

村内の生産者が心を込めて作る農産物。
その味を生かして作られる素朴な郷土料理。
これらの鮫川村の豊かな「食」は、
村づくりや都市交流の一翼を担っています。
しかし、当たり前のように身近にあると
その魅力に気づけないことがあります。
今、改めて鮫川村の「食」について考えてみましょう。

MO
TE
NA
SHI

おもてなし

里山の

特集

さめがわの「食」の魅力を探る。





阿久津清次さん・澄子さん
| 西山字折戸在住 |



北條恵三さん
| 赤坂西野字押目在住 |



矢吹イネ子さん
| 赤坂東野字蔵ノ草在住 |

「手まめ」な人たちが支える 鮫川村の「食」と「農」

作物の一つ一つには生産者の思いが詰まっている

消費者の立場で 安心・安全な物づくり

村が進めている「まめで達者な村づくり事業」の拠点施設である村農産物加工・直売所「手・まめ・館」。村内の農家が丹精込めて作った新鮮な農産物が所狭しと並んでいます。

1. 村内産の新鮮な農産物がズラリと並ぶ「手・まめ・館」 2. 阿久津さん夫妻が栽培する長ネギはやわらかくて甘みがあると評判 3. 収穫した大豆はビニールハウスの中で乾燥させる 4. 乾燥した大豆の状態を確かめる恵三さん 5. 保存食づくりの仕込みをするためのイネ子さんの作業場 6. 冬になると村内各地で見られる凍み大根



一人である阿久津澄子さん(73歳)は、夫の清次さん(76歳)とともに年間を通してさまざまな農産物を出荷しています。阿久津さん夫妻が生産する野菜は、学校給食用の食材としても使用されているため、忙しい日々を送っています。

安心・安全な野菜づくりを心がけ、農薬を極力減らし、自家製肥料を使うというこだわりを持っています。肥料づくりは清次さんが担当。米ぬかや鶏糞、油かすなど

村づくりに協力しようと思って参加しました」と振り返ります。

苦勞するのが害虫や雑草との戦い。以前は、脱粒や選別を手作業で行っていたといいますが、現在は脱粒機などの機械を利用しながら負担を減らしています。

「歳をとって容易でなくなったよ。今はできる範囲でやっているよ」と笑います。

また、大豆を栽培するだけでなく、「手・まめ・館」で販売している大豆加工品を積極的に消費しています。

「安心・安全で、自分たちが作った物を食べられることが幸せ」と、きな粉をヨーグルトに混ぜて食べたり、豆腐やおからを買ってきては家族に食べさせたりしているといっています。

現在、病気知らずの恵三さん。まさに「大豆を作って健康、食べて健康」を実践しています。

厳しい寒さを生かした 昔ながらの保存食

これから冬本番。寒さがいつそう厳しくなり、昔ながらの保存食作りが最適な季節を迎えます。

「手・まめ・館」開所当初から、凍み餅や凍み大根などの保存食を出荷している矢吹イネ子さん(70

を混ぜ合わせ、発酵・かくはんを繰り返します。そのためか、阿久津さん夫妻が作った野菜は虫が付きにくく、収穫後も鮮度が長持ちすると評判です。

また、お客さんに食べてもらうときの味を考えて作り、出荷する前に自分で味見をして、納得した物しか売りません。

「ただ売ればいいというわけではないですよ。消費者の立場になって考えて、お客さんに喜んでもらえるような物を作りたいです」と、強い責任感を持って農業に取り組んでいます。

お客さんからの「おいしい」のひとつが阿久津さん夫妻の原動力になっています。

大豆を作って健康 食べて健康

村の特産品の一つである大豆。「まめで達者な村づくり事業」の根幹として始まった大豆栽培も今年で十年目を迎えました。

事業開始当初から参加している北條恵三さん(81歳)。以前から、自家製みそを作るために大豆を栽培していたという長年の経験を生かし、現在は約十六アール作付けをしています。

「ただ畑を遊ばせているよりは、(親の手伝いをしながら、見よう見まねで作る方を覚えたんですよ」と話すイネ子さんが作る凍み餅は、ゴボッ葉(オヤマボクシ)を栽培するところから始まります。以前は山に自生していたゴボッ葉を使用していましたが、山の手入れが行き届かなくなり、採ることができなくなりましたからです。収穫したゴボッ葉は干して乾燥させ、手でもんでから保存しておきます。また、餅はきねでつくというこだわりがあります。機械でついた餅とは味も食感も違うといっています。

「手間暇がかかっている分、おいしさが増すんですよ」とほほ笑みます。

鮫川村の冬の厳しい寒さを生かした保存食づくりは、村の気候に合っているからこそ、現在まで受け継がれてきました。「時期を逃しては作れない」と、正月早々から凍み餅づくりに励むというイネ子さん。「冬でも遊んではいけない」と意気込んでいます。

声



本郷 弘義さん
| 西山字落合在住 |

冷だれに感激

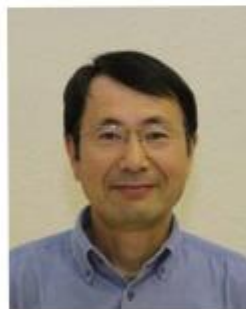
きんぴらがおいしかったです。家で作るものとは味が違うので新鮮でした。「じゅうねんの冷だれ」は、おばあちゃんの世代でないとなかなか作れないので、久しぶりに食べて感激しました。子どものころから食べていたせいか、いくら食べても飽きない味です。



永林 敬子さん(右)
吉田 静枝さん(左)
| 須賀川市在住 |

素晴らしい「おもてなし」

昨年、初めて参加してよかったので、友人(吉田さん)を誘って参加しました。どの料理も味付けがよく、ふんだんに使われている地元の食材のよさを引き出していると思いました。また、村の方々が温かく迎えてくれて、素晴らしい「おもてなし」を受けました。



白坂 正さん
| 東京都在住 |

かぼちゃがおいしい

初めて参加しました。鮫川村出身なので、子どものころはよく凍み餅は食べていましたが、「凍み餅天」のような料理方法があるとは思いませんでした。どの料理もおいしく、特に「かぼちゃのサラダ」は、かぼちゃがホクホクしておいしかったです。



「鮫川の郷土料理を楽しむ会」で、村内産食材をふんだんに使った料理を味わう来場者

地域の「食」を見直す・守る・伝える

ふるさとの味を次世代に「食」を生かして元気な村に

ふるさとの味を伝承する郷土料理の普及、食育や地産地消の推進を目的とした「鮫川の郷土料理を楽しむ会(以下、「楽しむ会」)」は十一月十六日、村公民館で開催。村内外から多くの来場者が訪れ、鮫川村の「食」を堪能しました。

また、「楽しむ会」に先立ち、特産品開発や地産地消、農業振興を目的に実施している「第十回鮫川村アイディア料理コンテスト」および「第三回花まめコンテスト」の表彰式を開催。受賞者に表彰状

と記念品を贈呈しました。今年も、アイディア料理コンテストに十三点、花まめコンテストに十八点の応募があり、十一月八日に村公民館で厳正な審査が行われました。入賞作品は「楽しむ会」の会場に展示され、来場者は優れた作品に感心している様子でした。伝統的な郷土料理と村内産食材を使ったアイディア料理が一堂に会し、地域の「食」を見直す機会

| part. 2 | 「食」を生かした村づくり



最優秀賞を受賞した大平キヨ子さんの「紫花豆」

■最優秀賞(鮫川村長賞) 〓「炊飯器で作るかんたん「ライスバーグ」」塩田恵美子(鍛木田) ■まめで達者な村づくり奨励賞(県南農林事務所長賞) 〓「黒花豆」石井トク(中沢) ■優秀賞(鮫川村商工会長賞) 〓「白花豆」舟木ミツヨ(寅卯平) ■優秀賞(JA東西しらかわ鮫川支店長賞) 〓「パンダ豆」関根タケ(余所内) ■入賞 〓「紫花豆」舟木ミツヨ(寅卯平)、「うずら豆」関根タケ(余所内)、「金時豆」大平キヨ子(二反田)、「黒花豆」坂本ミツヨ(岩野草)、「黒いんげん」関根フク(余所内)、「黒花豆」石井トク(中沢)、「うずら豆」関根マサ(余所内)、「紫花豆」関根マサ(余所内)、「うずら豆」佐藤春枝(遠ヶ竜)、「黒花豆」芳賀マサノ(摺合)、「白小豆」芳賀マサノ(摺合)、「紫花豆」北條サキ子(押目)、「白ささぎ」関根のぶ子(余所内)



最優秀賞に輝いた塩田恵美子さんの「炊飯器で作るかんたん「ライスバーグ」」

■最優秀賞(鮫川村長賞) 〓「炊飯器で作るかんたん「ライスバーグ」」塩田恵美子(鍛木田) ■まめで達者な村づくり奨励賞(県南農林事務所長賞) 〓「こはんの友エゴマ油」我妻幸子(落合) ■優秀賞(鮫川村商工会長賞) 〓「おもてなしおはぎ」落合里づり協議会(落合) ■優秀賞(JA東西しらかわ鮫川支店長賞) 〓「米粉でつくる味噌プチシフォンケーキ」遠山陽子(沼野沢) ■福島民報社賞 〓「靴ビーター」水野洋子(広畑) ■福島民友新聞社賞 〓「もちもち春巻き」羽田優希(内ヶ竜) ■入賞 〓「これ、なんだっぺ？」根本良子(岩野草)、「米粉でつくるきなこのプチシフォンケーキ」遠山陽子(沼野沢)、「漬けもの入り太巻きずし」我妻久子(落合)、「凍み餅大福」関根のぶ子(余所内)、「豆寿し」我妻トシ子(落合)、「山里風こはんパンケーキ」進士由美子(葉貫)



伊藤 元司さん
| 東京都北区産業振興課長 |

生産地を応援することが
私たちが都市部の住民の
役割だと思っています

私は、鮫川村と親戚のようなお付き合いをしたいと思っています。東京都は生産地ではありませんし、特に北区にいたっては農家が1軒もありません。そのため、安全で新鮮な物を食べるためには、鮫川村のような生産地を応援することが私たち都市部の住民の役割だと思っています。生産者が作った農産物を買って、食べることで少しでも作り続ける人が増えればと考えています。

東京都に限ったことではありませんが、生鮮食品を売る個人商店が減っている状況です。大型スーパーなどは安価で品ぞろえが豊富である一方、生産者の顔が見えにくく、料理方法や食べ方を教えてもらうこともできません。

以前は「食べ物は安ければいい」という感覚がありましたが、震災や食品偽装問題などから、安心・安全な食べ物、質にこだわる人が増えています。鮫川村は、大量生産はできないかもしれませんが、生産している物に責任を持っているように感じます。生産された一つ一つの農産物に「丹精込めて」という言葉が合っています。このように、手作りのよさを大切にしているところが、都市部の住民にとって魅力的に映るのです。だからこそ、鮫川村と交流したいと思っています。

私たち都市部の住民が地方を思い

描くとき、真っ先にその地方の料理や食材を考えます。レストランのシェフが作るような料理ではなく、家庭で作られている素朴な料理に魅力を感じ、郷土料理を食べたいと思います。「一汁三菜」といった昔から受け継がれてきたシンプルな「食」が好まれているのです。

自分たちが作った農産物で料理をして食べられる。こんなにも安心・安全でおいしいものはありません。それができる鮫川村には「おふくろの味」を大切にしてほしいと、よそ者ながら勝手に思っています。

私たち消費者が生産者の顔を知りたいように、生産者も消費者の顔や声を知りたいのではないのでしょうか。そういった相互の交流が持てれば、付加価値がある物を適正価格で販売していただけるのではないのでしょうか。

鮫川村の農産物を食べることで鮫川村を知る。そういったことの繰り返しで、私のように「鮫川村に住んでみたい」と思う人も現れるかもしれません。北区健康づくり栄養グループ「食彩」のメンバーの中にも、何度も鮫川村を訪れている人がいるということは、「また来たい」と思わせる魅力があるからです。鮫川村の豊かな「食」はもちろんですが、きれいな水と土壌、空気がある自然、村の方々の人柄、そういったものが私たちを引きつけているのでしょう。

都市との交流を通して 鮫川村の「食」の魅力を発信

「食」が取り持つ農村と都市のお付き合い

村では、東京都北区との交流を進めています。平成八年から王子銀座商店街との交流が始まったのがきっかけで、平成十八年からは北区の秋の一大イベント「ふるさと北区区民まつり」に参加。また、

昨年度からは「北区食育フェア」での物産販売など、村の「食」の魅力を発信しています。さらに、昨年度から「農村体験ツアー」で北区民が来村し、村の郷土料理などを堪能。今年九月に

は北区民を対象とした料理教室を北区赤羽で開催するなど、「食」を通して交流が深まっています。村では今後も、北区との交流を通して鮫川村の「食」をアピールしていきます。



1. 東京都北区の秋の一大イベント「ふるさと北区区民まつり」では、鮫川村産の農産物や加工品が人気を集めています 2・3. 農村体験ツアーで鮫川村を訪れ、郷土料理づくりや野菜収穫を体験する北区民の方々 4・5. 北区民を対象に開催した出張料理講習会「まめで達者な料理教室」。村食生活改善推進員「ひまわりの会」のメンバーが講師となり、村内産の食材をふんだんに使った料理を作りました

| part.3 | 「食」で深まる都市との絆



沼田 茂さん・恵子さん
| 東京都北区赤羽台在住 |

料理のおいしさに感動

今年、「農村体験ホテルツアー」で初めて鮫川村を訪れました。村の人たちの人柄のよさ、そして、凍み餅や凍み大根などの郷土料理のおいしさに感動しました。また、大豆やエゴマの加工品がバラエティーに富んでいるのも素晴らしいと思います。



新沼 清子さん
| 東京都北区豊島在住 |

農産物がとても新鮮

鮫川村の農産物はとても新鮮で、そのよさが料理に活かされています。「鮫川の郷土料理を楽しむ会」に参加して、村が郷土料理などの食文化に力を入れていると感じました。私たちも参考にして、北区の食事会などに生かしていきたいと思っています。



矢吹 さつきさん
| ひまわりの会 会長 |

村の「食」を見直す機会に

私たちが何気なく食べている郷土料理をとっても喜んで食べてくれたことで、受け継いでいかなければと、鮫川村の「食」を見直す機会になりました。また、北区健康づくり栄養グループ「食彩」の活動から刺激を受けて、私たちもさらに頑張ろうと思います。



藤田 敏江さん
| 手・まめ・館 勤務 |

顔なじみが多い

北区には、鮫川村の農産物などを食べて、「おいしかった」と何度も買いにきてくれる顔なじみのお客さんが何人もいます。「次はいつ来るの」と待っていてくれるので、とてもうれしいです。これからも、北区との関係をつなげていきたいと思っています。

インタビュー ● 山際食彩工房代表・山際博美さんに聞く

地域の食文化の魅力を追求することが大事です

春になれば山菜が採れ、夏になれば野菜が豊富になり、秋になれば新米を食べ、冬になれば保存食を作る。日本的な食生活は先人の知恵から学ぶことが多く、これらを伝承しなくてはいけないと思います。

鮫川村の「食」は地域に根ざしていると感じます。普段から郷土料理、行事食が食べられているのも素晴らしいことです。また、よい農産物を作るために土壌からこだわり、安全で安心な作物を作ろうと努力しています。また、地元の素材を使ったアイデア料理コンテストを開き、それらを学校給食、加工食品などとして生かすことを考え、おのずと地産地消が当たり前になり、それを実行しているところが素晴らしいと思います。また、「鮫川の郷土料理を楽しむ会」が定着しているのも素晴らしいことです。

これからは、地域の食材による郷土料理など、昔から伝わる日本型の食生活を見直し、地域の食文

化の魅力を追求することが大事になると思います。しかし今、食文化は料理そのものの魅力のことを指し、いわゆる郷土料理というだけでは評価されなくなりつつあります。さらに、大量生産・大量販売など流通の発達によって、地元の素材や固有性を訴えることも難しくなっています。

鮫川村は、快適で楽しい食事空間と、安全でおいしく、そして地域文化を表現した「食」を提供できる環境があると私は感じています。その素材となる農産物が大変豊富です。これからは、それらの情報を発信し、充実させていくことが課題になっていくのではないのでしょうか。

鮫川村の方々はとても元気で、大豆、じゅうねん、かぼちゃ、花豆、そのほかにも、さまざま加工品がたくさんあります。これらを地域の活性化に向けて今後も作り続けて、地産地消のパイオニアとして頑張っていたきたいと思います。



やまぎわ・ひろみ ● 昭和35年生まれ。高校卒業と同時に郡山グリンセイキで修業。その後、ホテル西村、レストラン等を経て、1987年にリゾート旅館「ヴィライナワシロ」(猪苗代町)に入社。現在は、ヴィライナワシロ調理顧問、山際食彩工房(会津若松市)代表。福島県食農サポーター、同農業振興審議会委員、農林水産省地産地消の仕事人、同地産地消普及拡大企画委員など、数々の役職を務める。鮫川村アイデア料理コンテストでは、第3回目から審査委員長を務める。



安心・安全な農産物

昔から伝わる郷土料理

さめがわの豊かな「食」は

里山の「お・も・て・な・し」