

農山漁村の暮らしに、出会おう。

ふれあい

2020年
秋号



食の一景

東京都檜原村

ぼくらと農山漁村

地域の人々の「ありがとう」が原動力に

四季祭々

石見神楽東京社中



ふれあい 2020年 秋号 令和2年10月1日発行 通巻465号 発行／一般社団法人 全国農協観光協会 〒101-0021 東京都千代田区外神田1-16-8 Nツアービル4階 ☎03-5297-0321



旬の食材を
美味しく、手軽に



紅茶のパンナコッタ アール 그레이のジュレ

紅茶の風味と季節の果物が楽しめる、秋にぴったりのスイーツです。

【材料】（4人分）

A	紅茶（ダーズリン）	7 g
	牛乳	250 cc
	生クリーム	50 cc
	砂糖	75 g
	板ゼラチン	7 g
B	紅茶のリキュール	10 cc
	水	300 cc
	紅茶（アールグレイ）	5 g
	パールアガー	10 g
C	砂糖	40 g
	シャインマスカット	適量
	ペパーミント	適量

【作り方】

- ① Aの紅茶、牛乳、生クリーム、砂糖を火にかけ茶葉を煮出した後クッキングペーパーでこす。再び火にかけ、水でもどしておいた板ゼラチンを入れてしっかり溶かし、氷で冷やして粗熱の取れたところで紅茶のリキュールを入れる。お好みの容器に流し入れ冷蔵庫で冷やし固める。
- ② Bの水と紅茶を火にかけ煮出した後、こして粗熱を取りパールアガーと砂糖を入れてよく混ぜる。再び火にかけ沸騰直前で火を止め氷で冷やし、固まったらホイッパーなどで崩しておく。
- ③ Cのシャインマスカットをお好みの大きさにカットし、①のパンナコッタに②のジュレを合わせマスカットとペパーミントを飾って完成。



料理人：近藤明弘

岐阜県生まれ。新宿四谷の人気店「馳走こんどう」「和食こんどう」オーナー。老舗料亭「金田中」を経て、2012年に「和食こんどう」を、2018年には「馳走こんどう」をオープン。全国各地の美味しい食材、酒、器を探して歩き、和食を追求する。

ひとこと

2種類の茶葉を使うと味にメリハリが出ます。果物は桃や洋梨、栗の蜜煮などでも合います。茶葉の量や煮出す時間、リキュールの使用はお好みで。





目次

- 03 食の一景 ひの はら
東京都檜原村
檜原の茶工房
- 08 ふれあいレポート かみ しま いわ ぎ しま
愛媛県上島町 岩城島
- 10 農業女子つ・な・ぐプロジェクト
農業女子メンバーをご紹介します!
- 12 多才農弁
災い転じて福となす!
- 13 農泊。
新潟県佐渡市 古民家いろり宿 長蔵 cho-zo
- 14 ぼくらと農山漁村
地域の人々の「ありがとう」が原動力に
- 16 四季祭々 いわ み かぐら どうきょうしゃちゅう
石見神楽東京社中
- 18 おうちでつながろ。
市田柿／梨「にっこり」／京丹波黒枝豆／早生ミカン
- 20 ふるさと倶楽部
田舎でいいね! 食育探訪
埼玉県さいたま市緑区「冷や汁と手打ちうどん体験」
- 23 読者ふれあい
- 24 ふれあい食堂
レシピ「紅茶のパナコッタ アール 그레이のジュレ」

重要なお知らせ

広報誌「ふれあい」リニューアルに伴い、
発行回数が年4回(4月第1週・7月第4週・10月第1週・1月第4週)に変更となります。
次号は2021年1月第4週発行となります。



東京都檜原村

檜原の茶工房

日本の食文化に欠かせないお茶。

長く和食を支えてきたが、

消費量が減少し、小規模産地で栽培が途絶えつつある。

都心に最も近い村、東京都檜原村。

お茶の歴史を受け継いだのは、

都心から移住した1人の女性。

放置されていた茶畑を再生して歴史を守り

紅茶に加工して新たな文化をつくる

彼女の周りにはいつも多くの人が集い、

人口が最盛期の3分の1に減少した村を明るく照らす。



放置された 茶畑を再生し、 村の新たな産業に

都心から2時間 人々が集う憩いの場

都心から電車とバスを乗り継ぎ、約2時間。東京都檜原村は、高層ビルが立ち並ぶ都心と同じ東京とは思えないほど、豊かな自然が広がります。関東山地の東端に位置し、村面積の93%が山林。美しい自然を目当てに多くの観光客が訪れます。一方、村内に駅もコンビニエンスストアもない不便さから高齢化と人口流出が進み、人口はピークの3分の1以下の2120人（2020年8月時点）。高齢化率は、

全国平均の26%を大きく上回る47%（2015年）に達します。

過疎・高齢化が進む村ですが、毎週末、村外に暮らす幅広い世代が集まり、笑顔の絶えない場所があります。2003年に都心から村に移住した戸田雅子さん（71）が営む「檜原の茶工房」です。近所の主婦らの応援団に加え、ボランティアグループ「檜原雅子開墾団」の登録者数は20代の若者から70代まで100人以上。戸田さんの人柄に惹かれ、毎週のように訪れ農作業を手伝う常連も少なくありません。農作業後には縁側で戸田さんを囲み、「ひのはら紅茶」で

一服。地域の人にとっては都市住民と触れ合う大切な憩いの場、都市住民にとっては第二の故郷のような癒やしの場になっています。

単身で移住を決意 猪^{いのしし}出没で茶畑発見

戸田さんはもともと檜原村とは縁もゆかりもありませんでした。都心に生まれ育ち、大学卒業後は都立高校の教師に。ずっと都会暮らしだったためか、若い頃から田舎暮らしを夢見ていました。子どもができてからは、子どもを山の中で育てたいとの気持ちが強まり、都心で暮らしながら週末は田舎に通う日々を過ごしました。

檜原村と出会ったのは、たまたま目にした不動産会社の新聞折り込みチラシ。村の空き物件を見つけて行ってみると、美しい自然に目ぼれしました。5年間は仕事をしながら週末に通い、その後、子育てが一段落したのを機に、53歳で移住することを決意。単身での移住でしたが、週末には夫や子どもも来てくれ、田舎暮らしを後押ししてくれました。

憧れの田舎暮らしを手に入れましたが、それだけでは終わらせませんでした。移住して3年後、紅茶づくりのきっかけとなる転機が訪れます。地域の畑を猪が荒らすようになり、戸田さん宅の周りのやぶが隠れ家になっているとして、「やぶを何とかして」と求められました。すぐに手つかずになっていたやぶを刈ると、現れたのが茶畑でした。近所の人から、村では昔から家庭用にお茶を栽培していたと聞き、見よう見まねでさらに茶の木を短く切りました。すると、2年後には新芽が出てくるように。近所の人「もったいないから、



「みんなが作業を手伝ってくれる」と笑顔の戸田さん



急斜面に並ぶ茶の木



戸田さん④を囲み談笑するボランティアら

摘んで製茶組合に持っていったら「いいよ」と教えてくれ、茶づくりがスタートしました。

ひのはら紅茶完成 深みある特徴的な味

1人で飲むには多いほどのお茶ができ、村にもとあったお茶



二番茶になる新芽



茶の乾燥機

で村を元気にしたいと考えるようになった戸田さん。しかし、新茶で売るのは他産地に比べて収穫の時期が遅く、市場出荷するほどの収量ありませんでした。そこで、「地域に親しまれてきた茶を、これまでなかった紅茶に加工して差別化し、新たな特産品・土産品にできたら面白い」と紅茶商品開発に取り組みました。

丸子紅茶（静岡市）の松村二六さんに習うなどしてノウハウを習得。大妻女子大学「お茶大学」校長の大森正司さんからは栽培・加工について、村の喫茶店「カフェせせらぎ」の幡野庄一さんからは客に好まれる味や売り方についてアドバイスしてもらいました。多くの人のサポートもあり、香りがやわらかく、和食にも合うまろやかな味が特徴の「ひのはら紅茶」が完成しました。テレビや雑誌などで取り上げられ、すぐに村の新たな人気商品になりました。大森さんは「ひのはら紅茶」について、「在来種で深みと落ち着きのある特徴的な味」と高く評価。「全国で茶畑は減っており、人々の生活様式に合わせて茶生産も変えていく必要がある。東京での新たな産地づ



「ひのはら紅茶」パッケージ

くりは、国産茶だけでなく、東京の食と農のPRにもつながる素晴らしい取り組み」と期待します。



茶葉



カフェせせらぎで提供する「ひのはら紅茶」



天日干しにした黒茶用の茶葉



黒茶の天日干し作業を手伝うボランティア

ボランティアと開墾 若者への継承視野

2015年からはもつと村を元気にしようと、「檜原雅子開墾団」のボランティアらと荒れた茶畑の再生、整備に取り組んでいます。現在は40㍓をボランティアや地域住民と共に管理。新型コロナウイルスの影響でイベントを開くことが難しくなっても、多くのボランティアが来てくれるといいます。8月中旬に行った黒茶の加工作業には、早朝からの作業にもかかわらず、地域住民に加え、首都圏から20人ほどが集まり、距離を取り、マスクをするなど感染防止対策を徹底した上で作業を行いました。黒茶は全国的にも珍しい微生物による発酵茶で、大森さんが戸田さんと協力して檜原村での製造に挑戦しています。

戸田さんの人柄に惹かれ、多くの若者も集まっています。3年前から定期的に手伝いに来ている松岡賢二さん（32）は、4月に村内で就農しました。「戸田さんはどんな人でもすぐに受け入れてくれる。おかげで村にもすぐになじむこと

ができた」と話します。日本酒製造のベンチャー企業で働く戸田京介さん（23）は、お茶や発酵について学ぶため、檜原村の戸田さんのもとを訪れました。「生産現場は初めてだったが、茶の加工作業はとても勉強になる」と話し、ここで得た知識を日本酒造りに生かしています。

戸田さんは今年新たにチャイ用の粉茶も開発しました。ボランティアなど多くの人の力を借りながら、茶生産を村の一つの産業に発展させていくことを目指します。「特産品として定着させ、村の若者に引き継いでいきたい」。戸田さんは村の将来を見据え、これからは先頭に立って挑戦を続けます。

Memo

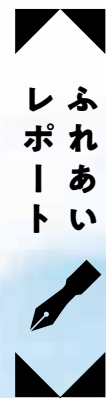
ひのはら紅茶（ストレート）

21g 500円（税別）

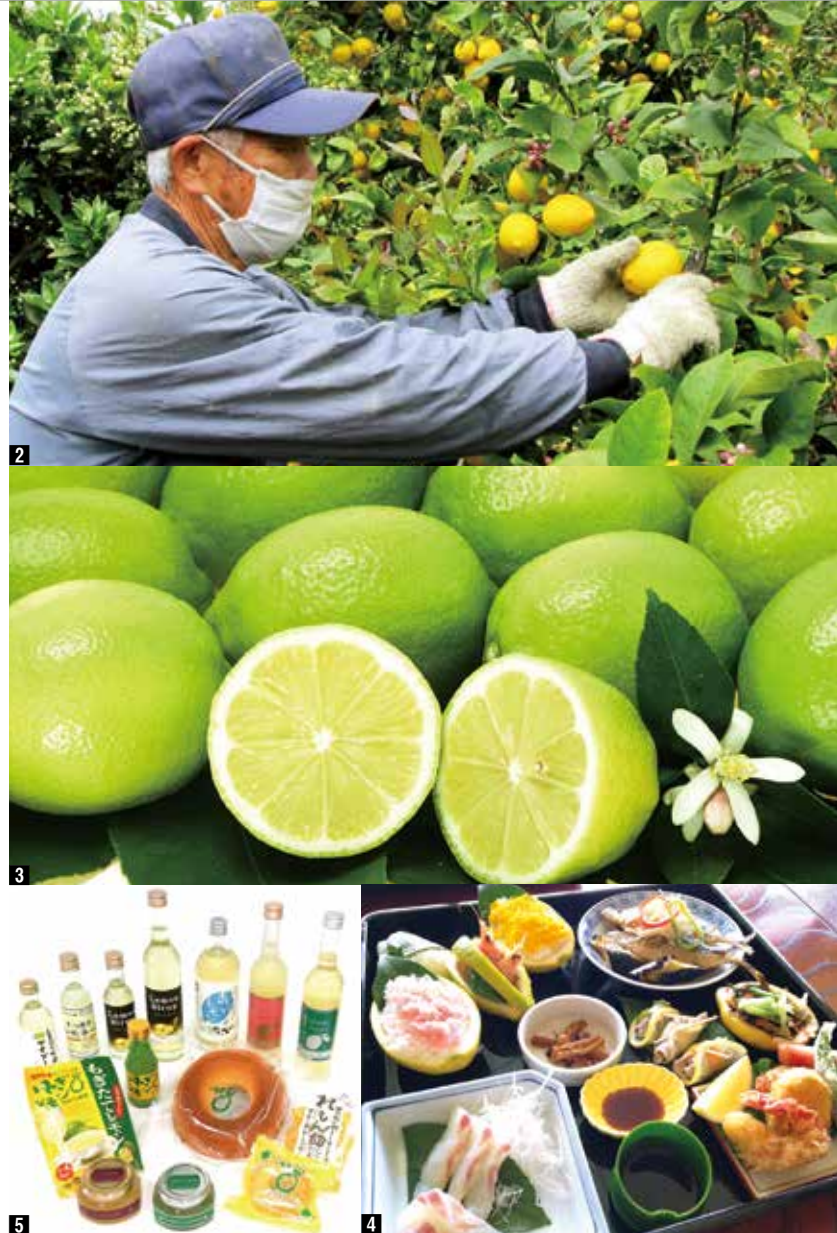
村内の土産店やカフェせせらぎ（村役場内）で販売しています。時期によっては、ラテ用やチャイ用も販売しています。



茶栽培について学ぼうと戸田雅子さん（右）のもとを訪れた戸田京介さん



岩城島



1岩城島から望む上島町全域 2農家がレモンを一つずつ丁寧に収穫 3特産の「青いレモン」
4風味豊かなレモン懐石 5レモンを使った加工品
写真2、3、5提供：(株)いわぎ物産センター

上島町4島で島暮らし体験と交流を楽しむ旅

(一社)全国農協観光協会は、12月4日から2泊3日で上島町の島々をめぐる体験交流ツアーを企画しています。

弓削島では島産の食材を使用した「しまでCafé」での食事や、街並み散策、郷土料理作り体験の他、藻塩づくり体験などを予定しています。弓削島は鎌倉時代に京都・東寺の荘園として、塩づくりを主要な産業として栄えたことが国宝「東寺百合文書」(ユネスコ世界記憶遺産登録)に記載されています。しまでCaféの運営や藻塩づくり体験を実施している「しまの会社」の代表 村上律子さんは「藻塩づくりは古墳時代の技術をそのまま受け継いでいます。伝統的な文化を体験してください」と呼び掛けます。

また岩城島では芋菓子づくりの見学や、「でべそおばちゃんの店」で青いレモンをふんだんに使用したレモン懐石を召し上がれます。

信号もなく、ゆっくりとした時間が流れるこの土地で島暮らしを体験してみませんか。詳細、申込については本会ホームページ(QRコード)からご覧ください。



ゆったりと流れる時間 瀬戸内海に浮かぶ島々

愛媛県上島町は、瀬戸内海にある25の離島からなる町です。本土から車と船を乗り継いで約1時間、穏やかな海に浮かぶ島々にはゆったりとした時間が流れ、オープンマインドな島民が温かく迎えてくれます。古くは製塩業の歴史があり、現在ではかんきつ栽培をはじめとした農業の他、漁業、造船関連産業が盛んに行われています。

「青いレモンの島」で 新鮮な香りが漂う

上島町のシンボリック存在の一つが、岩城島の「青いレモン」。レモンといえば黄色いイメージですが、実り始めの頃は緑色でフレッシュさにあふれており「青い」のです。岩城島のレモン畑には、甘酸っぱく、さわやかな香りが広がっています。

瀬戸内海に囲まれた島々の特徴として、6時間ごとの潮の満ち引きがあります。干満の差は3、4センチになり、景色の変化が楽しめます。上島町長の宮脇馨さんは「自然現象に合わせた時間の流れがあり、そこで農林水産業が営まれてきたことが体感できます。上島町は海の幸や山の幸が豊富で、日本の原風景が広がっています」と、島の魅力を語ります。

岩城島では約35年前、当時はまだ少なかった国産のレモンを地域の特産にしようと育成に取り組み、旧・岩城村は、「青いレモンの島」を商標登録しました。その後、何年もかけてブランドを作り上げ、現在は約20戸の農家が青いレモンを出荷しています。青いレモンは愛媛県のブランド産品として認定され、岩城島産でないと名乗ることができないブランド果実となりました。

レモン農家の岡野英明さんは、35年でレモンを栽培しています。9月末から12月にかけて、青いレモンを出荷。収穫後にワックスや防腐剤を使わず、減農薬栽培の安全・安心が特徴。ハウス栽培に力を入れ、皮が薄く果汁が多い高品質なレモンを作っています。また、ハウスの中に鶏を放ち、除草剤に頼らず雑草を処理しています。岡野さんは「果汁がたっぷり、お客さんがおいしいと言ってくれるのがやりがいになっています」と微笑みます。

岩城島では年末にかけて収穫する青いレモンの他、年明けには黄色いレモン、わずかですが7、8月には夏採りレモンも収穫でき、周年栽培を実現しています。

レモン懐石や ケーキを味わって

岩城島では、レモン尽くしの懐石料理を味わうことができます。「でべそおばちゃんの店」では、すし酢にレモンの果汁を混ぜ、レモンの皮の器に盛

りつけた「レモン寿司」や、地元養豚農家がレモンの搾りかすを食わせて育てたレモンポークのしゃぶしゃぶ「トンダレモン」などを提供しています。店を切り盛りする西村孝子さんは「脇役が多かったレモンを前面に出したい」と、島の言葉で「でしゃばり」「積極的」を意味する「でべそ」の精神で「青いレモンの島」のアピールに力を入れています。

レモンを使った商品も次々と生まれています。レモンを加工・販売するいわぎ物産センターは、ストレート果汁や、マーマレード、ケーキなど約30品目を開発しました。一番人気は100%果汁「いわぎレモン」。雑味になる皮を除き、果肉だけを搾ることで果汁本来のおいしさを感じます。またパウンドケーキをベースに、レモン果汁を贅沢に練り込んだ「レモンケーキ」も人気です。センター長の大本孝則さんは、「島のブランド作物の青いレモンを惜しみなく使っています。ご堪能ください」と自信を見せます。



農業女子PJ

農業女子 つ・な・ぐプロジェクト

全国農協観光協会は、
農林水産省が進める
「農業女子プロジェクト」に参画し、
「農業女子つ・な・ぐプロジェクト」に
取り組んでいます。
プロジェクトメンバーである
農業女子の皆さんに
語っていただきました。



東京都瑞穂町
ベースサイドファーム
Base Side Farm
デュラント 安都江さん

栽培作物：
ケール、ナス、落花生など年間15
品目の野菜、果樹(40アール)
主な出荷先：
畑で直接受け渡し、仲卸を通して
レストランやECサイトへ
趣味：読書

得意の英語を活かして 畑で国際交流

2 018年2月に東
京都瑞穂町で新規



「新鮮畑受け取り野菜セット」
基地の外国人に好評です！

就農し、今年で3年目にな
ります。米軍横田基地の
すぐ隣に農地があること
から「Base Side
Farm」と名付け、ナス
や落花生などの定番野菜
に加え、ケールや白ナスな
ど西洋野菜も1人で育て
ています。基地に赴任し
たばかりの軍関係者に、
なじみのある新鮮な野菜
を届けたいという思いで
「新鮮畑受け取り野菜
セット」を販売していま
す。畑に受け取りに来た
皆さんに、ワーキングホリ



白ナスを収穫中

デーで身に付けた英語力
を活かして日本の野菜に
ついて一つ一つ説明した
り、農作業を手伝っても
らったり交流をしていま
す。英語での親子農業体
験や、農家の野菜の食べ方
を提案するクッキング講
座なども開催しています。

農

業と出会ったのは
フランスの農村に
滞在したときです。それ
まで農業にあまり興味は
ありませんでしたが、馬の
お世話をしたり、ミ「ガー
デンでお手伝いをしたり
するうちに、「農的な仕
事って楽しいな」「会社員
以外にもいろんな生き方
があるな」と考え始めま



英語で親子農業体験

す。気軽に畑に
来てください！

農

業女子プロジェクト
のテーマである「都
市部の方との交流」は野
菜をもっと知ってもらえる
良い機会だと思います。例
えば生育変化が見えてい
て楽しいナスなどを、数回シ
リーズで見に来て体験し
てもらえるような機会を
提供してみたいです。また、
野菜のいろいろな「食べ方」
を紹介し、ケールなど日本
ではあまりなじみのない野
菜に対するハードルを下げ
てもらえたらと思っています。

地域のつながりを大切に 年間100品目を栽培

東

京都八王子市で夫
と2人で野菜を育
てながら、直売所「菱山
ファーム」を経営していま
す。毎朝9時から野菜を
販売しながら、お客さん
との会話を楽しんではいま
す。野菜の特徴や栽培方
法について説明し、理解し
てもらえる、知り合うこ
とができるのが直売所の
良いところだと思っていま
す。さらに近所の保育園
で花育活動をしたり、保
育園児を畑に呼んでダイ
コン抜き体験をしたり地
域のつながりも大切にして
います。



八王子市にある「菱山ファーム」

農

業を始めて25年に
なります。夫の実
家がナス農家でちよと手
伝ったのがきっかけです。
農作業をしていくうち
に、傷がつき廃棄するナス
が多いことを知り、もった
いないなと思い友達に売る
ことを思いつきました。そ
の後、庭先で販売を始め
たり、一輪車を押して近
所の団地を回ったり…それ
が菱山ファームの始まりで
す。お客さんの要望に応
じてどんどん野菜が増え
ていき、今では年間100
種類の野菜と花きを栽培
しています。

都

市部の方々との交
流はお互い新しい
発見があるので大切だと
思っています。野菜を採
ってごはんを作って食べ
たり、畑で次の計画を立て
たり何かストーリーを作



近所の保育園で「花育」の活動



園児を畑へ呼んで
「ダイコン抜き体験」



ると記憶に残るのではな
いかと思います。奥深く
て面白い農業をぜひ体験
してほしい。実りを分か
ち合える仕事って最高だ
と思います。



農業女子つ・な・ぐPJ インスタグラム フォローお願いします! nougyojoshitsunagu_pj

シカクマメ



暑さに負けず収穫作業

東京都八王子市
菱山ファーム
菱山 まりこさん

栽培作物：
エダマメ、トウモロコシなど野菜
と花き100種類ほど(40アール)
主な出荷先：
菱山ファーム、道の駅、保育園の
給食など
趣味：映画鑑賞、読書



農山漁村や都市での暮らしを考える、その手助けになる知識を識者が語ります。

テーマ 災い転じて 福となす！

東洋大学名誉教授 ● 青木辰司



熊本県人吉・球磨地域に伝わる郷土玩具「きじ馬」

し、「忘己利他」の精神で、孤立している被災者の支援に奔走する。「何のためにG T をしてきたのか？こんな時こそ、地域の皆さんと共に再建まで頑張りたい！」。疲労感をぬぐい切れない毎日、酷暑の下での支援活動を支えているのは、実践仲間の固い絆と、後方からの分厚い支援、と本田さんは言う。

筆者も、いち早く「人吉洪水被災支援」を呼び掛け、見舞金の支給や支援活動支援を行っている。国の登録有形文化財・人吉旅館も、球磨川沿いにあったため、壊滅的な被害を受けた。しかし、旅館主の愛娘が呼び掛けたクラウドファンディングには、目標額の3倍以上の支援金が集まった。復旧の緒に就いたばかり、先が見えない毎日の中で、被災者の元気の素は、仲間による連日の協働と、全国からのモノ・カネ・ココロの分厚い支援である。

非常時に必要な協力・協働は、日常時の重層的な連携のネットワークによって発揮

される。人吉での復興方式を「重層的広域連携支援」として広めたい。絶望の淵で一条の光を見るのは、人の心を実感できる時と場においてである。「日本一豊かな隠れ里」(司馬遼太郎)の再興を信じて支えている多くの人々。その人こそ、農山村に必要で大切な「信頼関係人口」である。信頼深める交流の価値を改めて考えたい。

あおき しんじ
1952年山形県生まれ。東北大学大学院教育学研究科博士後期課程単位取得満期退学。専門は環境社会学、グリーン・ツーリズム論(二社)日本ファームステイ協会評議員他。

もっと学びたい方はこちら
青木さんの著書

『転換するグリーン・ツーリズム』(学芸出版社)
『持続可能なグリーン・ツーリズムー英国に学ぶ実践的農村再生』(丸善)

人吉球磨被災先に対する
ご支援のお問い合わせ

(二社) 隠れ里ひとくまツーリズム
〒868-0423
熊本県球磨郡あさぎり町上南3205
電話: 090-7385-6420
0966-147-0220
担当: 樫木徹郎

農泊

新潟県

「古民家いろいろ宿

長蔵 cho-zo」

100年の歴史ある日本家屋 オリジナルの宿泊体験を

明治初期に移築され、築100年を超える日本建築。ケヤキの大黒柱、漆塗りの食器、天井高8メートルの囲炉裏の間、石垣残る秘蔵の内蔵(土蔵)。豪商の御屋敷で歴史を垣間見ることが出来ます。

この宿では、訪れる方の要望に合わせて「オリジナル旅の手配ーコンセルジュサービス」を提供しています。例えば農林漁業体験は、田んぼや畑、果樹園での種まきや収穫、海釣り、山林でのキノコ狩りやタケノコ掘りー。カヤック、トレッキング、サイクリングなど大自然を満喫する各種アクティビティなど、地元ならではのガイド情報を紹介します。

宿の料理は地元産の米、野菜、魚を予算に合わせて提供します。2019年4月のオープン後、国内のみならず海外からもたくさんの旅行者が訪れる場所になりました。「築100年以上の建築物が、ここまできれいに現存している宿は珍しいのではないのでしょうか。昔懐かしさを感じる『田舎のおばあちゃんの家』へ、お気軽に遊びにいらしてください。」(亭主 春日絵里奈さん)



農泊って？

農山漁村において日本ならではの伝統的な生活体験と農村地域の人々との交流を楽しむ活動。農家民宿、古民家を活用した宿泊施設など、多様な宿泊手段により旅行者にその土地の魅力を味わってもらう「農山漁村滞在型旅行」のこと。(参考: 農林水産省ホームページ)



新潟県
「古民家いろいろ宿 長蔵 cho-zo」
〒952-1321 新潟県佐渡市山田 58-1
【アクセス】両津港から車で25分
TEL: 0259-58-8028 (問い合わせ時間10時~20時)
MAIL: chozo.sadoisland2018@gmail.com
https://chozo-sadoisland.jp



広々としたホール



郷土料理を伝える食育活動



オコゼと真鯛の刺身



天井まで吹き抜けの囲炉裏の間

亜

細亜大学4年生の小方紗
英さん(22)は東京生まれ、

東京育ち。大学1年生の授業
の一環で山形県飯豊町の中津
川地区で祭りの手伝いや雪かき
などを体験し、「継続して地域
と関わりを持ちたい」という思い
から学生有志のボランティア団体
を立ち上げ、3年間活動を続
けています。「地域には助け合い
の心があつてとても温かい。人々
も食べ物も大好きで帰りたいく
な場所です」と小方さんは笑顔
で語ります。

——山形県飯豊町中津川地区
で活動を始めたきっかけを教
えてください。

大学1年生の時、アダム・フ
ルフォード先生の授業を受け、
中津川地区の魅力を発信して
都市と農村の住民を結びつける
活動について知りました。そして
自分も微力ながら地域に貢献し
たいという思いから、「ぜひやり
たいです」と手を挙げました。
大学1年生の時は授業の一環
で行きましたが、2年目以降は
有志を募って個人的に活動をし
ています。

「ありがとう」が原動力に

東京都⇄山形県飯豊町中津川地区 ●小方 紗英さん

——具体的にどのような活動
をしているのですか。

8月と2月の年2回、夏祭
りと冬の雪祭りの開催日に合わ
せて中津川地区へボランティア活
動に行きます。学生十数人で



自然豊かな中津川地区の風景(撮影:伊藤浩一郎)



スカイランタンに火を灯すお手伝い



亜細亜大学都市創造学部4年の小方紗英さん(22)

地域に3日間ほど滞在し、祭り
のためにテントを設置したり、受
付をしたりと全体的なフォローを
行います。冬の「中津川雪祭り」
では、学生が協力して雪像を作っ
たり、熱気球のように飛ばすス
カイランタンの火を灯す手伝いを

——雪の多い地域ならではの
活動もありましたか。

祭りの前日は民家の雪かき作
業をしました。東京では見たこ
とのない雪の量で、雪の壁ができ
ていたり、雪かきしていくうちに
だんだん家が見えきたりするの
が新鮮でした。雪かきを終え
た後は達成感であふれました。
1年目は雪かき道具の使い方が
分かりませんでした。3年目に
なるとうまく使いこなせてきて、
自分自身の成長も感じられて楽



みんなで協力して作り上げた雪像

地域の伝統
「さいぞう笑い」



しいなと思います。また、かんじき
を履いて雪道を歩くなど、日本の
伝統を知ることができました。

——地域の人々とのふれあ
いの中からどんなことを感じまし
たか。

「笑顔」は年代問わず、人と
関わる中で一番重要なと感じ

地域の人々の「ありがとう」

——3年間続けてきてどう
ですか。

1年目、2年目、3年目と
同じ場所でも毎回景色が違って
見えて。農山村地域では天気や
気温が違うだけでこんなにも違
う姿を見せてくれるんだと毎回
感動しています。ボランティア活
動も最初は未知で不安な部分
もありましたが、まずはやってみ
ることで自分の新しい考え方、
今後につながることをたくさん見
つけられました。また、活動を
通して一番課題に感じたことは

ました。地域の人々はいつも笑顔
で地域のために何かしようと働い
ていて、その姿に元気をもらって
いました。地域の人々が温かく受
け入れてくれて、「ありがとう」
という言葉がいつも原動力になっ
ています。

——学生有志で活動していて、
大変だったことはありますか。

純粹に活動を楽しんでもらう
ため、1年生の活動費は無料に
している。資金集めに苦労し
ました。学園祭で出店を開いて
売り上げを活動費にしたり、山
形県の補助金の制度に申請した
りました。大学2年生の時は、
中津川の魅力をたくさんの人に
知ってもらいたいと思い、中津川
地区の「雪室じゃがいも」を使
用したじゃがバターを販売しまし
た。いずれはサークルができれば
いいなと思っています。

——小方さんにとって中津川
地区はどんな場所ですか。

「帰りたくなる場所、癒やし
の空間」です。活動を通して中
津川の人々や食物が大好きにな
りました。社会人になっても定
期的に訪れて、何かしらの形で
貢献できたらいいなと常に考えて



祭りのためにテントを組み立て中

——これからの目標を教えて
ください。

このボランティア活動を卒業ま
でにしっかりと後輩たちにつない
で、継続的に地域と関わってい
けるようにしたいです。将来はこ
の活動を活かした仕事をしたいと
考えています。地域を盛り上げ
るためにできることを探してい
きたいと思っています。



ボランティアのみんなと



民家の雪かきも手伝います



山形県飯豊町



地域の方々に「菅細工」を教えてもらいました

四季祭々

【石見神楽東京社中】

コロナウイルス乗り越え、8カ月ぶり公演

故郷から遠く離れた東京でファン獲得目指す

神楽ファン20人が集い
首都圏で年間40公演

東京社中は2011年、島根県浜田市出身の小加本行広さん(38)を中心とする石見神楽経験者数名が集まり、首都圏での石見神楽の知名度向上と観光客誘客を目指して立ち上がりました。

小加本さんは小さい頃から地元神楽が好きで、上京後に地元の団体の東京公演を手伝ううちに、「島根から来てもらうのは手間も費用もかかる。東京に社中があれば、首都圏での公演が実現しやすくなる」と社中設立を決意。県の支援を得て当面必要な道具を買いそろえ、東京での活動を始めました。

熱い想いで結成したものの、石見神楽は豪華な衣装や蛇胴な

新型コロナウイルスの影響で、多くの民俗芸能が公演中止に追い込まれ、継承が危機に瀕しています。そんな中、厳しい環境下でも故郷から遠く離れた東京で灯を絶やさぬよう活動を続けるのが、石見神楽東京社中です。3月1日を最後に全ての公演が中止となり、涙を飲みました。いつ再開できるか分からない不安な日々を乗り越え、現在は11月に行う8カ月ぶりの公演に向け、練習に励んでいます。

最大8頭の大蛇が共演
国内外にファン獲得

石見神楽は室町時代には既に演じられていたとされています。田楽系神楽の大元神楽をルーツに、出雲神話と演劇性が加わり、多彩な神楽が形成されました。

明治以降は農家や地域住民にも広がり、大衆芸能として発展。現在は全国屈指の継承団体数を誇り、石見地方だけで130団体に達します。演目数も伝統的な約30演目に加え、各団体が日本全国にある武勇伝などを神楽化した新たな演目を創作しており、現在も増え続けています。

特徴はなんといっても、華やかさです。最も人気の演目「大蛇」は、大蛇がスサノオと大格闘を繰り広げます。会場の大きさによっては、大蛇8頭が共演することもある。大蛇に火花やLEDライトを取り付けるなど、さまざまな工夫を凝らしており、壮大なスケールの舞が多くの人を魅了します。近年では海外公演も多く行われ、国内外にファンを獲得しています。

た華やかな神楽を披露したい」と意気込みを話します。今後もある石見神楽の国内外でのファン拡大という夢に向かい、東京五輪に訪れる外国人観光客向けの公演など、新たな取り組みに挑戦していく計画です。



4〜8頭が共演する豪華な大蛇



火花を出すなど各団体が工夫を凝らす大蛇



(写真上から) 漁業・商業の神様として崇拝されている恵比寿④、大蛇を退治したスサノオ④⑤、和紙で作られた蛇胴は細かく分解して再利用④⑥、蛇胴を使った小物づくりの体験教室⑥

コロナで公演中止
再開へ練習に励む

しかし、新型コロナウイルスの影響で3月1日の公演を最後

で多くの工芸品が必要で、道具の購入・保管・運搬や練習場などにかかる資金の確保に苦労しました。地道な活動で資金を貯め、クラウドファンディングも活用して5年ほどかけて必要な道具などをそろえ、運転資金を公演で得た収入で賄うことができたようになりました。メンバーも10〜60代の20人に増え、首都圏で年間40回程度の公演を展開。さまざまなイベントに積極的に参加し、神楽の披露だけでなく、ワークショップなどを通じて神楽と石見地方の魅力をPRしています。

に、全ての公演が中止になってしまいました。小加本さんは「今年は東京五輪に伴い、公演が増えることが期待されていたため、道具を一新した矢先だった。中止は経済的にも非常に厳しい」と打ち明けます。いつまた公演できるかも見通せない不安な日々でしたが、それでもファンの維持、拡大のため、地元が行うオンラインイベントを支援するなど活動を続けました。努力が実を結び、今秋には8カ月ぶりの公演が決定。11月28日に東京・神田で開かれる「第2回民俗芸能Now! in 神田明神」に出演します。

イベントのご案内
第2回民俗芸能Now! in 神田明神
～疫病退散と世界の平安を願って～
(一社)全国農協観光協会は民俗芸能の継承を後押しするため、新型コロナウイルスの感染予防対策ガイドラインを遵守した公演を開催します。出演者・観覧者双方が安心できる「新しい民俗芸能公演開催のあり方」の実現を目指します。
イベントの詳細は本誌23ページおよび下記の本会ウェブサイトをご覧ください。
<https://www.znk.or.jp/topics/?p=1#1598853014-291179>





おうちで
つながる。



京丹波町観光協会



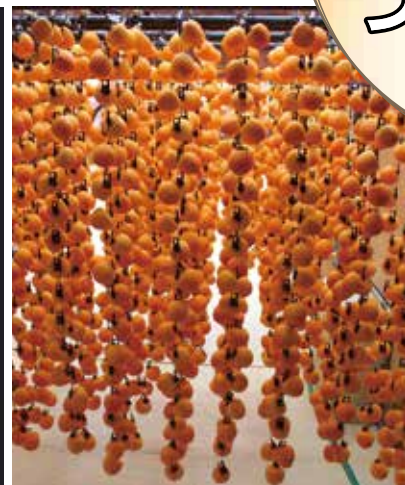
お問い合わせ

農事組合法人 京丹波はたるの里
担当 安井 孝雄
京都府船井郡京丹波町安井安井南41
TEL 090-2353-9940
FAX 0771-82-0029
※ご注文はFAXまたは郵送(現金書留)にて
・内容量:1箱(400g×3袋)
近畿地方:1箱3,000円(税・送料込)
関東地方:1箱3,100円(税・送料込)

京丹波黒枝豆は、京野菜の黒大豆を早採りした京都府京丹波町の特産品です。一般的な枝豆に比べて大ぶりで柔らかく、ほっこりとした甘みの特徴。丹波高原の寒暖差のある気候の下、自然豊かな山がもたらす土を使って生産し、糖度の高い黒枝豆が実ります。今年産は梅雨明け後、日照時間が回復したことから生育は順調。収穫期間は10月上旬から11月上旬の約1カ月と短く、心待ちにしているファンも多いそうです。

京丹波黒枝豆

京都府京丹波町



市田柿

長野県JAみなみ信州

お問い合わせ

JAみなみ信州
農産物総合DMセンター
TEL 0265-34-3705
・市田柿 化粧箱(個包装15個入り)
3,480円(税・送料込)



<https://ja-minamishinshu.com/>

市田柿は長野県下伊那郡の市田地域で栽培されている渋柿を干し柿にしたものです。あめ色をした果実は一口大で食べやすく、もっちりとした食感と口に広がる上品な甘さは、まるで高級和菓子のよう。11月ごろ、収穫の時期を迎えると南信州の農村地域には、柿の皮をむいて紐に吊るす「柿のれん」の景色が広がります。気候風土と結びついた特性が認められ、地理的表示保護制度(GI)に登録されました。各農家が安全・安心にこだわって作る自慢の逸品です。



お問い合わせ

JAにしう 青果販売部
TEL 0894-24-1114
・3kg 4,300円(税・送料込)



<https://nishiuwamikan.com/>

愛媛県西宇和地域は全国有数のミカン産地。海に面した日当たりの良い急斜面で美味しいミカンが育ちます。10月に極早生ミカンの出荷最盛を迎えた後、早生ミカンは11月下旬から販売が始まります。早生ミカンは果肉を包む袋が薄く、食味の良さが特徴で、一口食べればその違いが分かるはず。ミカンの甘さがダイレクトに伝わってきます。100年以上前から先人たちが築いてきた技術や知恵を継承しながら、品質にこだわり続けたミカンです。

早生ミカン

愛媛県JAにしうわ



梨「にっこり」

栃木県JAうつのみや

お問い合わせ

JAうつのみや 総合販売課
TEL 028-670-8282
・1箱5kg(5~7玉入り)
4,100円(税・送料込)
9月中旬より予約販売受付中



<https://www.ja-town.com/shop/c/c3101/>

梨「にっこり」は、栃木県で生まれたオリジナル品種です。栃木県の観光地「日光」と梨の音読み「り」を組み合わせて「にっこり」と名付けられました。1kgを超える大玉の果実はたっぷりの果汁を含み、滑らかな舌触りが楽しめます。「豊水」の甘さと「新高」の持ちの良さを併せ持ち、地元農家に愛されて育ちました。収穫時期は10月中旬から11月下旬ごろですが、日持ちが良いため長くお楽しみいただけます。

(二社)全国農協観光協会では、皆さまからいただいた「もう一度あの農産物を味わいたい」「農家さんを応援したい」という声と、新型コロナウイルスの影響で困っている農家さんを応援するため、おすすめ農産物を紹介しています。農産物を通じて、農家さんや産地と、おうちでつながりませんか？

埼玉県さいたま市緑区で

暑い夏を
乗り切る！

冷や汁と手打ちうどん体験

ファーム・インさぎ山では、田んぼや畑、豊かな自然を守りながら20年以上、農業・食育体験に取り組んでいます。農家の肝っ玉母さんに教わる「うどん作り」と、夏野菜の収穫を体験しました。

木陰の下で
うどん作りに挑戦

自然に囲まれ、昔にタイムスリップしたような空間——。よく晴れた8月上旬にもかかわらず、涼やかな風が木々を吹き抜けていきます。木陰の下で、参加者11人が手打ちうどん作りに挑戦しました。埼玉県の小麦粉を使って生地を作り、のびし、細く切つてかまどでゆでて作ります。

教えてくれた人
ファーム・インさぎ山 代表
萩原さとみさん

新型コロナ対策で制限がある中、皆さん喜んでくれて良かったです。こんな時代だからこそ生きる力を持つことが大切になります。食育から、「農、食、命」のつながりを感じてもらい、感謝の心を持つことを伝えたいです。



畑が台所！
採れたて野菜を材料に

埼玉県の郷土料理「冷や



足で踏むことであっという間に生地ができます

行程

- 9:45 集合・オリエンテーション
- 10:00 「冷や汁うどん」作り
- 12:00 昼食・交流
- 12:30 夏野菜の収穫体験
- 14:30 解散



全国農協観光協会
平川萌々子

食の力で猛暑を乗り切れるよう、埼玉県の郷土料理にヒントを得て企画しました。自然に囲まれ、ゆったりした時間が流れる「ファーム・インさぎ山」で一息つけたのではないのでしょうか。農家の暮らしの魅力を教えてくれる萩原さんのもとで、食と農のつながりを感じてもらえればと思います。



さいたま市は、埼玉県の南東部に位置する県庁所在地です。人口は約132万人（2020年8月）。首都圏へのアクセスの良さから、米や野菜、種苗や植木、花き、いも類などさまざまな作物が生産されています。



生地をのばします



できあがった「冷や汁うどん」④ゆであがりを確認⑤美味しくいただきました⑥

汁うどん」は、みそやゴマ、砂糖などで作ったつけ汁に、大葉やキュウリを入れ、うどんをつけて食べる、夏の定番。使用したゴマは、なんと自家製。フライパンで煎ると、マスク越しでも香ばしいゴマの香りが広がりました。

つけ汁の準備を始めたさとみさんは、「ちよつとその畑から大葉をとってきてね」と呼びかけます。まるで、畑が台所のよう。大葉を刻むとさわやかな香りが。「曲がつ



うどんを細く切っています⑦つけ汁が完成

たキュウリも、もちろん、美味しいですよ」と、採れたての大きくなったキュウリも加えます。

自然の力で育った
作物を収穫

ゆであつたうどんは冷たい水にさらして完成。埼玉県から参加した高梨絢子さんは「こしがあつて、小麦の風味が良いですね」、同県から来た梶真

さとみさんの息子、哲哉さんの案内で、参加者は空心菜、ナス、ピーマン、キュウリなどの収穫を体験。哲哉さんは「空心菜は塩とごま油でさつと炒めると美味しいよ」とおすすめの食べ方を教えてくれます。

神奈川県から参加した志田



キュウリの収穫

智哉さんは「家に帰って食べるよりも、採れたてが一番」と、キュウリをその場で味わっていました。

また来てね！参加者の声

小松奈生さん（神奈川県在住）
子どもの頃に農作業をした経験があり、農業に興味があります。今回、友人2人を誘って参加しました。一からうどんを作り、みんなで楽しい時間を過ごしました。収穫したてのキュウリの味は格別でした。



川崎雅世さん（埼玉県在住）
うどん作りは簡単そうで難しく、面白い体験ができました。農薬や化学肥料を使わずに栽培しているのに、作物がきれいに育っていて驚きました。家で味わうのが楽しみです。



（一社）全国農協観光協会は日本の農業を守り、豊かな食文化をつなぐために、全国で都市と農村の交流事業を行っています。地域農業を応援する「快汗！猫の手援農隊」や移住・就農のきっかけをつくる「田舎暮らし体験」、食文化を学ぶ「田舎でいいね！食育探訪」など、季節に合わせて多彩な企画を実施。農山漁村が持つ魅力を味わっていただいています。2021年2月13日には、ファーム・インさぎ山で味噌作り体験を予定しています！詳細は全国農協観光協会ホームページをご覧ください。

（一社）全国農協観光協会web
<https://www.znk.or.jp/>



新型コロナウイルス感染症予防対策



今回の企画は、新型コロナウイルス感染症予防対策のガイドラインを作成して実施。事務局は、マスクや手袋を着用し、参加者の皆さんには検温・アルコール消毒、調理時は手袋の着用にご協力をいただきました。

さとみさんはこの地で24年間、昔ながらの自然を守るため、農薬や化学肥料を使わずに作物を育てています。自然の力で育った作物は美味しいと評判です。

読者ふれあい

Reader contact

【第2回民俗芸能Now!in神田明神】 ～疫病退散と世界の平安を願って～

「第2回民俗芸能Now!in神田明神」を令和2年11月28日(土)に
神田明神ホール(東京都千代田区)にて開催します!

今回は「行山流舞川鹿子躍・東京鹿踊」と「石見神楽東京社中」
の2団体にそれぞれ民俗芸能をご披露いただきます。

企画の詳細は、下記の本会ウェブサイトをご確認ください。

<https://www.znk.or.jp/topics/?p=1#1598853014-291179>

※本企画では新型コロナウイルス等感染予防対策ガイドラインを遵守し、感染拡大防止
に取り組めます。



行山流舞川鹿子躍・東京鹿踊(イメージ)

【お便り募集のお知らせ】

読者のみなさまからのお便りを募集しています。
テーマや形式(はがき、イラスト、写真など)は自由
で、企画・イベントに参加されての感想や本誌への
要望、農業・農村と関わりのある身の回りの出来
事、最近思うことなど、下記の要領にて「ふれあい
係」までお送りください。

「投稿文」の場合は、250字程度でまとめてくだ
さい。掲載させていただいた方には、農山漁村地域
に関係した品をプレゼントいたします。

〈今回のプレゼント内容〉

(食の一景で紹介)

檜原の茶工場の『ひのはら紅茶』

〈応募方法〉住所・電話番号・氏名・年齢・性別をお
書き添えのうえご応募ください。基本的に原文のま
ま掲載しますが、割愛・補足させていただくことがあ
ります。お送りいただいたものは、掲載の有無にか
かわらず返却いたしませんので、ご了承ください。個
人情報は本会のプライバシーポリシーに基づき、適
正に取り扱います。

〈締め切り〉2021年冬号(1月第4週発刊)掲載
分は、11月30日必着でお願いします。

〈宛先〉〒101-0021

東京都千代田区外神田1-16-8 N'ソアビル4階
一般社団法人 全国農協観光協会 ふれあい係
TEL:03-5297-0321 FAX:03-5297-0260
E-mail:zennoukan@i-znk.jp

・本誌掲載の記事、写真、イラスト等を無断で転載、複写、複製することは固くお断りします。
・本誌で取り上げた情報は、取材時のものとなります。
・本誌で取り上げた商品等の価格は販売先・時期等によって異なることがあります。

ふれあい 秋号

制作/株式会社日本農業新聞

年4回発行(4月、7月、10月、1月)

公式ウェブサイト・Facebook・LINEもぜひご覧ください。

公式ウェブサイト

▶ <https://www.znk.or.jp/>



Facebook

▶ <https://www.facebook.com/fureai.n>

LINE

▶ ID:@728vhtfg



ふるさと倶楽部通信

2020 Autumn



全国農協観光協会は日本の農業を守り、豊かな食文化を
つなぐために、全国で都市と農村の交流事業を行っています。
地域農業を応援する「快汗!猫の手援農隊」や移住・就農の
きっかけをつくる「田舎暮らし体験」、食文化を学ぶ「田舎で
いいね!食育探訪」など、季節に合わせて多彩な企画を実
施。日本の農業を応援する最新企画をご紹介します。

このページの企画募集は、広報誌「ふれあい」同封チラシ、
または全国農協観光協会ホームページをご参照ください。

全国農協観光協会ホームページ ▶ <https://www.znk.or.jp/>

快汗! 猫の手援農隊

農業の現場では高齢化・過疎化が進み、担い手不足が深刻な状況です。そこで、
豊かな自然の中で、魅力あふれる地域農業をお手伝いしませんか? 日本の農業に
役立ちたい、土に触れて健康的な生活をしたい方におすすめの企画です。

11月28日 | 静岡県伊東市

柑橘 ダイダイ援農隊

年中温暖で、10月～翌年の6月ごろまでさま
ざまなみかんが収穫できる伊東市。ダイダイの
実は、冬が過ぎても木から落ちず、新しい実と混
在することから「だいたい(代々)」と名付けられ、
縁起物として重宝されています。農家さんと交
流しながら、収穫をお手伝いしてみませんか?初
めての方にもおすすめです。



message

JAあいら伊豆
鈴木 主さん

お正月飾りとして使用するダイダイは、全国でも有数の産地です。江戸時代から栽培されていた記録も残っています。代々守り続けてきた伝統を守るため、お手伝いをお願いします!

11月21日～23日 | 愛媛県八幡浜市

西宇和みかん収穫隊

愛媛県の西側、日本一細長い半島、佐田岬
とその付け根にあたる部分が「西宇和」と呼ば
れる地域です。温暖な気候と太陽光、海からの
反射光、さらには段々畑の石垣に照り返される
光がおいしいみかんを育てます。みかんの一大
産地・西宇和では、収穫のこの時期、とにかく人
手が必要です。たわに実ったみかんの総獲り
をしませんか?ご参加をお待ちしております。



message

JAにしうわ
河野 晃範さん

西宇和みかんはみかんの小袋を包む「じょうのう」が薄く、食べやすいみかんで人気です。みかんの収穫はすべて手作業なので、収穫の手が足りていません。皆さまのご協力をお待ちしています!

田舎でいいね! 食育探訪

食と農に対して理解を深めることを目的とした交流企画です。農山漁村を訪ねて、
伝統的な食文化を味わい、農産物の生産現場を体験します。食育に関心の高い
子育て世代や学生を中心に、大人から子どもまで、幅広い方々を対象としています。

11月14日 | 東京都あきる野市

西洋野菜の収穫体験とオンライン開催! 誰でもできる美味しい料理教室

レストランやスーパーで見かけることの多
くなった西洋野菜。生産者の方から、栽培方法
や特徴を教えていただきながら、収穫体験を行
います。食材の準備ができたなら、おうちで料理作
り。野菜の切り方から、美味しい食べ方を習っ
て、楽しく夕食作りをしませんか?



message

東京西洋野菜研究会
野村 辰也さん

彩り豊かな西洋野菜。目にも舌にも鮮やかなアクセントをもたらします。栽培方法や、その調理方法なども含めて丁寧にご案内します。東京都で栽培される色とりどりの西洋野菜をぜひ堪能ください。

ふるさと倶楽部の企画については、本会の「新型コロナウイルス等感染予防対策ガイドライン」に沿って実施するよう努めます。詳細は、ホームページよりご覧ください。