

やまたらけ

YAMADARAKE

JUNE
No. 17
2006

「そばはご馳走だったねえ」

早川での昔の食事について尋ねると、こんな答えが返ってくる人が多い。ここ早川町では四方を急峻な山々に囲まれ、平坦な土地が少ないために米作りはほとんどされず、山の頂上まで畑を耕し、麦、粟、ヒエ、キビなどの雑穀や大豆、野菜などを栽培し暮らしてきた。

主食となったのはこれらの雑穀で、その多くは集落に必ず一つはあった水車で粉に挽き、粥のしこみ、団子(だんす)などにして日常的に食べてきた。しかしそばだけは、お正月やお盆、結婚式やお祭りなどの「晴れの日」や、お葬式や大切なお客さんが来た時にしか食べられないものであったそうだ。そばは特別な日の「ご馳走」という訳だ。

その頃のそばは殻を取り除かず挽いたので、今よりも色は黒かったという。かつては水車や石臼で挽いた「無骨で粗引き」な粉だったのだから。また、油揚げやニンジン、鶏肉などで作った汁で食べる「かけそば」が主な食べ方ではあったが、季節によってはセリを混ぜたり、茹でて干切りにした大根を混ぜたり、具を増やすことでそば粉を節約しながらも、季節の味と色彩でもてなすための工夫がなされてきた。

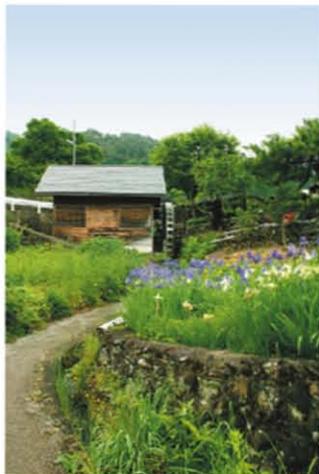
そんな早川のそば文化ともてなしの精神を今でも受け継ぐのが、早川集落の「そば処アルプス」と赤沢集落の「武蔵屋」だ。それぞれを訪ね、そばづくりへの思いを探った。(文 向井真行)

写真／早川のそば畑(撮影 深沢正晴)早川集落では、休耕田を利用したそば栽培が盛んだ。7月と10月には、そばの花で一面真っ白になる。

早川の蕎麦徹底解剖！



→店の対岸にある水車小屋。昔からこの場所にあったが、設備は新しくした。ここで定期的にそば粉を挽いている。



↓取材中にちょうど、14号で紹介した早川きのご園の早川正治さんが現れた。シイタケ、タラノメ、ウドなど、天ぶら用の材料を届けに来た。



↓透明感のある刺身コンニャクも自慢の一品。プリプリとした食感がたまらない。単品でも頼むことができる。



地元産のソバを集落の水車で粉にするこだわり そば処 アルプス



【そば処 アルプス ☎0556-48-2666】
メニュー：もりそば600円、とろろそば(冷)800円、
天もり900円、なめこそば900円、刺身
コンニャク300円、ご飯セット400円など
開店時間：午前11時から午後4時まで
定休日：毎週木曜日
ちょっと黒くて太いソバが特徴。歯ごたえがあり、ソバの味がよく分かる。大きなかき揚げが付く天もりもいいが、すり下ろした山芋と食べる、とろろそばもお勧め。

南アルプス街道を北に向かっていく途中、早川集落へ架かる早栄橋のたもとに「そば処アルプス」はある。ここは、地元早川集落の女性たちが働ける場所を：という事で平成4年に集落で組合を結成し立ち上げたそば処である。ゴールドデンウィークのさなかに訪れたこの日も、多くのお客さんと賑わっていた。厨房の中で忙しく動き回っているのは、このそば処で10年以上の経験があるおばあちゃんたち。昨年、経営母体が組合からヘルシー美里(二里地区にある宿泊施設)に変わったが、それでもずっと働き続けている。筆者自身、そんなおばあちゃんたちの打ったそばを食べに何度か訪れたことがあるのだが、いつ行っても本場に美味しい。その特徴は、歯ごたえの良さ。そして色は若干黒めで、やや太め。いわゆる田舎そばである。そして、使うそば粉にもこだわりがあった。



↑店は南アルプス街道沿いにある。土曜日曜は、大勢の観光客で賑わう。水車やそば畑もこの近くにある。

「本当のそばを味わってほしい。ウチのそばはどこにも負けない日本一くらいに思ってるよ。」地元産の確かな品質と熟練の技と経験、それが決して大げさではないが揺るぎない自信になっている。「でも、一番大事にしているのは、その日の一人一人のお客さんとの出会いかな。どんなに忙しくて体が辛い時も、「お客さんに喜んでほしい」と、「また食べに来てほしい」という気持ちでそばを出しているのだそうだ。「やっぱり、おいしいって言われるのが一番嬉しいね。遠くの人々が『また食べに来たよ』って言ってくれたりね。」取材に応じてくれたおばあちゃんたちの、はにかんだ笑顔が誇らしげだった。

所変わって重厚な造りの家並みが残る赤沢集落に、昨年7月に開店したのが「武蔵屋」だ。

赤沢集落はかつて七面山参詣の宿場として栄えた場所で、旅館に泊まった信者さんたちにそばが振舞われていた。近年、当時のそばを復活させる動きが集落内で高まり、3年かけて開店にまでこぎつけた。「せつかくここまで来てくれたのに、食べるころも無いんじゃないじゃね」という思いからだ。

その中心に居るのが赤沢に生まれ育った杉山さん。「まだまだ開店したばかりだから素人だけれどね」とはいいながら、やはりお客さんに喜んでもらいたいという思いは強く、日々アイデアを練っている。

季節の野菜を使った天ぷらや小鉢など、それはもう杉山さん自身が「過剰サービス」というくらい勧めてくれる。「何か旬のものを食べていってほしい」という思いが、そうさせるのであろう。この日も、キビご飯に山菜の天ぷら、山椒の佃煮、筍の煮物と季節感いっぱいメニューである。

もちろん、そばの美味しさは言うまでもない。歯ごたえは「そば処アルプス」にはやや及ばないが、喉ごしではこちらに軍配。「そば処アルプス」よりやや白いのは、

赤沢宿のもてなしを今に伝える そば処 武蔵屋

使っているそば粉の違い。粉は現在のところ、よそから仕入れたものを使っているが、将来的には地元で栽培したそばを使いたいという夢も持っている。

開店してはや1年。最近「友達に食べて、美味しかったって聞いたから来た」という人も多いのだとか。店の入り口には芳名帳が置いてあり、県内だけでなく、静岡、神奈川、東京などから多くの人を訪れているのが分かる。

「自分が70年生きてきたところに、こうして来てくれるのはすごく嬉しいし本当にありがたい。本当はこういう人たちに『綺麗な花が咲きましたよ』とか『新そばが入りました』とか一筆送ってあげたいんだけどね。」

そうやって地域の側からも情報を発信していくと、お客さんと心を通わせることができる。杉山さんはそんなそば作り、店作りをしたいと考えている。



↑集落の高台にある「武蔵屋」からは、七面山が目の前に広がる。空き家だったところを借り受け、伝統的なスタイルに改装してできた店だ。

【そば処 武蔵屋 ☎0556-45-3117】
メニュー：もりそば600円、天もり800円、ご飯100円
開店時間：午前11時から午後3時まで
営業日：土曜、日曜、祝日のみ営業
平日は予約が必要（5名様から）
メニューが少ないのは、自信の表れ。旬の食材、お袋の味が楽しめる「過剰サービス」をぜひ味わってみて下さい。集落や七面山が一望できる店からの眺めも、最高です！



↑本日の天ぷらの具材。クルミの芽、柿の若葉、ヨモギ、タラノメ、タケノコ、オカノリなど、珍しいものが並ぶ。



↓運が良ければ、季節の素材を使った小鉢がサービスされることも。この日は、青菜のゴマ和えと、タケノコとワラビの煮物を頂いた。なかなかこの味は出せない、まさにお袋の味。



↑杉山さん特製の「山椒の佃煮」。キビご飯にのせて頬ばると、口いっぱい強烈な香りが広がる。うーん、刺激的！



7/9

やまだらけツアー第14弾
水車小屋でのそば挽きとそば打ち体験

澄んだ空気と清らかな水に恵まれた早川集落では、そばの栽培が盛んに行われ、地元の人達が打つそばが多くの来町者の舌を楽しませてきました。今回のツアーは、この集落の水車小屋でそば粉を挽き、その粉でそばを打って食べます。指導はもちろんそば処アルプスのスタッフ。初めての人、ご家族でのご参加大歓迎。本物のそば作りを体験してみましょ。なお、このツアー参加者全員を対象に、ヘルシー美里、ヴィラ雨畑の温泉入浴料を、通常500円のところを200円にサービスいたします。お帰りの際に、ぜひお寄りください。

日時/7月9日(日)午前9時30分~午後2時頃
集合場所/そば処アルプス駐車場
内容/早川集落の水車小屋でそばを挽き、そば処アルプスでそば打ち体験。
参加費/大人3,000円(会員2,700円) 中学生以下2,500円 ※昼食代込み
定員/20名(要申込、先着順、締切6月30日)
備考/エプロン、タオル持参。汚れてもいい格好で。



~申込先~
やまだらけ編集部
☎0556-45-2160

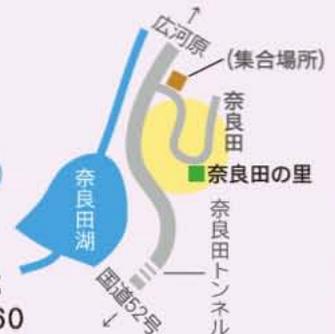
6/24

フィールドミュージアム山村文化体験ツアー
秘境・奈良田の不思議発見!

早川町の最も深い所に位置する集落奈良田には、今でも地元の人達が大切にしている文化や伝統が数多く残っています。今回のツアーでは、奈良田の民話や言い伝えなどを、地元の人達が独特なやわらかい奈良田の言葉でお話いたします。もちろん奈良田の民謡も実演して頂く予定です。また、昼食に特製の「鹿肉ほうとう」をご用意します。ぜひこの機会に奈良田に残された伝統や文化を存分に体験してみてください。



日時/6月24日(土)午後9時30分~14時30分頃
集合場所/奈良田の里駐車場
内容/歴史民俗資料館見学、民話の語り、奈良田弁講座、民謡演奏、集落探索、温泉入浴(希望者)
参加費/大人3,000円(会員2,700円) 中学生以下2,500円
※昼食、施設入館料、温泉入浴料込み
定員/40名(要申込、先着順、締切6月16日)
備考/手ぬぐい、雨天時は雨具持参。歩きやすい格好でお越し下さい。



~申込先~
やまだらけ編集部
☎0556-45-2160

5/21

やまだらけツアー第13弾
新緑の七面山トレッキング

交流
シーン



前日までの雨がウソのように当日は快晴となりました。参加者8名、ガイドの望月敏明さんと一緒にさわやかな新緑の風に誘われて、元気よく出発。羽衣から杉の木立の中を登り始めると、どこらとも無く信者が唱えるお経と太鼓の音が聞こえ、七面山へ登っている実感が湧いてきます。見晴らしの良い所などで休憩をとりながら登る事4時間、やっと敬慎院へ到着、皆さん少々お疲れ気味の様子。しかし、そこでは雲海に浮かぶ富士山を見ることができ、参加者もこの絶景には感動しきり。登ってきた疲れを忘れ「ご来光の時期にはまた来たいね」と話す人もいたほどでした。昼食後、帰路の道中は大イチイ、大トチノキなどを見ました、しかし今ツアーの見所でもあるゴヨウツツジの

群生は、時期がちょっと早く残念ながら見ることは出来ませんでした。そして、筒鳥の鳴き声に励まされながら無事に全員下山、登山経験や体力に自信の無い人には厳しい日程でしたが、七面山は信仰の山ということもあり、崇高な気分になることができ大変有意義な一日でした。



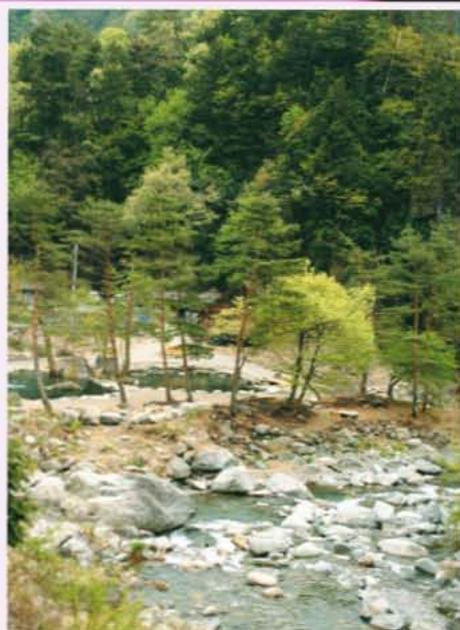
町のホットニュース！

早川町の渓流釣りの拠点 やまめびあ リニューアルオープン！

早川町の釣りの拠点「やまめびあ」が、4月29日にリニューアルオープンしました。

ニジマスが放してある釣堀が広くなり、なんと1時間1,500円でつり放題に。野外バーベキュースペースも新設され、釣った魚をその場で焼いて食べることも可能です。もちろん本格的な釣りを楽しみたい方には、今までどおり、保川本流を使った渓流ゾーンでやまめ釣りを体験することができます。

釣りの初心者から玄人まで、小さいお子様から大人まで、一年中気軽に釣りが楽しめる「やまめびあ」へ、ぜひお越しください！



■釣り堀ゾーン ~ニジマス~



透き通ったきれいな水の池で、ニジマス釣りが楽しめます。初心者、お子様にも簡単です。

竹竿、仕掛け、えさ付き、釣り放題

1時間 1,500円

2時間 2,500円

1日 3,000円

※釣り道具の持ち込みはできません。

■渓流ゾーン ~ヤマメ~



手軽に一年中、本格的な渓流釣りが楽しめます。ご希望があれば、スタッフが渓流釣りのレクチャーもいたします。

1日 2,500円

※釣り道具は各自ご用意下さい。

■バーベキューゾーン



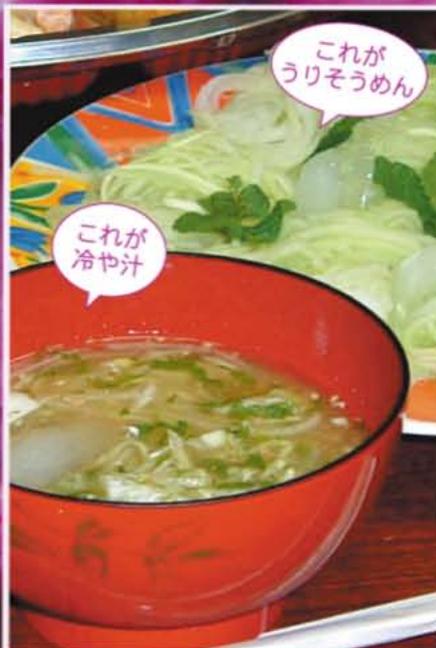
渓流の流れと音を楽しみながらバーベキューができます。釣った魚をその場で焼いて食べれば、最高！

大人1,500円(中学生以上1人につき) 小人700円(3歳以上1人につき)

※食材以外の用具(鉄板、網、木炭、紙皿、紙コップ、はし等)は、やまめびあで用意します。

~お問い合わせ~

やまめびあ ☎0556-45-2378 定休日:水曜日(祝日の場合は営業)



これが
うりそうめん

これが
冷や汁

夏の暑さはこれで乗り切ろう！ 伝統野菜「茂倉うり」と冷汁セット

早川旬の直送便

茂倉集落には、約100年も前から自家採種されてきた「茂倉うり」というキュウリがあります。このキュウリは、一般的なキュウリと比較すると形はずんどうですが、味覚は肉厚でみずみずしく、とても古風な味わいです。

これからの季節、「茂倉うりの冷や汁」や「うりそうめん」は、暑気払いに最適です。なお、今回ご紹介するのは、茂倉うりと冷や汁の材料です。

料金/1,500円(消費税込)別途送料950円

内容/茂倉うり6本、えごま200g、味噌200g、ねぎ適量

締切/7月7日(金) ※15セット限定

発送/7月下旬から注文順に

支払方法/商品と一緒に請求書をお送りいたしますので、指定の金融機関にお振り込み下さい。



これが
茂倉うり

~申込先~

やまだらけ編集部

☎0556-45-2160

おばあちゃんの試してレシピ④

そばを使った郷土料理を二品ご紹介。「ねりくり」は、その名の通りそば粉を「練り練る」だけ。昔は、おやつではなく食事として食べたそうです。奈良田の民宿・奈良屋さんに作っていただきました。

「大根そば」は、今でも町民の食卓にのぼる人気レシピ。もともとは、大根で麺を増やしてそば粉を節約するための工夫ですが、清涼感のある見た目が美しく、二種類の麺の食感の違いも楽しめます。



ねりくり

■材料

出し汁(昆布か煮干し)……………3カップ
 そば粉……………150g
 塩……………少々
 野菜……………適量

※今回はカボチャとさつま芋を使ったが、大根、人参、青菜など、ある野菜を使ってよい。

■作り方

- ①出し汁で乱切りにした野菜を煮る。
- ②野菜が煮えたら、塩とそば粉を加える。
- ③火をつけたまま、木べらなどで練り練る。
- ④汁気がなくなり粘りが出たら完成。
- ⑤お好みでエゴマか砂糖醤油をかけて食べる。



↑残ったものは、丸めて平にし、少量の油で両面を焼いて食べたそう。

大根そば

■材料

そば……………2人前
 大根……………1/3本
 ※大根の量は好みだが、目安はそばの半分程度
 薬味(ねぎ、わさび)…少々
 つけ汁……………適量

■作り方

- ①千切りにした大根とそばを、別々に茹でる。大根は茹で過ぎない。シャキシャキとした食感が残る程度に。
- ②それぞれ水で冷やし、ざるに入れ水気を切る。
- ③大根とそばを混ぜて盛る。

→一般的なカツオと昆布出汁のつけ汁でもいいが、干し椎茸と鶏肉で作ると、より早川風の味になる。コクのある汁と相性抜群。ぜひ試してみてください。



■NEXT やまだらけ

18号特集 (8月上旬お届け)

「新倉銀座物語」

映画館、パチンコ屋、キャバレー。早川町とは縁のない施設だと思ったら大間違い。電源開発や林業で町が活気にあふれていた時代、仕事があれば人が来る、人がいれば商売が成り立つ…というわけで、新倉(あらくら)集落のメインストリートは「新倉銀座」と呼ばれて賑わい、こういった娯楽施設も揃っていました。

次号やまだらけでは、そんな賑やかなりし頃の「新倉銀座」を大特集。思い出話に写真など、当時を知る人には懐かしく、知らない人はあっと驚く新倉をご紹介します。

■読者の声

●移住者の沢村さんの話に興味を持って読ませていただきました。お二人や愛犬サクラに会いにキャンプ場へ行きたくまりました。(匿名希望さん)

●今年4月に、2年間住んだ山梨を仕事の関係ではなれ、川崎市に引っ越しました。周囲に山がなく殺伐とした都市は、いま生活が息苦しいですね。早川町に移られイキイキとした沢村さんの様子が伝わってきました。(川崎市、Hさん)

編集部: 澤村さんの暮らしは、まさに自然体。やりたいことを気の向くままに。もちろん苦労はたくさんあるのですが、それを表には出さないところがまたかっこいいのです。

●日本全国の町で一番人口の少ない町へ、大阪から沢村ご夫妻の移住や、中部横断自動車道路の整備促進などの明るいニュースに喜んでます。(厚木市、Mさん)

●移住者があったことを知り、ほっとしました。こういう人が増えるような町になることを願っています。(匿名希望さん)

編集部: 実は、早川町へ移住する若い方が、このところ増えているんですよ。沢村さんのほかに、10世帯ぐらいいらるんじゃないでしょうか。早川町に求めるものも、暮らしぶりも、そして夢も十人十色。そういう方々も、また機会を見て取り上げて生きたいと思います。

●町の活性化のためにどんなことをやっているのか、酔茶晴組を見てなるほどと思いました。山菜祭りでも、その踊りは群を抜いてあかぬけています。益々の活躍を。(横浜市、Kさん)

編集部: 先日の山菜祭り(5月3日)でも、酔茶晴組はダンスを披露してくれました。年々メンバーも増え、どんどん迫力のあるダンスになっています!

「そばの町」早川町は、決して安定した基盤の上に成り立っている訳ではない。そこには、過疎化、高齢化による労働力不足という問題が横たわっている。70歳代のおばあちゃんが切り盛りする「そば処アルプス」、なるべく負担にならないようにと当番を決めている「武蔵屋」。どちらも地元の人々の熱意によって支えられているというのが現実である。いつまでの残ってほしい、早川の大切な文化なのだが…

山を覗けば宝の山
やまだらけ

発行元/フィールドミュージアム運営委員会
 住所/山梨県南巨摩郡早川町薬袋430 〒409-2727
 電話/0556-45-2160 ファクシミリ/0556-45-2268
 ホームページ/http://www.town.hayakawa.yamanashi.jp/fm/