらごぼう、ほうれん草のごまあえ、といった類の献立です。何でも若い女の子などに言わせれば、狙った男の子をきつちり「落とす」には手料理を食べさせるのが一番で、中でも肉じゃがの効果

は抜群なのだそう。ことほどさように肉じゃがは、今の日本人の感覚の中で「おふくろの味」の代表選手となっているようです。

しかし、このじゃがいもと牛肉にちよつとした野菜や糸こんにやくなどを混ぜて甘辛く煮付けた肉じゃがという代物、そんなに古い歴史があるわけでもなさそうです。確か国木田独歩に「牛肉と馬鈴薯」という小説があったと思いますが、当時、明治三十年あたりでは、この牛肉とじゃがいもという食べ物の組合せは実にハイカラな、少なくとも普通の人の食事の当り前に乗るようなものではないはず。土地の伝統的な「風土食」だったはずもない。だったら、なぜ肉じゃがは「おふくろの味」というような漠然とした、それこそ具体的な土地や風土と関係のない、言わば日本人の心の中に作り上げられた「ふるさと」なり「あるべき暮らし」なりという「虚構の風土」にだけ結びつけられて記憶されていったのか。まだきちんと調べてはいないので断言はできませんが、この謎に対する答えは、たとえば軍隊での食事の献立の中に重大なヒントがあると僕は思っています。カレーライスの普及に軍隊での食事の経験が大きい役割を果たしていたということはすでに指摘されています。同じように、肉じゃがやきんぴらごぼうやほうれん草のごまあえなども、戦前のわが帝国陸軍の献立マニュアルの中に取り入れられています。そう考えれば、味噌汁、漬物、焼き海苔、生卵、納豆という旅館の朝食のあの定番というの、どうい道筋をたどってあのようになつていったものか、ただはつきりと明らかにはされていませんが、「おふくろの味」が作り出されてゆくのと同じような、具体的な「風土」が抽象化されて日

本人一般の意識の中に「ふるさと」「あるべき暮らし」として新たに宿ってゆく過程と無関係のではありません。

「風土食」「郷土食」に とらわれず

今、こういう状況の中で「風土食」を改めて見直すということの中には、そのように「風土食」「郷土食」というカテゴリーを作り出していった過程も含めて視野に入れて考えることも含まれるべきだろうと、僕は思います。でないと、「風土食」こそがあるべき正しい食生活というような考え方がうっかりと肥大してゆく危険性に対して、ちゃんと歯止めもかけられませんか、また一方では、それこそ「おふくろの味」や旅館の朝食といった食文化のありように対しても具体的に見つめることができないう自由が必ず介在してきます。身のまわりの具体的な「もの」「や」「こと」と向い合つて言葉にする手続きを見失つたまま「風土食」をもてはやす態度は、「こだわり」や「本物」といった新たな呪文をひとり歩きさせてゆくことにつながる。

そして、今のこのようなニッポンのへいま・こころを相手に頑張るしかない民俗学者として何より情けなく心萎える思いがするのは、本質的に消費者であるしかないわれわれ街暮らしの人間たちと同じように、いや、場合によってはそれ以上に、その土地その土地の脈絡の中で生きてゆくしかない地方の人たちの方が、そのような呪文にからみつかれてしまっているというような事態が往々にして見られることなのです。

大月隆寛(おおつき・たかひろ)氏一九五九年東京生まれ。早稲田大学法学部卒業。東京外国語大学助手を経て、国立歴史民俗博物館助教授。今年三月、辞職。現代社会の問題と向かい合えない今の民俗学に厳しい批判を投げかけ、柳田国男の提唱した「経世済民の学問」「世相開設の史学」としての民俗学の初志に立ち戻ることを主張。雑誌、テレビなども含めて独自の視点から広い分野での評論、発言を続けている。著書に「厩舎物語」「民俗学という不幸」「無法松の影」「大月隆寛の無茶修業」若気の至り」「顔あげて現場へ行け」などがある。



城下町松江。江戸時代中期、希代の大家人と
うたわれた松江藩七代藩主松平不昧公のもとで、
茶道を中心とした和の文化がこの水の都に花開
いた。なかでも菓子、料理は不昧公好みとして
松江らしい感性を大切にしながら洗練され、松
江の郷土料理の礎となっていく。不昧公の残し
た遺徳をたどりながら、松江の食文化とそれを
体現する「ぼてぼて茶」を探訪してみた。

「不昧公」好みの松江の食文化 ぼてぼて茶を飲みに行く。

茶道楽の殿様の影響で、
いまもお茶をたしなむ習慣

松江の閑静な街並みを歩くと、数多くある
和菓子屋や茶間屋などに「不昧公好み」とい
う引き句を掲げた看板や商品が目につく。不
昧公とは松江藩七代藩主松平治郷の雅号であ
り、茶の湯を極めた風流人として知られてい
る。今日にも受け伝えられる城下町松江の様々
な暮らしの様式や諸相を整えたのが、この治
郷、すなわち不昧公であるといわれている。
松江の人々に親しまれ、この人がいなかった
ら松江はもっと違った街になったであろうと
さえ評されるお殿様である。では松平治郷、
不昧公とはどんなお殿様であったのか。

治郷が禄を受け継いだ十八世紀後半、松江
藩の財政は窮乏を極めており藩滅亡とさえ噂
されたほどであったという。治郷はさっそく
朝鮮人参栽培や和紙生産などの殖産興業を奨
励、軌道に乗せる一方、公費の節約に勤め、
田租を引き上げるなどして傾いていた藩財政
の立て直しに成功する。まさに藩の危機を救
った名君である。茶の湯の方は、初め志村三
休について三斎流を、十八才の時には伊佐幸
琢について石州流を修め、やがて諸流を包容
した大名茶を大成、不昧流を興こす。治郷の
茶の道についての入れ込み様は激しく、高価

な名器を買い漁ったり、幽玄な趣の数奇屋風
茶室の建設を指図したり、茶に合う菓子を職
人に作らせたりと、まさに茶道楽を極めた。
「古今名物類聚」「茶礎」など茶道に関する著
書も残っている。

当時は上級武士にしかお茶を飲む習慣は許
されていなかったが、商人の中にはこっそり
とお茶をたしなむ風流人も現れ、しだいに松
江の人々の間で茶道は盛んになってくる。こ
うした茶道の隆盛は陶芸や漆工、木工などの
芸術性を高め、山川や若草など伝統の銘菓を
生み出し、松江の風雅な文化の礎となってい
く。そして明治の「天下御免」になると、一
気に松江のみならず出雲全体にお茶を楽しむ
習慣が広がっていった。松江の人々は不昧公
の育んだものを大切に引き継ぎ「不昧公好み」
として今に伝えているのである。

もともとは漁師たちの冬料理 名物「穴道湖七珍料理」

不昧公の遺徳は料理にも数多く残されてい
る。その代表とされるのが穴道湖七珍料理の
ひとつ、スズキの奉書焼であろう。治郷とこ
の料理について、こんな逸話がある。寒い季
節に穴道湖のほとりで漁師たちが焚き火をし、
その灰でスズキを蒸し焼きにして食べている
ところに、ちょうど治郷一行が通りかかった。

松江の郷土料理「穴道湖七珍」



穴道湖からとれるアマサギ、シラウオ、スズキ、コイ、シジミ、モロゲエビ、ウナギの七種の食材を使った郷土料理「穴道湖七珍」。今では松江の料亭や旅館の看板料理としてすっかり有名になったが、かつては穴道湖周辺の食卓では実にあたりまえの日常的な料理だったという。冬に卵を持つ腹太スズキの煮なます、香り高いアマサギの天麩羅や佃煮、シラウオの酢味噌あえ、そしてシジミの味噌汁など、どれも松江近辺ではおなじみの家庭料理である。コイこくなどもぐつぐつ煮込んでうまさを引き出していく。身も心も温まるまさに冬の料理である。日本海が荒れて魚介類の手に入りにくい寒の時期に、いちばんの旬の食材を提供してくれる穏やかな穴道湖は、松江で暮らす人々にとってひじょうにありがたい湖に違いない。この穴道湖七珍は松江の主だった料亭や旅館で懐石風に食べることができ、観光客に好評。七珍味すべての食材が生のまま揃う冬がいちばんの食べ頃となる。

言ったという。それから数年後、出雲地方を数回飢饉が襲うが、この時不味公はぼてぼて茶を思い出し、わずかな米を食い延ばすために臣下にぼてぼて茶碗を下賜、奨励。これが民間に普及するきっかけとなったという話が残っている。

治郷はこの庶民の料理におおいに興味を示し、さっそく城に持ってくるように申し付けた。漁師たちはせっかくお殿様に差し上げるのに焼いた魚に灰がついていたのでは申し訳ないと、奉書紙で包んで焼いて献上したという。庶民の料理を奉書紙に包むという漁師たちの知恵もさることながら、こうした庶民の暮らしぶりに価値を見いだし、ともに楽しんだところに愛される殿様としての人柄がしのばれる思いがする。

このように不味公のひざもとで料理は洗練されていた。例えば、朱塗りの丸い三段重ねの器に盛られたそばに葉味とやや濃い目のだしをかけて食べる「割り子そば」や大きなアワビの貝殻を鍋にして野鴨を焼いて食べる野趣あふれる「鴨の貝焼き」。不味公自らが考案したという「鯛めし」も他では味わえない

もの。これは鯛のそぼろ、ゆで卵の白身と黄身をそれぞれみじん切りしたもの、岩海苔、ネギ、大根おろし、本わさびをあたたかいご飯にのせ、秘伝のだし汁をかけて食べるぜいたくな料理である。

松江、出雲地方は山海の幸に恵まれた地域。とくに松江を囲む水域は、穴道湖、中海、日本海と変化に富み、ふたつの塩分濃度の異なる汽水湖（淡水と海水が入り交じる湖）を持つという特殊な環境も手伝って、この地に豊かで味わい深い魚介類をもたらした。穴道湖産のシラウオ、アマサギ、ヤマトシジミなど全国的にもその美味は知れわたっている。こうした恵まれた食材をおいしく、しかもどこかに風雅な趣を持たせながらいただくのが、松江流、出雲流の食の在り方なのかもしれない。例えば、ぼてぼて茶。先に紹介した「鯛め



鯛めし（みな美）
鯛のそぼろ、卵の黄身と白身、海苔、ネギ、大根おろしを熱いご飯にのせ、秘伝のだし汁をかけて食べる。

し」が茶漬けのぜいたくの極みとすれば、この「ぼてぼて茶」は茶漬けのシンプルさの極みに位置付けられるものであり、そして、これもまた面白いことに、不味公に深いゆかりを持った風雅な味わいの一品である。

ある時、鷹狩りに出かけた不味公がある庄屋で休息した。その時空腹を満たすものと所望したところ、この庄屋の老婆がぼてぼて茶をたてて差し出した。これを飲んだ不味公はことの外疲れを癒し「この茶面白し」と



▲ぼてぼて茶を出す「一心庵」
他に和菓子とお茶が人気。



素朴な中に風雅な味わい 「ぼてぼて茶」

その「ぼてぼて茶」をいただきに、これまで不味公ゆかりの月照寺前の茶店に立ち寄ってみた。月照寺は松江松平家の菩提寺であり、初代藩主松平直政が生母月照院の菩提を弔うために興した寺。もちろん七代藩主不味公の墓もここにある。今では、古き佳き日本の面影を残す松江らしい観光名所のひとつとなり、観光ループバスも巡ってくる。その門前にある茶店は、じりじりと照り付ける陽射しの中でも、すずやかなたたずまいで辺りの静かな風景に溶け込んでいる。茶店の名は「一心庵」。かつては精進料理も出していたが、今では抹茶とぼてぼて茶のみ、文字通りの茶店だ。ぼてぼて茶をひとつ注文する。あじさいの

茂みなどがきれいに手入れされた庭を眺めながら待つ。しばらく間があつてから、ぼてぼて茶が運ばれてきた。両手で包むのにちょうどいい大きさの、胴のあたりが少しふくらんだ茶碗に泡の立ったお茶が入っており、横に添えられた平皿には白ごはんと、きゅうりの奈良漬、たくわんの香の物、黒豆、高野どうふ、しいたけの煮染めの六品。季節によっては紅色鮮やかな津田かぶ漬や春の新たけのこが入ったりもするという。そして黒文字が一本。これらが小さな木の器に乗せられて出てくる。いたって簡素な見た目である。

「このぼてぼて茶を飲むために、わざわざ遠くからいらっしゃる人も多いですよ」と店の人に教えてもらう。松江城や宍道湖の夕日よりも、ぼてぼて茶を飲んでほじめて松江に来たことを実感するのだという。ぼてぼて茶は松江でしか味わうことのできない、いかにも松江らしさを感じさせるものなのだ。

平皿の具六品を泡立ったお茶の中に入れ、黒文字でかき寄せながらすすするようにして飲む。口の中にお茶のほんのり甘い香りと、香の物のぱりつとした食感、そして懐かしい煮染めの味が広がる。思ったよりさらつとしている。そして、おいしい。茶碗の底をとんとん叩いて片寄せた具を、お茶とともに口に流し込み、残った具は一息にポンと口に放り込むようにして食べるのが通と、ものの本には書いてあるが、なかなかそういうわけにもいかない。ずるずるとすすり、残った具を黒文字でなんとかかき寄せて食べる。少しばかり腹の足しになるかと思っていたが、そうでもない。簡単なおやつ、小箸間という印象だ。しかし、飲み終わった後になんとも言いがたい充足した感じ、ほのほのとした幸せな気分

分になってくるから不思議だ。松江の昔からの生活と文化を、今に伝えるぼてぼて茶。質素な中にも風雅な趣のその味わいを楽しめるところも数少なくなつた。愛飲する人も地元のお年寄りや観光客の一部であるという。お茶に合わせる具を選ばず手間もかからないので、なくなってしまうことはないと思うが、人々の記憶の中からだんだん薄れていくのはなんとも寂しい。

松江らしい郷土料理として有名で華のある「宍道湖七珍料理」とは対照的に、わびさびの世界にも通じる観念のようなものを内包するこの「ぼてぼて茶」。取材を通して、これこそ松江そのものではないか、という感慨を抱いた。風景、史跡、祭りごと、そして料理、茶の心。やはり松江は過去と深くつながっている。

(写真・文/矢島浩三)



大根島の 朝鮮人参

中海に浮かぶ大根島は朝鮮人参の栽培が有名。江戸中期より松江藩が栽培に力を入れ、長崎の出島から輸出して藩財政を支えたといわれ、松江市内には「人参方」という地名も残っている。

朝鮮人参は収穫までに6年かかり、一度栽培した土地は15年間栽培できないが、夏場も冷涼で、排出がよくて水持ちするという土壌は島の風土にマッチしており、斜面を生かして代々耕作を続けている。乾燥して粉末にしたものを料理やジュースに入れて使うとよい。

農家のお母さん達の 風土食おこし、村おこし



農家のお母さん達が、自分達の作った農産物を見直し、農家が食べてきた保存食や郷土料理を復活して直売する活動が各地で成果を上げている。

現在の流通システムや男性が効率を重視して作り上げてきた市場経済圏の中では、ほんの小さな「経済活動」だが、見捨てられてきた農産

物や郷土料理に付加価値を与えて、顔の見えるかたちで消費者に届けるという食の革命。

念願の現金収入も得られるようになり、地域の小規模農家等もやる気が出てきた。

郷土の農産物を伝承しつつ新しい食文化を提案する「農村女性起業グループ」。その活動と、そこで作られている郷土食品を取材した。

ほのかに甘味があつて大豆の芳しい香りが口いっぱい広がる。醤油などかけずにはもったいないほどのおいしさ。

北御牧村のお母さん達が作る「みまき豆腐」は、地元産大豆百パーセント、天然ニガリだけを加えて作るもので、本来の豆腐の旨味を改めて教えてくれる。

バックに詰めて東京へ持ち帰り、食にうるさい人達におすそ分けしたが「うーん、おいしい！」とみんなが感激、その後も「何とか手に入らないか」と無理を言ってくるほど。

現在一日600丁を作り、村内外の小売店で販売しているほか、村内の人には戸別配達もしている。

北御牧村味の研究会（代表／小山美智子さん）が発足したのは昭和62年。地元産の農産物を活用して地域おこしをしようという村や農協の呼びかけに、お母さん達は「子供達にうれしい豆腐を食べさせたい」と豆腐作りを思い立った。会員137名、生活改善等を行ってきた婦人部の人達。

昔から農家が自家用に豆腐を作ることにはあったが、村内には豆腐店がなかった。北御牧では山間部等で大豆が作られ、重粘土の土壌は甘みとコクのある大豆として人気があつたが、収入に結びつかず、

地元産大豆だけで作る
「みまき豆腐」は最高！
長野県北御牧村味の研究会



ほとんどは農家のお年寄りの片手間作業として細々耕作してきた。

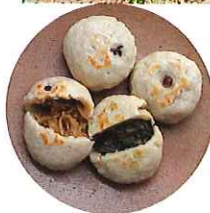
豆腐作りは、機器の設置をした機械屋からイロハを学び、信州伊那の先進地を見学したりした。難しかったのは天然ニガリの混ぜ方。2時間たつても水切りが出来なかつたり、そうかと思うと厚さ3cmにも満たない豆腐になったり。まさに豆腐は生きているんだなと思えました」と役員たちは語る。

未完成の試作品を役場や農協、近所の人に安く買ってもらっているうちに「お

▼午前中の忙しい作業が一段落、ホッとする昼食タイム



▼大豆畑へ案内してくれた大塚さん夫妻



【豆腐の作り方】

よく洗って一晩水につけた大豆は砕いて大きな釜で煮て煮汁をしほり出す。それが呉汁。これを木綿袋に流し入れ、固く搾って白い液を取る。この液が豆乳で、袋に残ったのがオカラ。天然二ガリを加えてよく混ぜ木綿の布巾を敷いた木枠にゆっくり流し込み、重石をして固める。出来上がった豆腐はカットしてたっぷりの冷水に入れたあとパック。早速配達係がまちへ納品に出かけていく。

◀人気のおやき（3種）

「おいしい豆腐だ」「いつから販売してくれるか」と声をかけられるようになり、やる気と根気で満足できる豆腐を安定的に製造できるようになった。

一番の課題は原料である大豆の確保。そのため村民に耕作を広く呼びかけ、収穫した大豆はJAよりも少し高い価格で買い取る。お年寄りが生きがいを持って丹精をこめて作ってくれるようになり、現在大口生産者だけで100軒を越え、使い切れないほどになった。

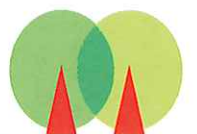
熱心な生産者の一人、大塚和嘉さんの畑へ案内してもらった。奥さんのつな子さんは会がスタートした頃役員として働

いてきた一人。「あの頃は豆腐を作った給与をもらうなんて信じられないことでしたが、いまは若いお母さんも働きたがる職場になりましたよ」と感慨深げ。

小高い丘陵地にある畑には、10cm程に伸びた大豆の苗が育っている。「今年は一度鳩ポッポに食べられてしまったので、全部やり直しました。大豆は雨にも日照りにも強く、それほど手間をかけなくても育ってくれるありがたい作物。この大豆はやや小粒だけれど甘みと香りがあり、豆腐によく向いています」とご主人の大塚さん。夫婦で楽しみながら作って7、8万円の収入になるといふ。

加工場は新幹線開通のため2年前に移築、それを機に設備も最新のものになり、明るく清潔な加工場では、現在15名の女性達が働いている。豆腐の他にパンやおやき、大福もちなども製造し、村内外の食堂、公営温泉などで売っている。オカラを使ったパンやクッキーなどは栄養満点、サクサクしておいしい。

信州名物おやきは、野沢菜、切り干し大根、あんこ味の3種。素材だけれどからだにやさしく、あとを引く食物である。



山菜を生かした「ひばごん井」が名物

峠の茶屋「やまびこ」(広島県西城町)

広島県の山間の里・庄原地域には、お母さん達が経営する茶屋や地元の特産品を販売する店が8店舗あり、それらは「やる気かあさんたちの茶屋」と呼ばれている。

その先がけとなったのが、国定公園道後山のふもと、島根県境の国道沿いにある峠の茶屋「やまびこ」。

周辺の山で採れる山菜をお母さんの味で料理し、店頭では山菜の乾燥品、昔ながらの漬物、地元のお年寄りが作った草履やすりこぎなどを売っている。

茶屋名物は「ひばごん井」。山菜のやまどりかくし(こごみ)の煮付けと町特産の山の芋をすりおろしたものに野生のアサツキを刻み地鶏の肉をそぼろ状態に煮込んだものをあつあつのご飯にのせ、た

お母さん達は家事を終えて、朝7時半頃に出社。午前中で大半の作業をやりとげ、午後は明日の準備に取りかかる。お弁当を広げて遅めの昼食を取る時がホッとできる時間。おしゃべりに花が咲く。

みんなの夢は、自分たちの直売店を持つこと。直接客に豆腐やパン、手作り弁当などを味わってもらえれば、もっと嬉しいだろうと語っていた。

●北御牧村味の研究会/長野県北佐久郡北御牧村下之城 ☎0268(67)3623



▲左から前田マツ子さん、定木幸子さん、前田サキ子さん

れをかけた丼。季節の野菜の酢のもの、うこぎのゴマ味噌和え等がついて800円。他に山菜うどん(500円)、そば定食(750円)などがある。



◀ひばごん丼¥800 山菜うどん¥500
▼店内には手前に小上りの座敷もある



同店を運営するのは西城町三坂地区のお母さん達。町の中心より北へ20km入った標高720mの集落で、一部は比婆道後帝釈国定公園に属している。
婦人部では高冷地野菜（大根、かぼちや、ほうれん草）などを作って広島市の市場へ出荷していたが、広島までは100キロもある上に規格品でないと売れない。規格外の品を活用したいと普及員の先生から調理を学び、それを機にグループ「ひ

さご会」を結成、そのメンバー4人が出資し合って昭和59年6月に峠の茶屋やまびこをオープンした。

「山の中なので山菜が沢山ありますが、山菜は料理して味わってもらわないとよさが伝わらない。それなら人に頼んで売るより、自分達で味付けして食べてもらおうと思ったのです。茶屋の開設では、まず主人を説得、役場や農協へもお願いしました。丁度県では、ふるさと一品運動が提唱されており、特認事業として認められ総事業費1066万円の半額が助成されました」と代表の前田マツ子さんは語る。

農協の農業近代化資金を借り、残りは



地元の子供にもっと魚を！ 漁家の主婦が加工調理して 「ジヨイフルセンター須佐」(山口県須佐町)

須佐浦の女性達の朝は夜明け前から始まる。2時半から3時頃には起きて4時からセリに備える。この日も須佐漁協婦人部若妻会代表の川口みき子さんは4時に魚市場へ出かけて水揚げを手伝い、「佃煮丸」用に加工するイワシをはじめサザエ、イカなどを購入した。
早目の朝食をすませると、出勤してきた仲間たちと早速調理・加工にはいる。さすが浜のお母さん達、見事な包丁さばきでスピーディに下ごしらえし、続いて調理に取りかかる。
どんな魚も無駄にしない、子供達にも

個人が出資。結局お金を出しても取り組みたいという4人が残った。年間総売上は1500万円程になり、借入金金は平成5年に終了した。

春は雪解けを待って山菜採りで忙しくなり、地元のお年寄りも協力する。初夏には、都会の人を呼んで山菜採り、草餅つきなど、「初夏の山を味わう会」のイベントも開催している。

昔ながらの伝統を大切に継承しながら新しい産物や若者向けの料理も研究していきたいとお母さん達は語っていた。

●広島県比婆郡西城町三坂 ☎08248
(4) 2509 / 8時〜17時営業
(カメラ / 前田良雄)

究開発をして誕生した「いわしの佃煮丸」(真イワシの佃煮)や「海鮮ステイック」(イカやイワシのミンチにチーズやレーズンを加えた蒸し物)は、山口県の加工コンクールで知事賞を受賞、商品化して販売したところ全国にファンができるほどのヒット商品になっている。
須佐町の海岸部にある須佐浦地区は漁家130戸、年間水揚げ約7億円の活気ある漁港である。イカやタイの一本釣り、イワシの小型巻網漁、アワビやサザエ、ワカメなどの採貝漁を主としているが、イワシのとれは始める5月下旬から浜は活気づく。



▲浜で仕入れたイカ、アワビ、サザエ等を調理する



▲小イワシの水揚げを手伝う川口みき子さん



▲波おだやかな須佐湾。向う岸、左の建物がセンター



上/ジョイフルセンターの前で。左から久原早智子さん、斉藤正子、川口みき子さん
下/県知事賞に輝く「佃煮丸」などの加工品

この町に3年前に須佐漁協婦人部の水産加工兼直営店である「ジョイフルセンター」須佐」がオープンした。お母さん達が開発した海の幸の加工・販売所であると共に、毎週第4日曜日は「ふれあいイベント」を行うなど、文化活動の拠点にもなっている。

このセンターが出来るまでには、漁協婦人部の長年にわたる地道な活動があったと川口さんは語る。

「婦人部では年8〜10回生活教室を開き、漁村と漁家の食生活を中心に勉強してきました。漁師の暮らしは沖に出る時間や魚種によって不規則になりやすい上に、船の上で食べたり、時化の日には朝から酒を飲んだり健康を損ねやすい。もう一つ気になることは漁家の子供が多くなっていることでした。さらに地域の人からは、須佐で水揚げした魚が買えないという不満があり、一方では魚が大量に獲れた時は処分に困り、養殖用のエサにしている。こんな問題をみんなで解決していこうと生活教室では、バランスのとれた食生活

の実践、魚食普及運動、魚の加工研究開発等に取り組んだのです」

まず自分たちが魚の良さ、漁村生活の良さを再認識することをテーマに「魚ゼミナール」等を何十回となく開催した。

学校給食では須佐の魚が利用されていないため、地元の小学校に再三申し入れ、婦人部主催でバイ

キング給食を実施した。先生達の心配をよそに子供達には大好評で、月一回バイキング給食が定着、須佐でその朝水揚げされた活きのいい魚や佃煮、イカやイワシのハンバーグ等が給食に利用されるようになった。

「農村部との交流も加工の展開にとって大いに刺激となりました。須佐町生活改善グループ連絡協議会主催の『海と山の交流会』はもう10数年続き、毎年年末には直売所を運営するグループが産品を持ち寄って交換会を開いています。現代版の市ですね」と川口さん。

いま「ジョイフルセンター須佐」は女性7名で運営され、交代で勤務している。初年度は1200万円の売上げだった。現在全国どこへでも新鮮な魚や加工品など約10品目をバックにして直送する「月替りメニュー」(3500円)も登場、お中元やお歳暮用品としても人気がある。

●ジョイフルセンター須佐 山口県阿武郡須佐町須佐 ☎08387(6)2215

(カメラ/藤田良雄)

姑から嫁へ—本物の梅の おいしさにこだわわる。 岩本食品「ぶらむ工房」(和歌山県南部川村)

紀州和歌山の梅はさすがどれを取ってもおいしいが、その中でも最高級品と思える梅干があった。日本一の梅の里・南部川村で親子二代にわたって昔ながらの製法で梅製品を加工販売している岩本食品「ぶらむ工房」。

いま主流になりつつある低塩梅干も含めてすべてが梅本来の酸味と成熟した果肉の持つ甘さがあり、肉厚で、口の中でとろけていくような感触。一粒一粒を我が子のように愛情こめて仕上げたという女性達の心が伝わってくる。

初代は戦時中、戦地の兵隊さんに梅干を送る商いで財をなしたが、二代目は梅干業者の過当競争や大手企業の進出などで苦しみ、いま三代目岩本圭子さんが、おばあちゃん達の梅への情熱を受け継いで、「昔ながらの梅干」づくりをこだわっている。

「私の梅加工へのこだわりは、本当に体にいい梅干であること。梅干を食べてくれるお客様の体にいい働きをしてくれる梅干でなくてはなりません。そのため添加物を使用せず、低塩加工していない昔ながらの酸っぱい梅干の販売に力を入れてきました」と岩本さん。

しかし取引先の間屋からは、いまの客の好みはうす塩で甘口でないとダメ、ポリシーだけでは商売は成り立たないと

▼青梅の砂糖漬け、シソ葉巻き「三日月梅」(左)としそ梅



試行錯誤をくり返し、低塩でありながら添加物ゼロの梅干を開発、客のニーズに応じていろいろのタイプを用意している。

それらに女性ならではのネーミングをし、塩分状況、内容、保存のしかたなどをきめ細かに説明し、通販などで全国のファンに届けている。

昔の梅干は、塩分が30%あったというが、ぶらむ工房がこだわっているのは塩分約17%の「梅根性」。しよっぱさ、すつ

▲塩漬した梅は一度清水で塩抜き



▲しそ漬した梅は天日で干す



▲我が子を送る思いで箱詰作業



▲女性スタッフと岩本圭子さん（前列右から2人目）

ばさがピリツときいていて白いご飯によく似合そう。次が『わたしの家は梅農家』という塩分15%のしそ梅干。うす塩（塩分約10%）の『梅の里』はかつお梅、こんぶ梅、白干梅など5種があり、厳選した紀州南高梅を独自の製法でじっくり煮込んだもの。塩分8%の『紀州温泉物語』は、温泉水、リンゴ酢、はちみつなどを加えて甘口仕上げてある。一般に使われている化学調味料や酸化防止剤は一斉なし。

高級品といわれる南高梅のみを使用。完熟したものを天然塩で漬け込み、それを洗浄して粗塩を取り除く。三日三晩天日に干して、さらに加工していく。梅を生かして作った青梅の砂糖漬『月の雫』、しその葉で巻いた『三日月梅』などは姑と嫁が長年かけて開発した梅菓子で、ぷらむ工房の主流商品。梅干作りの時に出る白梅酢も商品化、さらに梅ドレッシング、梅エキス、梅肉にんにく、梅ジャム、梅ゼリーなど、梅に関するあらゆる商品を開発している。「すべてが昔ながらの製法で漬けた白干梅がベースで、添加物はゼロ。梅のすばらしさ、おいしさをあらゆる機会に伝えていきたいと思っています」岩本社長の志を反映して、ぷらむ工房で働く20名の女性達も、梅の里で育ったことに感謝しつつ、おいしい梅干・日本一を自負して頑張っている。

●ぷらむ工房 和歌山県日高郡南部川村 晩稲☎0739(74)2406、夜間2405

伝統の「田舎風味噌」作りを核に農産物の販売も 富士見村農産物加工組合（群馬県）

義母から嫁へと受け継いできた自家製味噌の味と使い方、元会長阿久澤さんらが近所の主婦に教えたのがきっかけで、小沢地区に「小沢手づくり味噌の会」が発足。月1回開かれていた朝市で「本物の味噌の味を」と味噌汁を作ってPRしたところ大好評。同好の輪が広がる中、手軽に味噌を作れる加工所が欲しいと村に頼んだところOKが出て、昭和63年に念願の農産物加工研修所が完成した。当初は味噌作りを各家庭に普及することを目標としたが、ぜひ市販して欲しいという声が高まってきた。

大豆のかけらなども入った田舎風の味噌は、昔懐かしい味と評判で、現在14トンを仕込むが、1kg入り550円という安さも手伝って夏までには売り切れとなってしまふ。



▲「赤鳥居みそ」¥550

そのため希望者33名で平成3年8月に加工組合を作り、資金を集めて本格的な味噌作りがはじまった。

大友いち子会長にお願いし、自家用のを分けていただいたが、まろやかで香りがあり、荒く砕いて入っている大豆が田舎風でおいしい。塩分11%と減塩にも気を遣っている。この「赤鳥居みそ」は昨年4月群馬県の推奨品に認定された。

米は村内産、大豆は近郊農家から。仕込みは新米、新大豆が出来る9月から始まり、仕込んだ杉樽は会員が家に持ち帰って漬物小屋や納屋等で一年間熟成する。

なお、赤城大島居から西へ5分のところにある農産物直売所も運営は加工組合の女性たち。味噌や加工品（あんまん、赤飯、手打そば、漬物

▼メンバーの皆さん(上)と農産物直売所



他)の他に農家の四季折々の野菜も販売。東京から毎週出かけてくるファンもいるほど。土日曜のみ開店。●富士見村農産物直売所☎0272(88)7919 取材/浅井登美子

●都市から
ふるさとへの
メッセージ

原宿でふるさととの味覚や情報と出会う 「ふるさとプラザ東京」

東京原宿のメインストリートに、都市と田舎の交流の場として「ふるさとプラザ東京」がオープンして一年半。入館者は当初の予想を大きく上回って5月下旬には100万人を突破、地下一階のふるさと産品ショップ（七福商店街）も若者から中年層まで幅広い客が来館、常連客も増えて売上げは少しづつ伸びている。
どんな商品が人気があり、売れているか等について取材してみた。



▲初出店の村田町で鈴木館長がアドバイス



島根県が出店を記念して出雲地方の郷土芸能を披露（1階）

●ふるさとの香りを一堂に 地下一階・産品ショップ

「ふるさとプラザ」は農林水産省の「中間都市交流拠点整備事業」により誕生、運営は財ふるさと情報センターが当たっている。

原宿のファッションナブルなメインストリートの一角に平成7年11月18日に「東京プラザ」がオープン、7年11月には大阪の海岸通りに「大阪プラザ」も開館、こちらも人気を呼んでいる。
東京の場合、一階はイベント等を行な

うコーナー（補助広場）があり、ほぼ毎週土日曜日を中心に伝統芸能、食品市、各種体験教室等が開催されている。
その奥が民家作りの「ふるさと情報コーナー」。各市町村の観光・物産パンフレットがあり、画像で各地の様子を検索できるマルチメディアシステムも設置されている。

地下一階がふるさとの香りが一堂に会したふるさと産品ショップ。小さな店が15〜17店舗軒を並べ、全国各地の特産品や四季折々の味覚を販売、同時に市町村のPRや出合いの場としても一役買っている。

出店する町村は、奥只見郷のように9町村が共同で開館以来出店しているコーナーもあるが、半年間、あるいは一カ月だけ出店するという町村もある。出店側にとっては、都市生活者の消費動向やふるさとについての意識をナマで知る機会になり、また利用者にとっては、全国各地の特産品や名物、工芸品等と出会う楽しみの場ともなる。

●来館者の7割が女性

どんなふるさと産品に人気があるのか、価格などどうか等について、「ふるさとプラザ東京」館長の鈴木伸八郎さんにお



▲島根県の果物が勢揃い



◀山形県尾花沢市の漬物、なす漬け2種



▶奥只見郷でいつもよく売れる納豆類

▼ふるさとプラザ東京の正面玄関



話を伺った。

「来館者の25%は買物をして帰ります。金額は、以前は一人平均9000〜10000円でしたが、最近は一5000円程になり、ここを買物先の一つに決めている人が増えてきました。」

来館者の約7割が女性で、20代から60代と各年代にわたっていますが、50、60代の女性がやや多く、繰り返し来館するリピーターも増えています」

来館者は一カ月平均5万4800人。3月は地方自治体からの視察者が多く8万人を越えた。平均して土日・祭日は平日の3、4倍訪れる人が増える。夫婦や家族で原宿を散策、プラザ東京でふるさとの香りにふれる。若者を中心としたファッションナブルで刺激的な街原宿の一角に、それとは正反対のような趣きを持つ田舎風の落付いたスペース。中高年者や地方出身者にはなつかしくホッとできる場所であり、若者には祭りの夜店を訪ねた時のような心ときめくスポットといえるのではないだろうか。

この対比が受け、最近では地方の中学生の修学旅行の視察コースに加えられたり、また近くには新潟県が日本酒の酒造元150社を集めて試飲や販売をするショッ

●軽V、ニユウV 100円前後の商品

ところで、ふるさと産品ショップでは、どんな製品が売れているのだろうか。

同館の調査によれば、①地域特産品としての特色がよく現われている商品 ②

地元あるいはふるさとプラザ東京でしか売っていない物 ③価格的には500円前後で買えるもの、④総じて、軽く・小さく・値頃感のある商品」と述べている。

「地元産の安全で品質の良い原材料を使用し、加工品の場合は低塩で添加物の少ない健康食品であることも必修条件です。ここでは容量を小さくして値段も安く

手頃であること。二、三人の核家族ですら、割安でも量が多いと買いませんね。田舎ではありふれているものでも何でも持っていらっしやい、引っ込み思案ではダメですよ、と言っています。客は郷土色豊かなものを少しづついろいろ求めます」と鈴木館長は言う。

その一例として、北海道産のじゃがいもとバターを組み合わせた「バターじゃが」(一個120円)、新潟県の豆菓子「いりまめ」(250円)、店頭で精米サービス付きの「魚沼産コシヒカリ」(1.5kg 200円)、アルコール度36度の日本酒「スーパー舞36」(720ml 2500円)、茨城の昔なつかしい「わら納豆」(120円)などがあげられる。朝もぎのミニトマトをはじめ、秋になると穫れたての農作物や果物も人気があるが、場所柄クルマで購入のために出かけてくるといふ人は少ないため、少量を試食してもらおうというニュアンスが強い。

●ふるさと産品コーナー

鈴木館長の案内で産品ショップ「七福商店街」を見てまわった。

4月まで各地の地ビールの試飲販売を行っていたコーナーは椅子を置いて、よく冷えた麦茶のサービスをしている。

6月にオープンしたばかりの宮城県村田町は、「みちのくの小京都」のPRを兼ねて、そのままをテーマに特色ある商品を取り揃える。そのままを使つたうどん、刺身こんにやく、そのままアイスや和洋菓子など、グリーン色が美しい商品は人目をひく。ヘルシーで味も舌ざわりもなかなかだ。ちなみに村田町は県内一のそのまめ生産地で、町の特産品として主婦グループが新商品開発に力を入れているという。

奥只見郷コーナーは前述したように9町村が協力し合って開設以来出店し、売上げナンバーワンを誇っている。魚沼産のコシヒカリをその場で精米してもらって購入できる他、越後ワイン、地酒、山菜加工品、超小粒納豆など、高額商品から身近な食品までバラエティ豊か。水と緑豊かな秘境の地は風土食も豊かで、酒処、米処、温泉郷でもある。福島県2町村と新潟県7町村が「奥只見郷観光開発協議会」を作って運営。新しいシステムとしても注目していきたい。

茨城県コーナーでは、ベテランの女子社員さんから芳しいソバ茶を、ごちそうになり、商品についていろいろ説明を受けたり。ここでは昔ながらのワラ納豆が大変人気で、他に水府村だけに残る「凍こんにやく」などもあった。そば粉や手打ちそばなども、ここで買うものは本当においしくて品質的にも信頼できそうだ。料理用のパンフレットも取り揃えている。

隣はまだ開店間もない山形県尾花沢市。山形県といえば漬物の宝庫だが、どこにもあるものをさけてひと味違ったものを中心に展開している。真夏には名物のス



▲ベテラン店員さんの効果は大きい茨城県コーナー

イカも目見え、「すいか割り」大会を実施する。豪華な観光パンフレットをもらい、秋になったら銀山温泉へ行こうと思

った。北海道長沼町「JAながめま」店も、開設以来出店している。北海道ならではの乳製品やジュースやジャム、有機米など。以前すずらん苗の缶詰を買ったことがあるが、すずらんはいまも元気に育っている。

中央のイベントコーナーでは、島根県が7月から開店。ぶどう、メロン等の果物、出雲そばや銘菓などを展示販売する他、U・イーターンの情報提供・相談も行っている。

なお、地下2階は「ふるさと倶楽部」というレストラン。郷土料理や各地の地酒が月々メニューを変えて楽しめる。原宿の穴場としてサラリーマン達にも人気があり、予約すれば会合等にも使用できる。

●ふるさとプラザ東京 ☎03 (5413) 2310 ●ふるさとプラザ大阪 ☎06 (576) 2310
営業時間10時〜19時／年中無休

秘伝の調味料をいまに

調味料は食品加工や毎日の料理に欠かせない大切な材料。原料となる大豆や麦などが輸入品であるのは至し方ないとしても、カビをはやさないために添加物を加え、消費者好み(?)の味にするために化学調味料をどっさり入れ、お手軽にと酵母を殺した「だし入り味噌」が登場するなど、安全性に問題があるものも多い。

酵母、麴、微生物、太陽、その土地の気候風土によって誕生した個性的で栄養たっぷりの調味料にいまこそ注目したい。

塩は「海からのおくりもの」 ミネラルたっぷり、沖縄の塩 「シママース」(沖縄県糸満市)

●塩は身体リフレッシュのモト

あらゆる料理や食品加工の原点は塩。いい水といい塩があれば、漬物なども充分満足いくものが作れる。

しかし、いまの一般的な塩は、塩化ナトリウムの純度が高すぎるため、脱水作用は高いが、カルシウムやマグネシウムなどのミネラル類が不足しているため、発酵という工程がなくまろやかさやパリッとした歯ごたえがない。

塩は海の産物。地球の表面を覆っている70%が海で、私たちの身体の70%も水分だということ考えると、身体の中に海があるともいえる。

海からの自然塩には、精製塩にはない沢山のすばらしい成分が含まれている。一般に「カリウム」と呼ばれるもので、マグネシウム、カリウム、ナトリウム、カルシウムを中心として、身体に重要な役割を果たすミネラル分や酵素ビタミンを60種以上も含有しているのだ。

この際だから言わせてもらおうと、近年やたらと「塩の摂りすぎは高血圧を招き体によくない」と言われるが、本当にそうだろうか。高血圧の原因は片寄った食生活、脂肪分やコレステロールなどさまざまな原因によるもので、短絡的に減塩というのは間違い。だつたら塩の量ではなく「質」を問題にすべきである。自然の塩は、体中のミネラルバランスを正常に保ってくれるので、特別に摂りすぎない

限り血圧や心臓等にも何ら心配することはないと専門家も指摘している。むしろ現在のミネラル不足、カリウム過多の食生活こそ見直すべきであろう。



▲不純物を取り除いた濃い塩水は貯蔵タンクに



▲塩を煮詰めるのに薪を炊く。我が国最大級の平釜



●「海のエッセンス」を 古式平釜方式で製造

前書きが長くなったが、沖縄の「シママース」は、海からのおくりものである自然塩を昔ながらの「入浜式塩田」という方法で製造している。

シママースとは「島の真塩」という意味で南海の太陽をいっぱい浴びた海水に塩田産の固形になり、輸入の純粋海水結晶塩を混ぜて

カン水(濃い海水)を作り、昔のように薪火で煮つめて脱水する「古式平釜塩」といわれる製造方法がとられている。

まず海水100%の塩(天日塩田塩)を地下水を利用して溶解する。次は土砂、不純物等のろ過。広大な塩田で時間をかけて結晶するため、土塵や砂が混入しやすい。これを取り除くため、砂ろ過、フィルターなどで何回もろ過を繰り返す。きれいな飽和かん水(濃い塩水)をつくり、貯蔵タンクに送る。



▲ミネラルたっぷりの天然塩(左)、焼き塩
▲糸満市の海岸に立つ(紺青の海)の建物・工場



塩を煮詰め結晶化する作業では、シママースは薪を焚いて煮詰めるという昔ながらの方法をとっている。ガスや重油を使えば合理的だが、薪の炎は生き生きのような力強さがあり、多量の遠赤外線を放射する。それがミネラルの吸着がよい粗い結晶をつくり、まろやかでコクのある味が引き出されるのだという。釜は我が国最大級の平釜、薪は沖縄圏内で出た建築廃材を活用。年間約1万2000トが必要で、工場の周辺に集められた廃材は

杉樽でふた夏を自然熟成 丸又商店のたまり醤油 (愛知県武豊町)

地球にやさしい環境づくりにも役立っている。こうしてニガリ液をたっぷり含んだ塩は木箱の中で三日三晩乾燥したあと、ほぐし、ふりにかけられ、包装されていく。同社では上手な塩の使い方、漬物のしかた等のパンフレットを各種作り、自然塩の普及にも力を入れている。

●(株)青い海 沖縄県糸満市西崎町4-5-4
☎098(992) 1140



▶丸大豆を蒸して麴を作る



▶圧搾機で味噌を絞る

知多半島・武豊町は、味噌・たまりの醸造業のまちとして江戸時代より栄えてきた。温暖な気候と、輸送交通に便利な天然の良港に恵まれていることから、三河・美濃地区の大豆や麦を集積してきてここで醸造、出来上ったたまりは船で運搬する。

明治になると開港場が整備され、満州や朝鮮からも原料の大豆が直輸入されるようになり、大足地区には蔵元が50軒もあった。

現在は約10軒に減ってしまったが、伝統の醸造法で、大豆のみを原料として長時間かけて自然に熟成させる方法を守り続けている蔵元が多く、天然醸造の『豆みそ』は「赤味噌」「愛知味噌」と言われ高級味噌として人気がある。さらに豆みそを仕込んでふた夏(足かけ3年)桶で寝かせたのが「たまり」。その伝統の味にこだわり続ける町一番の老舗、(株)丸又商店を訪ねてみた。

●濃厚な醤油の原形「たまり」

細い路地に延々と続く黒塗りの木造建築。何ともいえない風情が漂うこの一角が、たまり醤油の醸造元(株)丸又商店の所在地だった。創業は天保13年。何と、江戸時代から続く

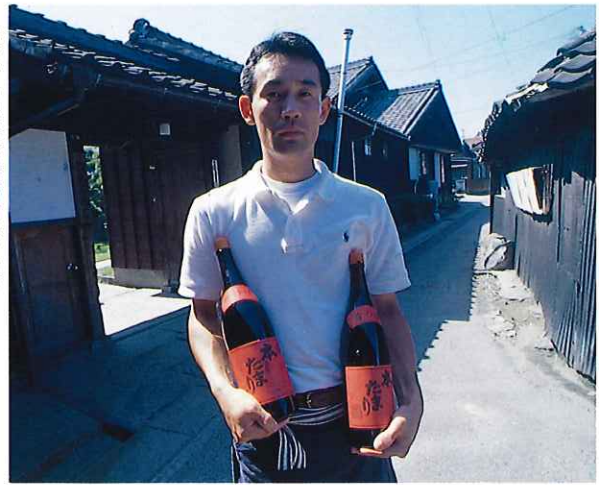


▲もう二度と手に入らないと言われる杉の大樽
◀重石の下から上ってきたたまり醤油



という由緒正しい醸造の老舗なのだ。仕込み中の作業場に入っていくと、大豆の、なつかしい仄かな香りが漂ってくる。創業以来、ずっとたまり醤油だけを作り続けてきたという作業場は、柱にも床にも年月の重みが染み込んでいて、作り手の気迫すら感じられる。

たまり醤油は、醤油の原形ともいわれ、独



▶今春から家業を手伝いはじめた出口裕起さん

特の香りと濃厚な味でさまざまな料理の味をひき立てる調味料だ。丸又商店の製法は丸大豆のみを原料とし、通常使われることのある小麦などは一切加えない。

この丸大豆を蒸して麴を作り、麴に塩水を加え、それを2メートルもあろうかと思われる大きな杉樽に入れ、ふた夏の間寝かせる。樽の上にはカビを防ぐために、いくつもの重石が乗せられ、上がってきた水分をまんべんなく全体にかけていく。いくつもある杉樽に梯子をかけ、上に登ってこの作業だけを毎日続けている女性がいる。じつくりと時間をかけ、もろみ

と対話しながら熟成を待つという作業は、工業的に管理された生産からは決して生まれな

いだろう。そうした豊かな時間の中で熟成され、絞ら

れたものが丸又商店のたまり醤油となる。特

に「オーガニックたまり」と名付けられた商品には、世界的規模のオーガニック認定団体OCIAの認定マークがついていて、土作りから製品作りに至る最終段階まで100%無農薬有機農産物であることが認定されている。

自然そのままに作られたその味は、まろやかな香りであって何とも味わい深い。

「毎日の食卓で、お醤油同様にもっと気軽に使ってください」と、爽やかな笑顔で勧めてくれたのは、東京の大学を出て大阪の間屋に勤めた後、この春から父・出口幸一氏のもとで次代を継ぐべく頑張っている裕起さんだ。「子供の頃、味噌臭いといっただけで友達によくいじめられたんですよ」と笑うその顔は、いま自信に溢れて輝いている。

●合資会社丸又商店 愛知県武豊町字里中
☎0569(73)0006

南国の太陽の下、壺の中でまろやかに発酵 鹿児島県福山町「黒酢」

●酢は長生きの「民間薬」だった

疲労回復、食欲増進、老化防止、肥満防止などに酢の効用は大きい。調味料というより民間薬として古代より愛用され、バビロニアでは紀元前5000年頃には食酢が存在、日本には4世紀の応神天皇の時代に、中国から渡来したと伝えられている。

穀物や果物が発酵すると酸っぱい液体ができる。それが身体に良いことを人々は体験的

に感じ、使ってきたのだろう。

食用酢の中でも自然の素材と環境の中で発酵熟成したものの生理機能に与える効用は大きく、健康食品、機能性食品と呼ばれている。

九州大医学部藤野教授が、鹿児島県産の黒酢を、心臓病や高血圧症の患者に一日20ml、半年間飲んでもらった結果、①総コレステロールが減少してHDL(善玉)コレステロールが増加②中性脂肪の減少③血液粘度の低下

④血糖の減少⑤赤血球変形態の変化等が顕著

に認められたという。

そのため最近では、天然の米酢製造の際に残る酢の「しぼりかす」を捨てないで粉末状にした健康食品も市販され、酸っぱいものは苦手というお父さん達に人気がある。

●黒酢のふるさととは
5万個が並ぶ「壺畑」

黒酢のふるさと、鹿児島県福山町には、錦江湾(鹿児島湾)を望む場所にざっと5万個の壺が並んでいる。

高さ60cmほどの黒っぽい薩摩焼の壺が、はるか向うまで整列している姿は荘厳で、「壺畑」とも呼ばれている。彼方には桜島の噴煙も望める景勝地。ここで太陽の恵みを受けながら、米と麴と湧水を入れて仕込まれた壺の中で早稲米で半年、長いもので二年三年かけて発酵熟成していく。

仕込みには、気候のおだやかな春の4月、秋の10月頃が最も適しているといわれる。

福山町は鹿児島湾の一番奥深く、すぐ後には旧始良カルデラの山崖がせまるところ。ここで酢づくりが始まったのは、今から170年も前の文政時代だった。中国から薩摩半島を経て伝えられた酢づくりは、薩摩島津と都



三年もの「黒酢」など、天然黒酢づくりナンバー1の坂元醸造(株)は文化2年の創業。3年もの「特撰黒酢」¥4800「天然米酢」¥1800



INFORMATION

各地の風土食品・郷土料理

北海道の家庭で作る 蕎麦料理、いも団子

北海道は日本人の食を支える王国。じゃがいも、大豆、麦、玉ねぎの生産は日本一、乳製品、魚介類も日本一。北海道が元気に頑張ってくれているから、日本人の食生活は豊かなのだと改めて感じる。北海道の風土食（保存食）を代表するものとしては、「にしん漬」「はさみ漬」などがあげられる。

にしん漬は、10月から11月頃に収穫したキャベツ、大根を、春獲れた身欠きにしんと一緒に麴に漬け込む。身欠きにしんの渋味とキャベツ等の甘み、それに麴のまろやかさがマッチしておいしい。漬物というより立派な惣菜である。にしんを刻んで麴に漬け込んだのが「切り込み漬」。共に市場で年間を通して市販されるようになった。はさみ漬は、秋味といわれる油

た品名で22種類が製造販売されている。

これらの食品は平成3年に農林水産省の「ふるさと食品」に認定されている。

問い合わせ／福山町役場経済課

0995(56) 2111



▶ラワンブキ
新得町の主婦 手作りの蕎麦の煮物



の乗った鮭を大根の輪切りにはさんで麴に漬け込んだもの。大根のシャッキリした歯ごたえに、とろけるような鮭の味わいが絶妙。刻み昆布や人参なども入れ、各々工夫している。市販はしていないが、農家が欠かさず作るのがラワンブキ料理。北海道には至るところに雨傘の代



▶桜島を背景に壺酢作りに励む女性たち(写真/福山町提供)

プチプチした食感 とんぶり(秋田県)

プチプチした食感が楽しく、畑のキャベツなどと言われている。ホウキ草の実で、最近ではわざわざホウキ草を栽培する農家も増えてきた。

「とんぶり」の名は、鹿角郡の伝説「ダンブリ長じゃ」に由来し、ダンブリとはトンボの放言。実がトンボの目に似ているからだろう。実自体はそれほど味がないので、

用にも使えるような蕎麦が茂っている。春早い時期に森や河原等に茂る若い蕎麦を取ってきて、皮をむいて茹で、塩漬けや冷凍保存しておく、その都度家庭料理に使う。昆布等との煮物もいいが、油いため、味噌和え等でもおいしい。蕎麦特有の香りは少ないがやわらか

くて素朴な味わい。じゃがいもを茹でて熱いうちにつぶし、塩少々となぎ用に片栗粉を入れて、かためたものが「いも団子」。じゃがいもというよりお餅といった感じで、揚げてしょう油等をつけて食べたり、吸物に入れたりする。



田沢湖町なめこ農業組合製
90g入りビン¥400~

すりおろした長芋の上や卵の上に乘せたり、サラダに混ぜたり、酢じょう油で食べる。その他森吉山周辺で作る「じゅんさい」も美しい水が育てた珍味として人気がある。

各地の風土食品・郷土料理



自然の持ち味を生かした
田舎漬
浅舞婦人漬物研究会
(秋田県平鹿町)

東北の漬物を代表するまでになつた平鹿町浅舞地区のお母さん達で作る「浅舞婦人漬物研究会」では、昔ながらの伝統の漬物に新しい素材やうす塩等の工夫を加えて味自慢「秋田の田舎漬」として売られた。漬物に使われる野菜類は地域農家が有機栽培したもので、低塩、安全、素材の持ち味を生かした手づくり品。キュウリの中に塩漬けた人参、ゴボウなどを入れて味噌漬にした「金婚漬」、おちよろぎ梅酢漬、天日でよく干した大根のたくあん漬、味噌漬、香りを楽しむいぶり漬などがあり、3年連続農林大臣賞を受賞している。



盛岡銘菓
「せいわく」

●浅舞婦人漬物研究会
☎0182(24)0509

「柚餅子」といい、ユズの香りのする餅を蒸した菓子のことだが、いまはくるみの刻んだ実を入れたくるみ味のものが最も一般的で人気がある。他に、しそ、ごま入りなどがあり、香りの餅を菓子感覚でいただく。南部藩城下町・盛岡で生まれたものだが、山形県などにもあり、東北を代表する菓子の一つになっている。6個入り500円。

風味と彩を楽しむ
ほし菊(阿房宮)
(右手県)

藩政時代、盛岡南部の藩王が、京都から風味のよい食用菊をこの地に移植。岩手の風土に適し、繁殖したといわれ、昔は生のまま副食として愛用されたが、明治40年頃より現在のように加工・市販されるようになった。



種市町・玉川食用菊加工共同組合、岩手県産(株)他1枚(12g)3000円



風土食の原点あり！
「くさや」(伊豆諸島)

臭いけれど独特のうまみと歯ごたえで通が好む干物「くさや」。3月から5月に獲れるトビウオ、秋から冬にかけてやってくる油の乗ったムロアジ。これらの新鮮なものを開いてきれいに洗い、くさや液の中に約半日漬け込み、それを天日等で2日間ほど干したのがくさや。

くさや液は、各家秘伝で、代々手入れされながら保存され、使わない時は塩と魚を入れて休ませておくという。もともと塩が貴重な昔、海水を煮つめて液を作り、それに魚を入れて乾燥させるといって保存食の代表的なものだった。くさや液の中には善玉の微生物がいっぱい生きていて、それにより独特のうまみが加わる。高温多湿の風土が育んだ島民の知恵、まさに風土食の原点がある。くさやは焼くと表面はカリツとしていますが、中はふつくと弾力に富み、赤味があつて油っぽさもすっかり残っている。しかし最近はいくさやの臭いを敬遠する都会人が増え、最盛期の半分程しか生産されていない。

そのため焼いたものを真空パックにした土産品もあるが、臭いからうまいということを消費者は認識すべきだろう。

杉桶でふた夏を熟成
手作りしよつ油
(あきる野)

東京・あきる野市(旧五日市)の近藤醸造は、国産丸大豆、天然の地下水、自然塩を使ってゆっくり熟成させるしよつ油作りをいまも続けている。

直径2m、深さ2m以上の大杉の桶で、多摩の外気と触れながら、ふた夏を寝かせたものが絞られ、「丸大豆キッコー醤油」は地元



多摩地区の人達にファンが多い。この地で創業して約90年、現在家業を継ぐ近藤功さんは三代目。大学で醸造学を学んだこの道のプロだが、「夜中に桶の中と対話する時、この世界の奥深さを感じます」と語る。

キッコー「純正しよつ油」近藤醸造
☎0425(95)1212

野菜をたっぷり入れて大鍋で
「ほろとろ」(山梨県)

昔、中国から伝えられた「餛飩」という料理が「ほろとろ」に転訛したという。餛飩とは「小麦粉を水でこねて麺棒で伸ばし、四角に切ったもの」(和名抄)で、農家などはいまも小麦粉を手打ちして作る。里芋、大根、人参、かぼちゃなどの野菜をたっぷり入れ、耳たぶ位の厚さのほうとうを加えて、じっくり煮込む。とりわけ欠かせないのがかぼちゃで、「うまいもんだよカボチャのほうとう、困ったもんだよ親父の放蕩」という言葉があるほど。ほうとうの粉とカボチャの煮くずれてトロリとする位がいいと年寄りと言うが、最近では煮込みすぎないさっぱりタイプが好ま



れるという。「ほうとううどん」が山梨県各地の土産店等で売られている。

めでたい日には
煮鮑(山梨県)

山梨県の銘品にアワビを煮た「煮鮑」があり、現在でも東京のデパートで正月の高級贈答品として入

お知らせ

全国過疎問題シンポジウム

(北海道音更町)

■テーマ「未来へつなぐ地域づくり
新たな国土のフロンティアとして」



■日程と主な内容

- 10月29日(水)基調講演
保母武彦(鳥根大学法文学部教授)
- 10月30日(木)
 - ・第1分科会(新得町)
新規就農者の育成と都市との交流による地域づくり
 - ・第2分科会(鹿追町)
健康と福祉のまちづくり(年輪の村構想)
 - ・第3分科会(池田町)
食文化によるまちづくり
 - ・第4分科会(中札内村)
広域連携による地域づくり(南十勝夢街道プロジェクト)

編集後記

▶国産大豆100%、添加物ゼロの味噌、醤油、黒酢の旨さを改めて味わう。しかし都内のマンションではこれらもすぐ表面にカビがはえてくる。私達が日頃食べている食品を見直す機会となった。(A)
▶トンガ産のカボチャやアフリカ沖のマグロが日常の食卓にのぼる毎日。風土食という言葉はもはや死語になりつつあるかのような昨今だが、今回取材で京都を訪ねて、風土と食が如何に大きな関わりをもっているかを改めて認識した。京都人のあの穏やかで柔らかな物腰しや言葉遣いも野菜文化を育てた風土と決して無関係ではない筈だ。(K)

De POLA NO.13

【でぼら】'97 秋冬号

発行日/平成9年9月15日
発行所/全国過疎地域活性化連盟
〒160 東京都港区虎ノ門1-1-24
オカモトヤビル 8階
☎03-3580-3070

編集協力・印刷/株ぎょうせい
協力/編集工房アド・エー/地域活性化センター



開田高原の
スキン漬

(長野県)

信州木曾の高原地帯にある開田村には、塩を使わないカブ漬が各家庭で伝承されている。ひと言でいえば乳酸発酵を利用した漬物で、ツンと酢っぱい。そのまま食べる他、そばや味噌汁に入れてもいい

気がする。なぜ山間部の甲府でアワビなのか。創業400年の煮鮑の製造元「みな興」の話によると、沼津から山国の甲府へ魚介類が運ばれる時多くは塩漬けにしたが、その中にサワラの木箱に入れしように油漬にしたアワビがあった。馬の背にゆられて3日ほどかけて着いたアワビは絶妙な旨さだった。以来ハレの日の珍味として甲府の特産品になり、現在は日本近海で獲れた五年ものアワビを産地でさっとポイルし、それを甲府へ運んで独自のしょう油のタレに漬け込んで仕上げる。



四国巡礼のお友に
しょう油豆、揚げ豆(香川県)

さぬきの郷土食品といえば、さぬきうどん、小豆島のそうめん等があまりに有名だが、豆料理も古くから多い。四国詣の人が袋に入れて巡礼しながら食べたといわれ、古いものではさら豆をしょう油漬けた「しょうゆ豆」がある。炒ったさら豆を砂糖、唐辛子を入れて、たししょう油に漬け込んだもので、やわらかくて食べやすい食物繊維

しい。塩も重石も使わない。秋、開田カブが収穫されると自家用の桶にさっと茹でたカブの茎を入れ、スキンの素(昨年の古漬けを密閉保存しておいたもの)をパツパツと

本場「さつま揚げ」
を東京で

鹿児島名物といえば何と云っても「さつま揚げ」。そのおいしさの秘密は、新鮮な魚介類をじっくり練りつぶしたものに、ゴボウ、人参、イモなどの野菜やイカなど腰のある魚介類を混ぜて揚げた素材のおいしさ、種類の豊富さなどにある。

鹿児島の朝市に行くと、漁家や農家の人がそれぞれ工夫して手作りしたあつあつのものを売っていて格別においしい。一方で最近是有名店のものが贈答用品として人気が出ている。東京では有楽町にオープンした鹿児島の物産館「遊楽館」で本場直送のさつま揚げを購入できる。昔ながらの伝統的なさつま揚げに新しい型やしいたけ、レンコンなどのニューフェイスも加わり、見て選ぶ楽しさにあふれている。「遊楽館」には、鹿児島特産のサツマイモを使った菓子、焼酎、名物の焼豚などもあるのでぜひ訪ねてみて。



●遊楽館/千代田区有楽町1-6-4
千代田ビル1階 ☎03(3580)8821

■過疎地域活性化ビデオをご利用ください

●第4弾・完成/
「ふるさと みつけた」(VHSカラー29分)

福島県・新潟県の只見川流域、和歌山県、奈良県、三重県の熊野川流域の町村のアイデアを活用した滞在型観光地づくりを紹介しています。CATVで放映中です。

- 第1弾「たおやかな矜持」
歴史・文化を活力に(30分)
- 第2弾「広がり ふれあいの輪」(30分)
- 第3弾「出会い きらめく自然」(30分)



