

# 水の源

2012.5  
17

M I Z U N O M I N A M O T O

巻頭インタビュー 水源の里へ思いを馳せる



「参勤交代」で、  
地方も、  
都市住民も元気に  
養老 孟司さん



フォトストーリー

和知人形浄瑠璃

京都府京丹波町

ウォークルポ

体験から交流へ、交流から定住へ

和歌山県日高川町

水源の里発 おすすめご当地グルメ

東京都 奥多摩町「山の恵み わさびごはんの素」

岩手県 一関市「大橋がんづき」

# 水源の里へ 思いを馳せる

「参勤交代」で、  
地方も、都市住民も元気に

養老子皿司さん



東京大学名誉教授・解剖学者。昭和12年11月11日、神奈川県生まれ。昭和37年東京大学医学部卒業。昭和56年東京大学医学部教授就任、平成元年著書『からだの見方』（筑摩書房）でサントリー学芸賞を受賞。平成7年に東京大学を退官し、翌8年から15年まで北里大学教授。『唯脳論』『バカの壁』など多数の著書があり、脳科学者の立場から人間社会の様々な事象を脳の機能や仕組みと結びつけて評論している。『バカの壁』（新潮社）は、平成15年のベストセラー第1位になり、同年度の毎日出版文化賞特別賞と流行語大賞を受賞。その他、テレビ出演や講演会など幅広く活躍している。農林水産省食料・農業・農村政策審議会委員、京都国際マンガミュージアム館長、日本ゲーム大賞選考委員会委員長、NPO法人「ひとと動物のかかり研究会」理事長。

「上流は下流を思い、下流は上流に感謝する」。

「水源の里」の理念は、双方の地域に住む人たちがお互いの暮らしや環境への理解や感謝が通い合っこそ実現します。このコーナーでは、文化人・著名人に、そうした「水源の里」にまつわるお話をうかがいます。

聞き手：『水の源』編集長 町井 且昌 於：京都国際マンガミュージアム

—— 『水の源』は、水源の里の理念を全国に広めるとともに、情報交換、交流・連携を図るため全国約170の自治体が加盟する「全国水源の里連絡協議会」が発行しています。

ボクも山梨県道志村の村長さんに頼まれて、村おこしを手伝っています。山梨県の東端の村で、山中湖村との境界付近から北東に向かって流れる道志川溪谷に寄りそって広がっています。北側からは道志山塊、南側からは丹沢山塊が迫っていて、谷にそった国道が唯一の交通路です。山は高いところでは、1,400メートルもありますかね。

昔から「道志七里」と呼ばれ、28キロメートルの難路として知られていました。村は山梨県に属していますが、神奈川県に向かって開けています。羊腸たる道路でしてね。神奈川県からは入り難いし、遠いし。山中湖の方から入るのが普通ですね。

—— 確か、横浜市の水源になっていますね。

そうです。両者で「友好交流協定」も結んで、協力して水源涵養林の保全にも力を入れています。

—— まさに水源の里の理念である「上流は下流を思い、下流は上流に感謝する」ですね。

## 四国の新緑に学ぶ

—— 先生は道志村のほかにも、ご講演などで日本全国、いろいろなところを回られていますね。

ボクはこの季節になると四国の新緑を楽しみに出かけるんですよ。別に四国でなくてもいいんですが、西

日本の新緑って樹木の種類が多くてきれいなんですよ。ものすごく沢山の色がパッチワークみたいに。それを見たときに「なぜ、きれいだと思うのか」。整然としていないのに「なぜ、デタラメと思わないのか」。色が本当にいろいろあって、そのパッチワークを一日中見ても飽きない。それはなぜだろう。あれには非常にはっきりしたルールがある。ただしそのルールは余りにも複雑で、一言では説明できない。

樹を見て、葉っぱの付き方ってデタラメか？ そうじゃないでしょ。ではどういうふうについているのか。観察してみてもすぐ分かってくるのは、葉っぱの付き方というのは、お日さまに従っているんですよ。太陽が東から出て西に沈む動きに従うように配置されている。その間に1本の樹が全体として最大の日光を受けるために、どう並べたらいいかという問題を解いているんです。その問題の答えはそう簡単じゃない。葉っぱの大きさとか枝ぶりとか全部含めて、しかも育ちながら解いていく。一本の樹が最大限に日照を受けるためにどのように葉っぱを並べるかを考えた結果なんです。

—— 自然のもつ力には、ただただ驚かされるばかりです。

同じことを人間がやるとどうなるかという「太陽電池」になるんですよ。平面にベタッと並べる。ああいうことしか出来ないんですよ、人間がやると。だから自然を「観る」といいながら観ていない、学んでいないんです。だけど、本来、私たち人間は、自然から学ぶ力を持っているので、四国の新緑をパッと見ただけでわかるはずなんです。つまり我々は自然を観ることによって、非常に複雑な自然の法則の解答を先に見ている。まるでカンニングしているようなもんです。

## 京都国際マンガミュージアム

京都市中京区の元・龍池小学校跡地にある漫画の博物館。マンガ学部を持つ京都精華大学と、土地・建物を提供した京都市によって、共同事業として整備、現在は市と大学で組織される運営委員会のもと、大学が管理・運営。国内外の漫画に関する貴重な資料を集める日本初の総合的なマンガミュージアムとして2006年11月25日に開館。明治時代の雑誌や戦後の貸本などの貴重な歴史資料、現代の人気作品、世界各国の名作など約30万点を所蔵。

開館時間／10：00～18：00

(最終入館時刻：17：30)

休館日／毎週水曜日(休祝日の場合は翌日)、  
年末年始、メンテナンス期間

所在地／〒604-0846

京都市中京区烏丸通御池上ル

TEL：075-254-7414 (代)

FAX：075-254-7424

<http://kyotomm.jp>



## インタビューを終えて

ユニークな名刺に目をうばわれました。虫とり網を肩にかついだ先生とおぼしき少年(?)がボチを連れて。左上隅に木の葉が顔をのぞかせています。楽しいカラーの名刺です。インタビューの会場が「京都国際マンガミュージアム」館長室。それに「バカの壁」の著者、解剖学者と聞いただけでワクワクしてしまいました。メモを取るのも忘れた1時間でした。



養老先生の名刺のイラスト

人間は、  
学ぶことで生き延びてきた

もうちょっと別の例で言いましょうか。アメリカのジャレド・ダイヤモンドという鳥類学者が若いころ、ニューギニアの極楽鳥を詳しく調べて分類しました。その結果が、ニューギニアの原住民が昔から呼び分けていた名前と見事に一致していたのです。彼が不思議に思って、そのことを著書に書いているんですね。

このように、ものを区別する能力は初めから人間に与えられているんです。だってこの鳥はうまい、この鳥はまずいということが分かっているなければ、自然の中で暮らせないわけですから。

我々が色に敏感なのは、果物がどれくらい熟しているか、そういうことを見分けるためですよ。動物の違いを識別するような能力をボクらは初めから持っている。だから動物を識別する必要性と隣り合わせに生きている人たちは、専門家でなくても分析している。当たり前なんです。元来その能力を持っているんだから。それを持っていなきゃ人類は何百万年も生き延びていないですよ。

—— 先生も、昆虫の研究をされていますね。

ええ、ボクも虫を調べているなかで、ジャレド・ダイヤモンドの話思い出して、「ああそうか」と納得することがあります。目で見ると何となく違うので、幅とか長さとか測ってみる。とにかく1割以上違っていたら目測でも分かるんですよ。「正方形か？ 長方形か？」というときに10：9ならすぐ分かります。「正方形じゃないな」って。それ以下の違いになると怪しくなりますけど。

ボクの先生によく言われたんですが、人類学で頭の形とかよく測るんですが、違いが目で見ても分かるなら測っても分かる、有意の差がある。見て分からないときは、測っても分からない。その通りですよ。つまり統計的に測って決定するよりも

目で見ただけのほうが自然のものは分かる。だってその区別がつくように我々は生きてきたんだもの……生き物として。自然を観るとはそういうことだと思います。

「参勤交代」で、  
人間の健康的な暮らしを

—— そうした、自然から学ぶことの大切さを、一人でも多くの方が実感するために、先生は「参勤交代」を提唱しておられますが。

今、医学界では糖尿病患者が予備軍を入れると2000万人いるといわれています。人口の6分の1が病気なんて、こんなバカな話はない。答えは簡単です。それは食べ過ぎと運動不足の結果ですよ。国会でも始まろうものなら、霞が関ではたくさん役人が徹夜している。身体は動かさなくて、動いているのは言葉だけでしょ。



その一方で、地方に目を向けると過疎化の問題が深刻化している。

地方の何が問題か。まずは人がいないことです。地方だけが頑張ってみたところで、人がいなければ何も始まらない。いくら商店を開いても、人が来なければどうにもならない。日本人全体が都市への一極集中をやめないことには、現状は変わりません。コンスタントに人が出入りするようになれば、あとは自動的に変わっていくはずですよ。

—— 高度成長期の名残は今も続いていて、都会と地方には大きなひずみが生じています。

そこでボクが言い続けているのが「参勤交代」。例えば、都会の人に1か月間田舎で暮らすことを義務付けて、企業は強制的に社員を1か月間連続して休ませる。内需拡大の必要性が叫ばれているけれど、これ以上の内需拡大はないでしょう。都会から人が来るとなれば、その人たちが住むところが必要になる。古いところも手入れをしなくてはなりません。とたんに地元の土建業者の細かい仕事、需要が大発生します。田舎に暮らす間に使う消費財も必要になります。冷蔵庫やエアコンも新しくしなくてはならないでしょうし。

そうして、強制的に都市の人間を地方に行かせて、地方の生活を体験させることで、「人間の健康的な暮らしとは何か」を悟らせるんです。大切なのは、いかに健康に充実した暮らしをするか。自分で生きるとはどういうことか、です。それを悟るためにも、参勤交代はとても有効です。まずは霞が関からやったらいい。役人が1か月間、身体を使って、田んぼの手入れでも杉の間伐でも何でもやれば、そこで考え方が違ってくるでしょう。そのうえで、大きな構図……ビッグピクチャーを描いてくれば、もっともっと現実的な解決策が生まれるはずですよ。

水源の里には、様々な文化や伝統行事が残されています。  
このコーナーは、多くの先人によって継承されてきた匠の技を全国の皆さんに紹介します。

# 山里に残る一人遣いの伝統芸能 わち 和知人形浄瑠璃

京都府京丹波町



「遣い手1人で1体の人形を操るのが、和知人形浄瑠璃の一番の特徴」と語る和知人形浄瑠璃协会会长、大田喜好さん（73歳）

京丹波町紹介



京都府の中央部、丹波高原の由良川上流部にあり、平成17年、丹波町、和知町、瑞穂町が合併して誕生。人口は約1万6千人、面積約303km<sup>2</sup>。古くから都と山陰を結ぶ交通の要衝として栄えた。この地域では標高が最も高い917メートルの長老ヶ岳があり、頂上からは日本海が望める。山深く、薬草や山野草の宝庫として知られる。由良川沿いに広がる自然活用型公園「わち山野草の森」には、春の山野草展をはじめ、年間1万5千人もの山野草ファンが見学を訪れる。



わち山野草の森

所在地：京都府船井郡京丹波町  
坂原シヨガキ5  
0771-84-2041  
開園時間：9：00～17：00  
(入園16：00まで)  
入園料：大人300円、  
小人200円  
定休日：火曜（祝日の場合は翌  
日休、年末年始休）



農閑期の楽しみが  
京都府無形民俗文化財に

ピン、ピンと重厚感のある三味線の音に導かれて、語りがあり、そしてもの言わぬ人形が魂が宿ったかのように感情をこめて動く、京都・丹波の山里に伝わる人形浄瑠璃がある。

江戸時代末期が起源とされ、長老ヶ岳の南東にある大迫村、現大迫区に伝わる伝統芸能である。当時は「大迫人形」と呼ばれていた。人形は近くの寺の土蔵に残されていたが、今は区の公民館の蔵に、「頭」作りの名人とされる天狗久吉の印がある頭も残っていて80体ほどが保

存され、うち50体は今も現役だ。人形浄瑠璃は各地にあったとされるが、三味線、語り、人形と三業一体で行う人形浄瑠璃は京都府内ではここ和知にしか残っていない。

かつては11月ごろから3月の農閑期に粗末な張りぼて人形を使って農家の人が副業として予約を取り、近在の村々や遠くは丹後但馬地方に興行に出かけていた。昭和の初期、

地区の有志が本格的な人形を使って活動したことから「和知文楽」と呼んでいたが、昭和60年京都府無形民俗文化財に指定されたのを契機に名前を「和知人形浄瑠璃」と改めた。



大迫地区の蔵に保管されている人形の頭

通称「天狗久」の刻印。生涯に手がけた頭は千を超えるといわれ、芸術性の高い作品で全国にその名を知られた



「語り」野間武さん (71歳)



物語の全体を先導する「三味線」小林勝久さん (68歳)



「三味線」「語り」「人形遣い」の三業一体で繰り広げられる芸術

## 14人で繋ぐ、 三業一体の芸術

この伝統を継承しているのは、和知人形浄瑠璃会長の<sup>おおた きよし</sup>大田喜好さんら14人である。三味線2人、語り3人、人形遣い9人で、平均年齢は70歳を超える。最高齢の85歳の女性は語りを受け持つ。町には「道の駅・和」に隣接する小さなホールがあり毎月1回公演(上演)している。

大田会長が深く人形浄瑠璃にかかわるきっかけは子どものころにさかのぼる。お祖父さんが寝床で「語り」をしているのを聞き、真似をしていたことを覚えているとか。本

格的に始めたのは30歳の時。「初めは人形遣いを習ったが、『語り』が解らなければ人形に魂が宿らない。録音テープを何度も聴いて、先輩からは口伝えで教わった」と43年前を振り返る。

浄瑠璃の人形は普通、1体の人形を3人の遣い手で操るが、和知の人形浄瑠璃は1人で1体を操る。大田会長は、「1体に3人もかかると人手が足らず1人になったのでは」と話す。上演するのはこの会の十八番「菅原伝授手習鑑」<sup>すがはらでんじゆてならいかみ</sup>※1や「傾城阿波ノ鳴門」<sup>けいせいあわのなると</sup>※2などで、和知で創作したオリジナルの演目もある。「長老越節義の誉」<sup>ちやうろうこえせつぎ ほまれ</sup>は実話をもとに作られた。凶作が続

き年貢の取り立てが厳しくなり庄屋は直訴するが、重罪に処せられる。長老ヶ岳の山中で村人がその安否を気遣うところから始まる4段(4部構成)の大作である。上演時間は70分にもおよぶ。

太棹<sup>ふとざお</sup>で重厚な音色を持つ三味線。楽譜はない。バチも大きく腰で弾くとされる。浄瑠璃は「唄う」のではなく「語る」と言う。三味線の音に導かれて語りがあり、人形が舞台上上がったとたん魂が宿ったように表情豊かになり、身振り手振り、身体を震わせて繊細に感情を表現する。もの言わぬ人形が怒り、悲しみ、憎しみ、驚き、悩み、喜びを表現する、まさに芸術なのだ。

※1

### 菅原伝授手習鑑 手習児家の段

右大臣菅原道真<sup>すがはらのみちざね かんこう</sup>(菅公)は、左大臣藤原時平<sup>ふじわらのしへい</sup>の策略に陥り、九州の大宰府に流された。京都で寺子屋を営む武部源蔵は、菅公の子・菅秀才<sup>かんしゆうさい</sup>をかくまって育てていたが、時平にかぎつけられて秀才の首を差し出すことを約束させられる。悩んだ末、寺入りしてきたばかりの小太郎を身代わりにし、時平の使いで来た松王丸に小太郎の首を引き渡した。しばらくすると松王丸が引き返して来て、「実は、小太郎は自分の実子であり、こうなることを予測したうえで寺入りさせた」と涙ながらに語った。終盤の小太郎の野辺送りが営まれる「いろは送り」の場面は、語りもさることながら太棹三味線の妙味を堪能できる。

※2

### 傾城阿波ノ鳴門 十郎兵衛住家の段

阿波の十郎兵衛と妻・お弓は、盗まれた主君の名刀を探すため、名を変えて盗賊となり大坂に身を潜めていた。ある日、お弓が隠れ家にいると、父母を探して巡礼する少女が訪ねてくる。話を聞いていると、自分たちが国に残してきた娘のお鶴だとわかる。しかし、親子を名乗ることでお鶴に災いが及ぶことを恐れたお弓は、万感の思いでお鶴を家から追い出した。たったひとり巡礼をするお鶴の姿、子を思うせつない親心が涙を誘う。



国民文化祭では、和知人形浄瑠璃の魅力を全国に発信  
左：「傾城阿波ノ鳴門 十郎兵衛住家の段」を演じる地元の小学生  
下：「長老超節義の誉 庄屋猪平宅の段」を演じる地元の中学生(写真提供：京丹波町)



### 後世に伝えたい ふるさとの伝統文化

去年、京都で開催された国民文化祭。和知人形浄瑠璃は、小学生、中学生、大人がそろって出演することを目標に2年3か月前から準備に取りかかった。小学校にはクラブが出来、中学校では授業の一つとして伝統芸能を学んだ。国民文化祭では小学生は「語り」と「人形」で「傾城阿波ノ鳴門」を演じた。三味

線も弾ける中学生は「長老超節義の誉」の庄屋猪平宅の段を担当した。見守った他府県の人形浄瑠璃関係者から高い評価を受け、和知の人形浄瑠璃が全国的に認められた瞬間だった。「涙が止まらなかった」と大田会長は振り返る。

先人が築いてくれた素晴らしい伝統文化。先人が伝えてくれたものを私たちが後世に伝える使命がある。今、子どもたちを指導しているのも大人になってどこに

いてもふるさとで生まれた伝統文化を思い出してくれるものと信じているからだ。会の14人全員が同じ思いで「和知人形浄瑠璃ここにあり」と発信を続けている。

【取材・文：岩岡廣之】



豊かな自然のなかで営まれる「水源の里」の暮らし。そこには、都会には無い魅力があふれる一方、都市部からは想像もつかない苦勞もあります。このコーナーでは、そうした「水源の里」ならではの課題や取り組みにスポットを当ててレポートします。



# 体験から交流へ、交流から定住へ

—農家民宿がつむぎ出す地域活性の可能性— 和歌山県日高川町



活動の拠点となる「日高川交流センター」

## 日高川町はこんなまち

人口は 10,793 人 (H24.5.1 現在)、面積は 331.65km<sup>2</sup>。和歌山県の中腹に位置する日高川町は、平成 17 年に川辺町、中津村、美山村が町村合併。町の中心を東西に日高川が流れており、その流域に沿って集落が点在している。紀州備長炭の日本一の生産量を誇る。

大阪の南の玄関口・天王寺駅から JR 紀勢本線特急を利用すると約 1 時間半で到着する。水源の里といえば、アクセスが難しい場所も少なくないが、日高川町は非常に交通の便が良い。近隣には古典芸能の題材としてよく知られる「安珍清姫の悲恋物語」の舞台である道成寺もある。また県の無形民俗芸能である丹生神社の「笑い祭」は、毎年、多くの見物客を集めている。

今回、日高川町を訪れる目的は、「ゆめ倶楽部 21」を事務局とした官民共同の農村活性化事業のレポート。近年注目されている農家民泊や長期滞在型の宿泊施設など、農山村の魅力を活用した事業が展開されている。事務局は役場のまちみらい課にある。現在は 38 人の住民が会員となって、さまざまな取り組みに積極的に参加しているという。

## 農村の生活を伝える「体験型観光」

平成 17 年に中津村と美山村、川辺町が合併した日高川町では、平成 13 年度から 3 か年計画で実施された農林水産省の「経営構造対策事業（グリーン・ツーリズム推進事業）」をきっかけに「体験型観光」の受入れを開始した。

平成 14 年 2 月には「ゆめ倶楽部 21」の前身にあたる「中津ゆめ倶楽部 21」を発足。事業を進めるにあたり、どうしても地域住民の協力が必要不可欠だった。まずは「農業体験」「手づくり体験」「森の恵み体験」を中心とした体験型観光のプログラムを官民一体で



都会では体験できない農村ならではのプログラムを企画  
左：わらぼうし作り  
下：こけ玉作り

企画した。両者二人三脚の活動が実り、初年度にして 864 人の受け入れ実績ができた。平成 15 年には教育旅行を目的とした学生をはじめ、約 1400 人も受け入れを実現した。3 年間の事業で軌道に乗ってきた手応えもあった。そこで、事業を打ち切ることなく更なる発展を目指し、活動の継続を決めた。その後、和歌山県の事業「ほんまもん体験」の実施の際には、ゆめ倶楽部 21 の活動がモデル的な役割を果たすことに。和歌山県各地でも体験型観光のプログラムが組まれるようになっていった。

### 体験型観光受入れ実績

H14 年度	864 人
H15 年度	1,414 人
H16 年度	2,054 人
H17 年度	1,356 人
H18 年度	2,373 人
H19 年度	2,386 人
H20 年度	2,151 人
H21 年度	2,447 人
H22 年度	2,602 人
H23 年度	2,627 人

## 住民の協力で農家民泊を実現

体験型観光は軌道に乗っていたが、さらに新しい付加価値を模索していた。この頃、大阪から日高川町の環境にひかれて移住した各務耐子さん（現在は民泊部会長）は、この事業にいち早く興味を持った一人だった。町と話し合い、新たな事業である農家民泊の受け入れ農家の名乗りをあげた。そして、率先して近所の人たちにも農家民泊の意義を伝えて回った。初めは様子をうかがっていた住民たちも次第に興味を持ち始め、賛同者が増えていった。



現在も U ターン者ならではの目線で日高川町の魅力を発信する各務さん

平成 19 年度からは本格的に農家民泊の取り組みがスタート。5 軒ほどの受け入れ農家からスタートしたが、平成 22 年 12 月には簡易宿所営業許可農家は 15 軒になった。今では、この農家民泊が体験型観光の大きな魅力のひとつとなっている。農家民泊の大きな特徴として挙げられるのは、受け入れ農家と来訪者が「つながり」や「ふれあい」をダイレクトに感じるところだろう。それは同時に滞在地域への理解にも通じる。現在では国内だけでなく海外からの受け入れも増加傾向にある。

また、隣町のいなみ町と協力して対応すれば大人数の修学旅行生の受け入れが可能となるので、今後は 2 町の連携を強めていくという。来年には、東京の中学生 130 人程度が訪れる予定もあり、受け入れ農家を 30 軒に増やすことを目標に掲げている。

## U ターン者の受入れ支援の強化

「ゆめ倶楽部 21」は現在、「体験型観光、教育旅行の推進」「農家民泊への取り組み」に加え、「U ターン者の受入れ支援」も視野に入れ、この 3 本柱を軸に活動を推進している。

「U ターン者の受け入れ支援」に関する動きとしては、日高川の環境を知ってもらい、時間をかけて納得のいく空き家を見つけてもらえるよう、U ターン者が個人で整備した「風呂谷ビレッジ」という長期滞在型の宿泊施設が利用できる。また空き家や耕作放棄地を把握し、U ターン者のなかで農業に興味を持つ人に対して家や畑を貸付ける事業も行っている。その結果、平成 19 年から 23 年の間に 54 世帯、114 人が日高川町に定住するという大きな成果を生んでいる。また、U ターン者のスキルを借りてインターネットで日高川町の情報を発信したり、都市部への農作物の販路拡大を実現したりするなど、お互いの力をあわせて、住み良い環境を作るためのメリットの循環も生まれ始めた。



長期滞在者を受入れるための「風呂谷ビレッジ」



空き家を紹介し U ターン者の移住の手助けをする



左：当日は3人で農家民泊体験。写真は大澤さん宅での食事風景  
下：こんにやくは練ったあと、よくゆでて持ち帰った



宿泊者の思い出がつづられたノート

## 活動を継続させていくことで掴んだ手応え

町への集客については、**農家民泊受入れ実績**

旅行会社と連携し体験型観光をPRしたり、インターネットでの情報発信に力を入れたりしているが、現時

H 20年度	56人
H 21年度	143人
H 22年度	399人
H 23年度	431人

点ではこれといった大きな集客システムが確立されている訳ではない。にもかかわらず、来訪者が順調に増えてきた理由としては、たとえ少人数の団体であっても積極的に受け入れてきたことが挙げられる。地道で細やかな心遣いが、ファンづくりや持続的な集客に結び付いてきたようだ。

交付金事業から始まったものの、10年以上にわたって活動し続けることができるのは、この事業に賛同した地域住民の意識の高さによるところも大きい。活動の当初から、「日高川町を元気にしたい」「一次産業を体験型観光で活性化しよう」という思いが多くの人にあつたからだろう。地域のことを思い地道に活動を続ける行政の旗振りとそれに応える地域住民の積極性とチャレンジ精神が際立っているように感じた。

## 農家民泊を体験

今回、農家民泊体験として、大澤恵さん・ケイ子さんご夫妻のお宅に宿泊させていただいた。地域の活動拠点となる「日高川交流センター」から一番近く、屋号は「恵の宿」というそうだ。

到着すると夕食までの間、自己紹介を兼ねてご夫妻と話をした。部屋の壁にはこれまでに宿泊した人たちの記念写真がたくさん貼られていた。外国からのお

客さんを受入れた時の話も聞かせてもらった。「海外の人だと言葉が通じなくて大変じゃないですか?」と尋ねると、「言葉は通じないこともあるけど、帰るころになると気持ちは通じていると感じるよ」とご主人は言う。開業当初は、どんな人が来るのか、上手に対応できるのかなど、不安を感じることも多かったが、受け入れを始めてからは、やってみてよかったと思うことのほうが多いそうだ。「普通に暮らしていたら絶対出会わなかった人と時間を共にできるのが楽しいんよ」と奥さんが笑顔で話してくれた。

夕食は地元の特産品「ほろほろ鳥」を使ったすきやき風の鍋や地元の食材をふんだんに使った食事を用意していただいた。夕食後には、これまで滞在した人にも書いてもらったというノートを見せてもらった。国内外問わず幅広い年齢層の方のコメントがびっしり書かれており、そのノートを開きながら印象深かった出会いなどの思い出話も聞かせてもらった。その日の夜は遅くまで話し込んでしまった。一泊しかしなかったにも関わらず、「自分の田舎がひとつ増えた」と思わせてくれるアットホームなおもてなしに心から感謝した。「恵の宿」では、そば打ち・農作物の収穫などの体験ができると聞いた。次回はぜひチャレンジしたいものだ。

翌日、別の民家に移動して、「こんにやく作り」に挑戦。こんにやく芋と灰汁をまぜてつくるといふ本格的なもので、「昔の人はよくこんな作り方思いついたよねえ」などと談笑しながら作り方を教わった。

観光地を巡る従来型の旅行ではない、地元の方々と交流できる旅は、とても貴重な体験となった。

【取材・文：阿藤夕可子】



## 山の恵み わさびごはんの素 400円

東京都 **奥多摩町**

東京都の最西端・最北端に位置する奥多摩町は、町の中心を貫流する多摩川を堰き止めた小内ダムによって造られた奥多摩湖を擁し、四方を山々に囲まれた緑豊かな自然の町です。町域は東京都のおよそ10分の1もの面積に相当する225.63km<sup>2</sup>。その94%が森林で、全域が秩父多摩甲斐国立公園に含まれています。森林には幹周りが3m以上の巨樹が1016本確認され、全国で1番巨樹の多い町でもあります。

そんな「巨樹と清流のまち」奥多摩の自然が育んだ特産のわさびを使った名物グルメが「わさびごはんの素」。わさびの茎がたっぷり入ったレトルトの「炊き込みご飯の素」で、お土産にも人気の逸品です。

作り方は簡単！ 3合のお米を洗い、パウチの具と調味液と合わせて炊飯器で炊くだけです。セットして数十分、炊飯器からおダシのいい香りがふんわり漂ってきたら、そろそろ炊き上がり。ワクワクしながら、蒸らし時間をしばし待つと「ピーッピーッ」と出来上がりの合図。早速オープン！！ ホワッと上がる湯気につつまれながら、具材とご飯を軽くかき混ぜていただきます。

わさびの茎を始め、たけのこ、にんじん、しいたけなど、彩り豊かな旬の野菜がたっぷり入った具だくさんの炊き込みご飯は、素材を活かした薄味。わさびの際立った辛みはないですが、ご飯に爽やかで上品な風味がプラスされ、レトルトを混ぜて炊いたとは思えないちょっと高級な料亭っぽい味わいです。子どもからお年寄りまで美味しく食べられる本格的な炊き込みご飯が、家庭で手軽に味わえるオススメ商品です。

【取材・文：白波瀬聡美】



↑  
地で栽培された具材の味がたっぷり堪能できます。

水源の里  
発

おすすめ  
ぶ当地  
グルメ



↑  
名物の鹿肉とわさびの茎が入ったピリ辛の「山の恵みカレー」も人気の新商品。こちらもぜひお試しあれ!

水源の里  
発



## 大橋がんづき

200円

いちのせき

### 岩手県 一関市

東北のほぼ中央に位置し、仙台市と盛岡市の中間の交通要衝として古くから栄えてきた一関市。平成17年には7市町村が合併し、岩手県内第2の人口・面積を擁する市となりました。いわて南牛、曲りねぎ、小菊などが特産品として知られています。そんな一関地方で、農作業の合間の「こびる＝おやつ」として古くから親しまれてきた「がんづき」。北上川流域で採れた主原料の小麦に、砂糖や卵などを加えて練った生地を蒸したいわゆる蒸しパンです。なじみ深い家庭の味「がんづき」の材料や作り方を何度も試行錯誤し、大ヒット商品にまで製品化したのが「大橋がんづき」。一関市弥栄地区に暮らす農家の女性8人で構成される「弥生グループ」が手がけています。

見た目は、手の平に乗り切らないほどのボリューム！ 正直、胃に重たそうな印象です。しかし実際に手にとってみると、フワッと柔らかく！ 蒸しパン特有のギッシリ詰まったネットリ感が

なく、まるでシフォンケーキのようなふわふわの感触です。ふんわり感の決め手は強い火力と蒸し時間。あとは粉をしっかりこねることなのだそう。

手でちぎると、何とも言えない甘くて香ばしい香りがホンワリと漂います。きめ細かい生地は、柔らかいながらも程よい弾力があり、噛むとしっとりモチモチした食感。味噌味、塩味、くるみ入りの3種類はどれも優しい甘さで、塩味は少しあっさり、くるみは風味豊か、味噌味はコクのある味わいが感じられます。お母さんたちの手づくりの温かさが伝わる昔懐かしい素朴な美味しさです。

【取材・文：白波瀬聡美】



弥生グループの皆さん。全てが手作業のため、1日3人体制で朝の8時から5時までのローテーションを組み、年中無休で加工場を回して1日800個の生産をしています。



↑  
全国からの取り寄せも可能です。冷凍すると日持ちもして、自然解凍で蒸したての美味しさが味わえます。

#### 【お問い合わせ】

**弥生グループ**  
〒029-0211  
岩手県一関市弥栄  
字茄子沢 236-15  
TEL・FAX  
0191-43-2080  
営業時間  
8:00～17:00

# 協議会だより

▲全国水源の里連絡協議会 事務局  
佐伯市役所 企画商工観光部 企画課総合政策係  
住所：〒876-8585 大分県佐伯市中村南町1番1号  
TEL：0972-22-3486（直通） FAX：0972-22-3124  
E-mail：s-suigen@city.saiki.lg.jp  
http://www.suigenosato.com/index.htm

### トピックス

#### 参画自治体が166市町村に

今期より新たに、福島県猪苗代町、柳津町に参画いただきました。協議会では、組織の拡大に向け多くの市町村の参画をお待ちしております。

#### 全国水源の里基金の募金にご協力を

全国水源の里連絡協議会では、全国の会員市町村に募金箱を設置しています。水源の里を守り、豊かな環境を次の世代に引き継いでいくため、ぜひ募金にご協力ください。

## 編集部より

### 読者アンケート&プレゼント

『水の源』では、今後の誌面づくり充実のため、読者アンケートを実施しています。アンケートにお答えいただいた皆様のなかから、おすすめご当地グルメのコーナーで紹介しました「山の恵みわさびごはんの素」か「大橋がんづき」を各3名様にプレゼントします（賞品の指定はできません）。

はがきに、①面白かった記事、②今後取り上げてほしい内容、③水源の里への思いなど、あなたのご意見、住所、氏名、電話番号、年齢、職業、性別を明記の上、下記宛先『水の源』読者アンケート係までご応募ください。

応募先：下記連絡先、『水の源』読者アンケート係まで

締切：平成24年7月27日（金）  
消印有効

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。  
※ご応募いただいた皆様の個人情報は、賞品発送以外の目的では使用しません。



### お便り紹介

読者アンケート&プレゼントへのご応募、誠にありがとうございます。編集部にて寄せられた「水源の里への思い」を紹介します。

水がおいしいとそこで栽培される野菜や米、肉すべてがおいしくなります。水源の管理など色々と大変だと思いますが、子どもたちのためにも守っていきたくと思っています。

（熊本県・Aさん）

私も水源の里に生まれ、水とともに成長してきました。そこにあってあたりまで、清く美しいやしを与えてくれる水の存在は必要不可欠です。いつまでも保たれるような取り組みに期待します。

（島根県・Mさん）

集落支援員として2年目ですが、水源の里の活性化の手伝いができ、自分自身も勉強になっております。人として、みんな仲良く手をつなげられる活動が“水源の里”だと思っています。

（福島県・Sさん）

#### お問い合わせ、 ご連絡先は

〒623-1122 京都府綾部市八津合町上荒木5番地（上林いきいきセンター）  
綾部市水源の里・地域振興課  
TEL 0773-54-0095 FAX 0773-54-0096 E-mail: suigen@city.ayabe.lg.jp



上流は下流を思い、下流は上流に感謝する

# 全国に広がる「水源の里」



## 水の源 第17号

企画・発行：▲全国水源の里連絡協議会

発行日：平成24年5月

編集：「水の源」編集委員会

私たちは  
水源の里を  
応援します!!

全国環境整備事業協同組合連合会・会長	玉川福和
全国農業協同組合連合会・代表理事理事長	成清一臣
全国森林組合連合会・代表理事会長	林 正博
電気事業連合会・会長	八木 誠
独立行政法人水資源機構・理事長	甲村謙友
社団法人全国浄化槽団体連合会・会長	上山健治郎
一般社団法人全国清涼飲料工業会・会長	菊地史朗
社団法人大分県薬剤師会・会長	安東哲也

(敬称略)