

# ふれあい

二〇一九年  
四月号



ふれあい探訪

食が育む

原風景を

求めて

農泊に

思いを乗せて

ふるさと食紀行

南関揚げ

ご当地美味だより

春の風吹く

おいしい牧場





# 食が育む 原風景を 求めて



徳川吉宗の時代、世界に例をみない大規模な灌漑<sup>かんがい</sup>工事によって、この地に形成された見沼<sup>みぬま</sup>田んぼ。かつてここから都へと船で運び込まれた様々な農産物が、江戸の庶民の食を支えた。そして平成が終わろうとする現代、この場所には今、多くの人が自らの意志で足を運ぶ。農と食が育む原風景を求めて。なにより、ここにいる一人の肝っ玉母さんに会いたくて。

文／常瀬邑泰（農業ジャーナリスト）、写真／本野亮佳



閑静な神社の境内の一角に、ひとときわ楽しげな声が響きました。「ファーム・インさぎ山」恒例の米みそづくり。参加者たちが、塩と麴をつぶした大豆と合わせ、だんご状に丸めています。「たいへんなのはここからのよ!」「さすがにもう慣れたもんだねえ」

口々にしゃべりながら作業する参加者たちは、すっかり顔なじみの様子。さいたま市からやってきた室口昭弘さん・雅子さん夫妻は、「いちばんな下の娘が幼稚園のときだから……」と指折り数え、今はもう大学生ということで、「ああ、もう15年近く通っているんだ」と感慨深げです。現在は同ファームの貸し農園で30㎡の区画を借り、年間約15種類の野菜を育てているそう。「自分で育てた枝豆を持ち帰ってビール。最高のぜいたくですよね（笑）」と昭弘さん。友人と連れ立ってキャンプに行くときは、畑でとれた夏野菜をどっさり持参してバーベキューをするそうです。

「真ん中の娘はおみそ汁が嫌いだったんですけど、ここで作るみそと野菜で作ったら食べるようになった、今じゃ大好物です。大根なんかス

ティックサラダにしてマヨみそをつけたら、家族で丸ごと1本食べちゃいますよ」と、妻の雅子さんはそう言って笑います。

一方、NPO法人の活動がきっかけで参加し始めたという、さいたま市の松永貴子さん（50）も15年来の常連。職業は薬剤師だそうです。「不健康なものをたくさん食べて体調を崩す人を、職業柄たくさん見ているので、薬でどうにかできることじゃないんだってすごく実感します。やっぱり食なんだなあって」

そう言いつつも、「まあ、結局は楽しいから参加してるんですけどね」と笑ってみせて、「あとはやっぱり人柄かなあ、萩原さんの」。そうつぶやいた視線の先には、参加者の間を笑顔で歩き回る萩原さとみさん（71）の姿が。同ファームを切り盛りする、名物の肝っ玉母さんです。

## 百姓は

## 百の物事を知る

さいたま市（旧浦和市・旧大宮市）北東郊外に広がる「見沼田んぼ」。江戸時代、八代将軍吉宗による享保の改革で、巨大な沼だったこの地一帯を干拓、大規模な灌漑工事がなされ、農業用水（見沼代用水）が引かれた結果、広大な水田地帯となりました。

その一角で、じつに11代にわたって農業を営んできた萩原家。ここにさとみさんが嫁いできたのは50年近く前のことです。当時この辺りは、植木の一大産地でした。公園や街路樹、庭木な

どの苗木を生産する農家が数多くあり、とても豊かだったそうです。

「それこそ、根がついていればなんでも売れた、なんて時代もありましたよ」（さとみさん）

しかし、彼女が嫁いできた当時、植木生産はすでに斜陽。代々続く家業をどうやって存続させるか――萩原家は重大な岐路に立たされていました。

そんな時に見つけた、

新聞の片隅の小さな記事「グリーンツーリズム養成講座」。当時の農水省外郭団体が開催していた研修の、受講生募集の告知でした。

「もう23年前のことですね」

今でこそ農業体験や食育、農家民宿や農家レストランといった観光農業は花ざかりですが、当時は「グリーンツーリズム」というくくりし



みそづくりに向う大豆は地元農家のネットワーク。年間400kg仕入れても足りないほどだそう





萩原さんが営むレストラン「野趣料理 諏訪野」。完全予約制で5名以上から、昼夜それぞれ1組のみの受け付け。野菜を中心とした料理10品前後で1人3,000～3,500円（応相談）

がなく、その内容も「田舎で余暇を過ごす」といった程度の認識。国内にはまだまだ浸透しておらず、「農家がそんなことをやるのは邪道」といった風潮すらありました。

しかしさとみさんは、「ビビッ！ときた」そうです。農業を営んでいた実家の父が、「百姓は百の物事を知らなければならぬ」と常々言っていたのを、幼な心に聞いていたからかもしれない。全国の女性農業者たちと、当時グリーンツーリズムの先進地だったヨーロッパに渡り、あらゆる見聞をスポンジのように吸収して帰国しました。

「四季折々に移り変わる景色がある、自然の恵みをいっぱいを受けて育った野菜や果物がある……これだけでなんて幸せなことなんだろうって思えました」

人はあまりにも身近で当たり前なものの価値に、なかなか気づけないもの。でも、欧州から戻ったさとみさんには、生まれ育ち、嫁いだ地元の環境が、素晴らしい価値に彩られた宝のように映りました。「ファーム・インさぎ山」のスタートです。

## 地域という横軸、 世代という縦軸をつなぐ

農作業だけでなく、農村の田舎暮らしを丸ごと体験できる農園として、同ファームは1997年に開園しました。地元の幼稚園や小学校への出前授業、野菜づくりや稲作の農業体



フキノトウやヨモギなどの季節の食材を、必要なときに必要な分だけ収穫する



PO法人などとも連携し、今では年間8000人以上の人たちが訪れる盛況ぶり。

地元の氷川神社境内の一角にある「農良里」と名づけられた施設では、冒頭のみそづくり体験のような加工品づくりが行われ、そこから車で5分ほどの場所には「久楽里」という名の調理施設兼飲食スペースがあります。

「名前は息子がつけたの。お父さんがのりくりしている人だからって（笑）」（さとみさん）  
そして、自宅の離れにあるのが「野趣料理

諏訪野」。屋号にちなんで名づけられた完全予約制の農家レストランで、旬の野菜や野草をふんだんに使った懐石や大皿料理を、さとみさん自らが腕をふるってもてなします。

「もともと料理が好きだから、ストレス解消でもあるんです。とくに気負ってごちそうを作るわけじゃなくて、身の回りにある旬の食材を、シンプルな料理でいただく。ただそれだけなの」

ちなみにこの日のメニューは、きんぴらごぼう、カツオ菜の炒め物、岩槻ネギのぬた、菜の花のナムル、原木シイタケとゴボウ、高野豆腐と厚揚げの煮物、花豆の煮つけ、長ネギとジャガイモのコロッケ、フキノトウやヨモギなどの精進揚げ、それに赤米・黒米・緑米のムカゴ入りご飯と、里芋のけんちん汁です。

厨房で調理を手伝っていたのは、近所で30年以上すし店を営んでいた男性。

「ヨモギも菜の花もフキノトウも、さつき萩原さんが摘んできたものだよ。鍋に油を立てて（熱して）から食材をとりに行ってすぐに揚げちゃうなんて、そんなことできる店、どこにもないよ！（笑）」

こんなふうに同ファームでは、農作業や手工芸、料理、加工品づくりなど、それぞれの内容によって地元のいろいろな職種、世代の人たちが力を貸しています。わら細工が達者な高齢者は手仕事を、草木染めは地元の染色家が指導。「それがなかったら、こんなにいろんなことはとてもできませんよ」とさとみさんは言います。

「だから、わたしはなにもしていないの。ただ人







小松菜 4.8 ha を栽培する若谷さんは、さいたま市農業委員の会長などを務めるほか、大日本農会農事功労章や緑白綬有功章などの受章歴も

と人をつないでいるだけ（笑）  
地域あるいは生産者―消費者」という横軸、そして昔から息づく暮らしの知恵を子どもたちにつなぐ縦軸。まさに縦横無尽のコーディネートと呼ぶにふさわしい存在です。

## 農業という

## 原風景

ハウス一面に広がる小松菜。青々とした葉の色はどこまでも濃く、茎は驚くほど太くて立派です。萩原さん宅から車で10分ほどの距離にある若谷農園の小松菜畑。社長の若谷茂夫さん（68）は、家業だったクワイ栽培を半世紀前に継いで以降、新規作物として小松菜栽培に乗り出し、2002年に法人化。現在は正社員、パート合わせて30人を雇用する大規模経営を行っています。萩原さんとは20年来の友人であり、「同志」のような存在。同農園には、農業を志す非農家出身の若者が大勢、門をたたきに來ます。「そういう人たちこそが、これからの農業をしょって立つ担い手なんです。ここで2〜3年働いてノウハウを学んで、収入も得て、全国で活躍する農家に育ってほしい」と語る若谷さん。そうした若者たちと日々接していて、彼らの意欲と吸収力にはいつも驚かされるといいます。「農業を志した理由を聞くと、ほとんどが子どもの頃の体験なんです。幼稚園でイモ掘りをした、おじいちゃん家でサクラランボ狩りをした、小学校で稲作体験をした……。だからね、ファーム・インさぎ山がやっている子どもたちの食農教育というのは、ほんとうに大事なことなんです」（若谷さん）

実際に萩原さんのところでは、幼い頃両親に連れられて農業体験に参加した子どもがその後、農業高校や農業大学に進学して就農した、というケースもあるそうです。幼少期の貴重な原風景となる農業体験。そこで学ぶ生命産業としての農業。目に見えないけれど、それは確かな芽となって、子どもたちの心しっかりと根づいているのでしょう。

## ごちそうは 身土不二

「こんなにいろんなことを私が自由にやってこられたのは、義父母の理解があったから。それにはほんとうに感謝しています」

そう話すさとみさんが嫁いだ萩原家は、江戸時代からこの地で代々続く篤農家の家柄。農地や家屋敷、そしてなにより家業を存続させるために、保守的なしきたりや慣習が色濃く残っていたことは、想像に難くありません。にもかかわらず先代は、それまで営んでいた植木栽培から体験農業を中心とした経営に転換しようときとみさん夫婦が切り出したとき、一つも反対せず理解してくれました。

「この家を守るためにやってくれるんだから、と応援してくれたんです。おばあちゃん（義母）なんか、自分の娘のようにわたしのことをかわ

いがつてくれて、大好きでした」

忘れられない記憶があります。義母が胃がんを患い、全摘出を余儀なくされた時。でき合いの食事を口にするに体が受けつけず、もどしてしまいうこともあったそうですが、さとみさんが畑でとれた野菜を調理して出すと、喜んで食べてくれたといいます。

「消化できないから、食べ物を拒否するか受け入れるか、すべて体次第なんです。合わないものは一発でわかるの。わたしが作る料理は、おばあちゃんの弱った体でもすんなり受け入れられて負担にならず、自然に吸収できたんだと思います」

まさしくそれは、東洋医学における「身土不二」という考え方。体は生まれ育った土地と不可分の存在であり、地場でとれたものを正しい時期、つまり旬に、シンプルな調理法で食べることが、心身を健常に保つ——いみじくも、冒頭のみそづくりに参加していた薬剤師の松永さんが言っていました。

「農業ってすごいですね。予防医学の役割まで果たすんですから」

さとみさんが「諏訪野」で提供する手料理の数々は、単に郷土食や農家料理を楽しむためだけのものではなく、体が本来欲する食のあるべき形を、最も適切な方法でいただく、それが真の「ごちそう」といえるのかもしれない。「そうだね、文字どおり『ご馳走』かな。だって、朝から庭や畑を駆けて、走り回って食材を調達しているんだから（笑）」

「一期一会をなにより大切にしたい」と話すさとみさん。その人柄に魅了され、多くの人がひきまきらず訪れる

## 最愛の夫を 見送って

半世紀近くを共に歩んできた夫は、2年前に病に倒れ、昨年帰らぬ人となりました。「夫のひと言がいつも救いだった」と、さとみさんは言います。時に迷い、悩むこともしょっちゅうだったさとみさんに対し、夫はいつも背中を支え、後押しするような言葉をさりげなくかけてくれたそうです。

1年に及ぶ看病生活の間、農業体験は規模を縮小してなんとか続けましたが、「諏訪野」は休業せざるをえませんでした。しかしその間も、『諏訪野の料理を食べたい』っていう予約の電話は、ひっきりなしに入っていたんです（さとみさん）。

家族みんなで夫を見送った後、さとみさんは傷心を癒す時間を自らに与えることなく、すぐに活動を再開しました。畑には、さとみさんの

復帰を心待ちにして

いた人たちの笑顔があふれていました。

農業って、すごい——心底そう感じたと、さとみさんは言います。

「わたしね、31歳の時に出席した同窓会で言われた言葉が、

## 体験農園 ファーム・インさぎ山

畑作、稲作の農作業体験のほか、郷土料理や加工品づくりの食体験、炭焼きや草木染め、わら細工といった農村の生活文化体験、さらには昆虫採集や生き物、樹木の調査など、広範な体験メニューを提供する。  
FAX:048-878-0459



ジャガイモ  
植えつけ！





丹那断層公園では、函南町の真下を走る断層が、1930年の北伊豆地震で活動した様子が確認できる。もともとは円形に配置された石が、南北に約2mずつスライドしている

日本で初めてオーガニック認証を受けたクラフトビール。オラッチェに併設する地ビール工場で醸造



「もともとは牛乳に特化した農協だったんです」  
 そう話すのは、酪農王国株式会社オラッチェの西村悟さん（50）。今から22年前、丹那盆地でとれた「丹那牛乳」のブランド化や観光客誘致など、第三次産業の強化を目的に設立された同法人で営業管理部部長を務めます。事務所に併設された広大な体験牧場には、牛やヒツジ、ヤギなどが飼育されており、動物とのふれあいや安心安全な食事を目当てに、家族連れを中心に毎年約17万人の観光客が訪れるそうです。  
 オラッチェの広報担当、杉田裕紀さん（40）は、「学校給食に牛乳を出していたり、近隣のスーパーに置いたりして、この辺りでは丹那牛乳を知らない人はいないほど有名です」と、話します。しかし、高齢化によって年々酪農家の数は減り、

## 「農泊」との出会い

その昔、豊富な湧水（ゆづい）を利用したワサビ栽培が盛んだった函南町は、およそ100年前、トンネル掘削工事の事故で湧水（かつすい）が枯れた。特産だったワサビはもちろん、米や野菜の栽培もできなくなったそうです。そこから徐々に水が戻り、ようやく草木が萌え（も）えるようになった頃、地域を守り、命をつなぐために始まったのが酪農でした。標高が高く冷涼な土地柄が、酪農を営むには好条件。70年前に本格化し、現在は約1000頭の牛がいる「酪農王国」になりました。



伊豆半島のつけ根に位置する函南町。丹那盆地から高台をめざせば、北側に富士山を望む

## 静岡県 函南町

まるっと  
地域の魅力を堪能



# 農泊に 思いを乗せて

それぞれの地域の「ありのままの暮らし」を楽しむ「農泊」。農山漁村の個性的な地域資源を生かして多くの人を呼び込み、地域を活性化させることを目的として、それに取り組む団体や自治体が増えています。2018年10月、新たに農泊への取り組みを始めたという静岡県函南町を訪ねました。

写真／Kay N



それに伴って牛の数も減少。

「どこも悩みは同じだと思いますが、地域の活性化は喫緊の問題です。さあどうしようか、となったとき、『農泊』という考え方に会いました」

西村さんは言います。地元の企業や団体に声をかけ、2018年に農泊推進協議会を設立。オラッチェが事務局を担い運営が始まりました。

## ノウハウを生かして

丹那牛乳が地域ブランドとして認められるようになった経験を少し広げて、地域をブランド化していく、という発想に至った西村さんは、まずは地域の資産である酪農に関する地域資源を発掘することから始め、現在オラッチェで働く50人あまりの従業員と知恵を出し合い、地域ならではの営みを探しました。そこで目をつけたのが、「牛ふん堆肥」。酪農が盛んな地域だけに、牛のふんを発酵させて作る堆肥には事欠きません。さらに、「自前の牛ふん堆肥で農業をやっているところは、意外と少ないのでは？」と思い至り、商品化することに。使うと土がふわふわになるため、「緩衝力」と名づけ、緩衝力を使って作る農作物を「函南めぐり野菜」と呼んで、ブランド化を図りました。地域のなかで好循環を繰り返しながら命をつないでいく。そんな思いを込めた新ブランドです。

独特の地形も函南の特徴で、山はところどころ切り開かれ、高さ5mほどの段々畑になっています。高台から見下ろせば、ぽっかり穴があいたように広がる丹那盆地を眺めることができます。

「ここは、牛が食べる背の高いトウモロコシの畑だったんです」と、畑や風景を案内してくれたのは、函南町で8年間農業を営む神尾尚宏さん(43)、かほりさん(43)夫妻。「函南めぐり野菜」を育てる農家で、町が農泊を推進するにあたって、農業体験の受け入れを引き受けました。

「うちの畑は全部で3ヘクタール。山の斜面に点在しています。山道を登ったり下ったりして仕事をするのは大変なだけだと思っていたのですが、農泊のモニターとしてここに来たお客さんは珍しそうにきょろきょろしながら歩いてました」

と、尚宏さんは圃場(ほじょう)でブロッコリーを収穫しながら、うれしそうに話します。

かほりさんは、次々に収穫されるブロッコリーを並べながら、「とれたてのブロッコリーの芯は甘くておいしいの!」と言って目を輝かせます。3年前に野菜ソムリエの資格を取得し、栽培する野菜にまつわるトークはお手のもの。「ここに体験にくるみなさんに、夫は収穫のやりかたを、わたしはおいしい食べ方や栄養についてのお話ができたらいいな、と頭のなかでシミュレーションしています」と、笑顔で言って、話を続けます。

「農家さんのなかには、体験の受け入れに積極的でない人もいます。でも、若手農家のわたしたちが先陣を切って、『おもしろいから! やってみましょう!』って勧めていきたいと思います」

かほりさんの話を受け、尚宏さんは言います。

「それがきくと、僕たちのやりがいにもなるし、



「とれたてのブロッコリーの芯は、メロンのような香りがある」とかほりさんは言う



尚宏さんの両親はこの地で農業を始めて50年。ブロッコリーを栽培する畑は父・幸市さんやその祖父が山を切り開いて開墾した

牛ふん堆肥「緩衝力」。微生物の力によって分解・発酵が進むと、中心の温度は80℃を超え、表面からは湯気が立ちのぼる



野菜ソムリエのいる農園として、年間60種類以上の野菜を栽培する神尾ファーム



## 地方創生 EXPO に 出展しました!

### event report

本会は、2019年2月27日から3月1日にかけて、幕張メッセで開催された「地方創生 EXPO」に出展しました。3日間で、延べ381名のみなさまに本会の取り組みを紹介させていただきました。農泊を含む地方創生に興味をお持ちの企業や団体が多いことを実感した3日間でした。お越しくださったみなさま、ありがとうございました。



## すべては農泊に通ず

地域も活性化するしでいい方向にいくような気がするんです。一人でも二人でも、受け入れ農家が増えていくといいな」

「地域のためにやるべきことと、農泊を進めるためにやるべきことは、同じだと思います」

と、西村さんは話します。耕作放棄地の解消、六次産業化、団体間の連携——地域のために、なにかできることはないだろうか、と考えることで、地域の資源は宝になると言います。

「農泊が仕組みとして回るまで、時間はかかるかもしれませんが。でも、今は追い風が吹いています」と、西村さんの表情は明るい。丹那盆地へ吹き降ろす温かい風は、函南町の背中を押しながら美しい山桜を花開かせ、新たな萌芽(もえぎ)を促すのです。



サクツとふつくらが味わえる

なんかん

# 南関揚げ

熊本県南関町 南関食品



その昔は関所が置かれた南関町。参勤交代の際に藩主が立ち寄ったとされる御茶屋跡が残る

## 町

が寝静まる深夜1時、津留満彦さん(65)の南関揚げ作りは始まる。豆腐を作るところから、揚げて、梱包するまでの工程をすべて一人でおこなうため、この時間から始めるのが日課だ。暗闇にぼつんと灯る明かりを頼りに作業場を訪れたのは早朝4時。できたてはやはやの豆腐の塊をカットしていた津留さんは、手を止め、満面の笑みで迎えてくれた。

南関揚げの最初の工程である豆腐作りは、一般的なそれとは少し異なる。前日、水に浸しておいた大豆をふつうの豆腐の3〜4倍の水を加えてすりつぶし、「呉汁」を作る。それから、呉汁



いなりと太巻きをいっしょに食べているかのような南関揚げ巻きずし

できたてはコーン菓子のようサクツと軽く、汁を含むとふつくらジューシーになる南関揚げ。一般的な油揚げの保存期間は冷蔵で3〜5日に対し、これは常温で3か月もつというから驚きだ。南関揚げを求め、熊本と福岡の県境に位置する山あいの南関町を訪れた。

文・写真／山本ゆりこ(菓子・料理研究家)

を加熱して、豆乳を取り出す。豆乳に、にがりのほか、揚げをきれいに膨らませるための重曹も加える。粗い粒々が浮き、甘酒のようにどろっと凝固してきたら2回に分けて型枠に入れ、そのつど攪拌して水分を抜く。蓋と重石を重ね、さらに水分を抜くと目の粗い豆腐ができあがる。「包丁で3〜4mmの厚さに切ります」とペラペラの豆腐を、白布を敷いた板に並べる津留さん。その板を何枚か重ね、圧搾機でプレスして、90%くらいの水分を抜く。水分を抜いた豆腐は、まるでスライスチーズのように密な個体になる。南関揚げが長く保存できる秘密は、その薄さと水

分をしっかり抜くことにあるようだ。

ここで南関揚げの歴史を少し。江戸時代初期に起こった島原の乱によって人口が減少し、四国伊予松山地方の人々がこの地に移住してきた。その中に揚げの製法を知る人がいて、広まったと伝えられている。大正時代までは幅も狭く身が厚かったため、夏場はどうしても腐りやすかったのを、豆腐を薄くするなどの改良を重ね、長期保存でき

るようになったのが、現在の南関揚げの原形だそう。

## 「ど

の工程も気が抜けんのです。最初の揚げの工程が緊張しますね」とはにかむ津留さん。二層式フライヤーの右側は低温(約100℃)で、投入した豆腐が白い花のようにふんわりと浮かんできたかと思ったら、四角くなり、もとの約4倍の大きさにも膨れる。この段階で均等

に四角くするのが至難の業だという。

それから左の高温(約180℃)のフライヤーに移し替え、完全に水分が飛ぶまでカラツと揚げる。「揚げたてを食べてみらんね」という言葉に促され、塩をふっていただいた。サクサクの食感に、大豆と菜種油のよい香りがふわっと追いかけてくる心地よさ。あぶって水分を飛ばせば、揚げたてと同じような食感がよみがえり、塩やワサビ醬

油でいただくといよいよ。

南関町では、おみそ汁をはじめとし、煮物や酢の物、巻きずしなど、日常の食卓には欠かせない食材だ。奥様のゆう子さんが、焼きそばやピザも作ってくださったのだが、今まで食べてきたものとはひと味ちがう食味に驚かされた。「南関揚げは、なんでん合うとよ」と、おおらかに笑う津留さんの言葉に、私は大きく何度もうなずいた。



長さ約70cmの豆腐の塊。特注の板を使い、薄さを均一にする



低温の油に入れた後、膨れない揚げを網じゃくしてたたいて膨らます



ピザ生地にも！  
焼きそばにも！



## 南関食品

南関町にある5軒の製造所の一つで、創業40年の老舗。先代から受け継いだ独自の製法で、その味と技術を守っている。  
南関揚げ(2枚入り): 150円  
TEL: 0968-53-6911  
FAX: 0968-53-6912



ご当地  
美味  
だより

# 春の風吹く おいしい牧場

季節によって成分が変動するミルクや卵。動物たちがフレッシュな新芽をたくさん食べる春先、味のバランスが最もよいとされています。いろいろな動物たちからの恵みを受けた加工品をご紹介します。

写真／栗林成城 スタイリング／大星道代

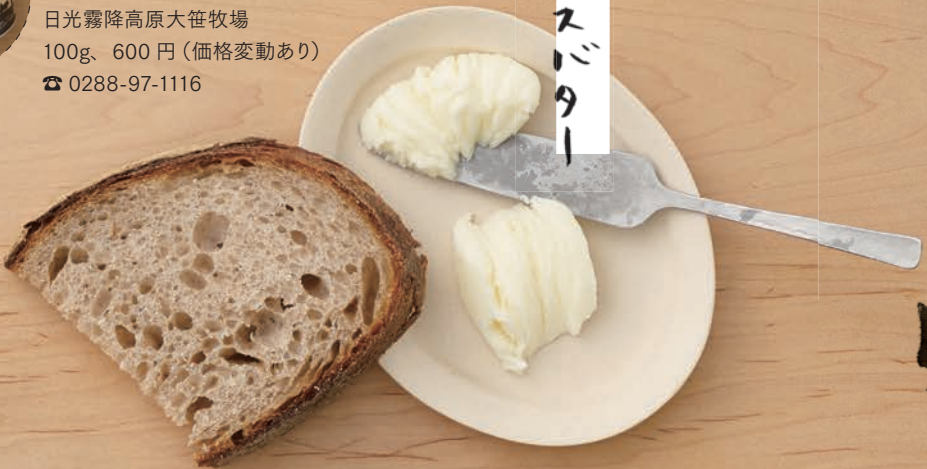
フレッシュなミルクの  
甘みと香り

栃木県

日光霧降高原大笹牧場

日本に約2000頭しかいない乳用牛「ブラウンスイス」。大笹牧場では、スイス原産のこの牛をいち早く導入し、約20年にわたる飼育のノウハウを確立してきたこと。ミルクは濃厚さが売りで、約4%と高い乳脂肪分が特徴。こちらのバターは、そのミルクをじっくり加熱し一晚熟成させて作られます。口に入れると、ミルクの甘みと香りが広がります。パンにぬって食べるのはもちろん、ワッフルなどのお菓子に使うと、上品な味を表現できます。

日光霧降高原大笹牧場  
100g、600円（価格変動あり）  
☎ 0288-97-1116



海風が育む爽やかさ

岩手県

ヤギミニヨーグレット

岩手県の沿岸部、本州最東端の宮古市の牧場で育ったヤギのミルクを使ったヨーグルトです。海からの潮風を受ける牧草は、ミネラルをたっぷり吸収し、栄養を蓄えます。その栄養満点の牧草を食むヤギのミルクは、すっきりと雑味がなく、なめらかな口当たり。24時間完全放牧しているので、ストレスをためにくく、健康なミルクが搾れるのもおいしさの秘訣だとか。そのまま食べるのももちろん、シリアルなどといっしょにいただくのもおすすめ。

しあわせ牧場／500g、1,458円／☎ 0193-87-5959



引き出された  
卵の風味

山形県

だちょうのたまごアイス

今から約20年前に飼育が始まった山形県朝日町のダチョウ。遊休農地を活用しながら、町のシンボルを作ろうと始まった取り組みです。その卵の重さは約1.5kgで、鶏卵約30個分。1羽当たり、年間50個ほどの卵を産むそうです。あっさりした味わいですが、ミルクなどと混ぜて加工品にすると卵の風味が引き立つことに気がつき、アイスを考案。現在は町の特産として、ふるさと納税の返礼品になるなど人気を集めています。

山形朝日オーストリッチ産業センター／8個入り、3,240円／☎ 0237-67-3103



なめらか&  
クリーミー

兵庫県 ◎ 家鴨ふりん

「アイガモ農法」ならぬ「アヒル農法」で無農薬米を作る生産者と、地元のパティシエがコラボして生み出したプリン。アヒルが産む卵を地元の菓子店が仕入れて加工。今は地元の名物になり、販売すればすぐに完売してしまうそう。鶏卵に比べて一回り大きいその卵は、黄身の比重が高く、脂肪分が多いのが特徴。そのまま加工しても、まるでたっぷり生クリームを使ったような濃厚でなめらかなプリンになります。温かいコーヒーとの相性がグッド。

タノカンサ／1個、180円／☎ 079-569-0545



うまみ凝縮、  
ぜいたくな味

北海道

羊のハードチーズ

脂肪分が高く、強いうまみが特徴のヒツジミルク。北海道の足寄町で、良質な牧草を食べて育つ乳用種「フライスランド」のミルクで作られる、日本では珍しいヒツジのハードチーズです。熟成によって凝縮されたうまみ成分が、サク

サクとした食感に。ほのかな塩けと濃厚なミルクの芳香が口いっぱいに広がります。赤ワインのアテにするのが、生産者おすすめの意味。パスタなどに削りかけるとぜいたくなひと時を過ごすことができます。

石田めん羊牧場  
100g、2,160円  
☎ 0156-25-6150





次ページでは、  
日本の農山漁村を応援する  
最新企画をご紹介します。

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。全国農協観光協会の会員組織「ふるさと倶楽部」の会員のみなさんを中心に農山漁村が持つ魅力を味わっていただいています。



果物みたい〜！



芯の根元が切りやすいように先が曲がった特注の包丁



内しました。

農家の荒木さんは白菜収穫用の特注包丁を片手に「まずは葉をかき分け、刃のカーブした部分で根元を切り取ります。外側の葉を数枚除いたら、最後に芯の部分を中心に切り落としてください」と慣れた手つきでお手本を見せます。刃を入れると芯の断面から水分が滴ります。参加者の上遠野さん



計量した白菜は、4段階の重さに選別し箱詰め

ずっしり！



水が滴る〜！



出荷まで、こんなに人の手がかかっているのね」と驚いた様子。農家の近藤さんは「重さだけでなく葉の色や出荷までの時間など、厳しい基準をクリアしないと邑美人として出荷することはできないんですよ」と話します。参加者の田中さんは「おいしいお鍋が食べたくなったら邑美人を探します！それを食べながら今日のこと、みなさんのことを思い出しますね！と、ずっしりと重い邑美人をそっと抱えて、語りかけるように話すのでした。

＼ヨイショ／



ふるさと倶楽部

援農や田舎暮らし、食育探訪など、企画に参加したみなさんの活動の様子をレポート！

群馬県 邑楽町・千代田町



2019. April

ふるさと倶楽部通信



冬のマドンナ

邑美人白菜



農閑期の作物として始めた白菜栽培。ブランド白菜「邑美人」としてこの地の特産に



むらびじん  
邑美人  
白菜援農隊

埼玉や東京など、大消費地が近い野菜の産地で、ブランド白菜「邑美人」の収穫・出荷をお手伝いする日帰り企画です。

（全国農協観光協会／川島）

群馬県の南東部に位置する邑楽郡邑楽町・千代田町。北に渡良瀬川、南に利根川が流れ、潤沢な水源と肥沃な土壌に恵まれた豊かな土地です。また、「日本一暑い町」とも呼ばれるように、夏は気温が40℃を超える一方で、冬になると県央にある赤城山から赤城風という冷たい空気が吹きつけます。この栄養豊富な大地と、激しい寒暖差が、この地域の野菜を甘く、大きく育みます。

なかでも、冬に出荷のピークを迎えるブランド白菜「邑美人」は、葉が厚くずっしりとした重みの特徴。寒さから身を守ろうと糖を蓄え、葉が幾重にも重なります。

厳しい寒さが邑美人をぐっと甘く

する2月上旬。白菜の収穫・出荷作



畑には立派に生長した大玉の白菜がずらり。「これは収穫しがいがありそうね！」と参加者の吹上さんは胸を躍らせます。受け入れ農家の代表で白菜部会の部長を務める田中さんは「今日は風が穏やかで最高の収穫日和！赤城山もみなさんを歓迎しているみたいですね」と参加者を畑の中へ案内

鍋にはこれでしょ！





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/>



## 田舎暮らし 体験



全国の農山漁村で農林漁業や伝統文化、地域行事などの体験を行う企画です。地域の人々との交流を通じて、その土地に愛着を持ってもらい、移住や定住のきっかけとなることをめざします。子育て世代や就農を考えている方におすすめです。

5月25日(土)～5月26日(日)

### 山峡の春！ 山菜とりと野麦古道で 奈川暮らし

長野県 松本市

急峻な山々に囲まれた奈川地区は、700人ほどの生活を営む静かな山峡。明治から大正時代にかけて、製糸産業を支えた飛騨の工女哀史『あゝ野麦峠』の舞台にもなった歴史深い土地です。山林に入って山菜を探したり、標高約1200mにある「天空の畑」で農家さんと交流します。春の山峡暮らしを満喫しましょう！



message



信州・松本奈川  
グリーンツーリズム  
推進協議会  
会長 亘 亘さん

静寂と、素朴な暮らしが息づく松本奈川は、自然と共にあります。そんな山峡に山菜が芽吹く春先、野麦峠まつりが開催され、賑わいを見せます。ぜひ、遅い春を肌で感じに来てください！



## 快汗！ 猫の手援農隊

高齢化・過疎化が進み、全国で農業の担い手不足が深刻な状況です。豊かな自然の中で、魅力あふれる地域農業をお手伝いしてみませんか？日本の農業に役立ちたい、土にふれて健康的な生活をしたい、といった方におすすめの企画です。

6月12日(水)～14日(金)

### 東紀州梅収穫隊

三重県 御浜町

紀伊半島の東側に位置し、世界遺産「熊野古道」が通る御浜町。海と山に囲まれ、温暖多湿な気候が特徴です。6月に収穫の最盛期を迎える東紀州の梅は、ひと粒ずつ手で収穫するので大変な作業。みなさんのお力を必要としています。農家さんのお手伝いをして、気持ちのよい汗を流しませんか？



message



梅農家  
森本さん

「一年中みかんのとれる町」として知られていますが、梅の栽培も盛んです。出荷の時期を逃さないよう、6月に一気に収穫しなければならず、人手が必要です。みなさんのお越しをお待ちしています！



## 第30回 「民俗芸能と農村生活を考える会」 開催しました！

本会は、2019年2月16日、都市部にお住まいの方に、農業を含む農村の生活と、民俗芸能との関わりについて理解を深めていただきながら、都市と農村の交流を促進するため、「民俗芸能と農村生活を考える会」を東京で開催しました。今年は、福島県郡山市の「柳橋歌舞伎保存会」のみなさまに、江戸時代から受け継がれている「柳橋の歌舞伎」をご披露いただきました。

30回目の節目を迎える今回は、新たな取り組みとして外国の方向けのチラシ、ポスターを作成し、国内はもちろん、多くの外国の方にもお越しいただきました。当日は、本会の清水専務や来賓の郡山市長・品川さまが一部英語でご挨拶。



また、地域の民俗芸能の魅力を知っていただくため、多言語での解説プログラムも配布しました。

本会は、次年度の開催に向けて準備を進めています。HPや広報誌で情報を発信しますので、ご注目ください！



## 「ふるさと倶楽部」と 『ふれあい』のご案内

全国農協観光協会は、JAグループの都市農村交流を担う一般社団法人です。「ふるさと倶楽部」は全国に会員を持つ、元気な農村づくりをめざした農村の応援団の組織です。入会金・年会費は無料で、いつでもご自由に入退会いただけます。会員のみなさまには、魅力あるふるさと情報、農山村での体験・援農企画をご案内する広報誌『ふれあい』を、隔月（偶数月）で無料にてお送りいたします。「ふるさと倶楽部」への入会は、ホームページ・電話・FAXにてお申し込みください。

※現在、本誌がご自宅に届いている方は、「ふるさと倶楽部」会員としてすでにご登録いただいておりますので、お申し込みは不要です。

## 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・農村とかか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、記念品をプレゼントいたします。

〈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・補正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。個人情報に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〉2019年6月号掲載分は、4月26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 ツアービル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

ふれあい 4月号 表紙／上田よう  
アートディレクション／野本奈保子  
デザイン／ノモグラム  
印刷／共同印刷株式会社

年 6 回発行（4月、6月、8月、10月、12月、2月）  
公式ウェブサイト・Facebook もぜひご覧ください。

公式ウェブサイト

▶ <http://www.znk.or.jp>

Facebook

▶ <https://www.facebook.com/fureai.n>



- 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場合があります。





## 鳥取県

## 麒麟獅子舞

神聖なる  
霊獣の舞

( 表紙の絵 )

鳥取県東部の因幡<sup>いなば</sup>地方で、江戸時代のはじめ頃から続くとされる麒麟獅子舞。初代鳥取藩主である池田光仲<sup>みつなか</sup>が、徳川家康の御霊<sup>みたま</sup>を祀るために鳥取とうしよう<sup>とうしよう</sup>宮を建立した際、祭礼の芸能として取り入れたのが始まりとされます。因幡<sup>いなば</sup>地方に伝播<sup>でんぱ</sup>した後、鳥取県東部と兵庫県の北部を中心に、130ほどの神社で舞われています。ゆったりとした動きが基本ですが、それぞれ所作や表情に地域差があり、変遷の様子をうかがい知ることができます。

麒麟は中国で生まれた想像上の動物で、額に一本の角を持つ金色の頭が特徴。聡明な生きものであるとされ、頭を噛んでもらうと、その1年を健康やかに暮らすことができると信じられています。

民俗芸能が息づく町のシンボルとして、地域の人に愛され続けています。