

「あんびん」の復活と伝承

六郷特産品加工グループ

六郷特産品加工グループは、過疎化・高齢化が進む市川三郷町（旧六郷町）落居地区において、若者の住みやすい環境作りをめざし、村興しにつながる活動に取り組む女性起業グループです。平成8年に活動の拠点として、六郷特産品加工施設が設置され、地域農産物を利用した加工品や総菜、行事食などの製造・販売を行っています。



グループの加工品の中に、落居地区で古くから親しまれてきた郷土食「あんびん」があります。「あんびん」はとうもろこしの粉やさつまいもの粉に熱湯を入れてこね、平たく形を整えたものを、いろいろの灰の中に入れて焼いたものです。昔、落居地区は傾斜地であまり米が取れず、雑穀が主だったので、「あんびん」は主食やおやつとして食べられていました。現在は、小麦、とうもろこしの粉、さつまいもの粉、よもぎを入れたものを使い、中に粒あんや白あんを入れて、蒸して作っています。

食材は地元や国産のものにこだわり、「あんびん」の他にもふっくらまんじゅう（小麦饅頭）、手巻きずし、豆餅、コロケ、赤飯、梅漬け、うどん、ほうとう、手作り味噌など、手作り・無添加のものを提供しています。加工施設や六郷朝市（JR身延線甲斐岩間駅前）、六郷つむぎの湯、中富農産物直売所などで販売を行いながら、地域の人たちとの交流を深めています。

地元小中学校での伝承

子どもに「あんびん」や「ほうとう」などの郷土食を伝えるため、地元の小中学校において郷土食作りの講師を務めています。そこでは郷土食の由来や作り方、昔の食の知恵や暮らしぶり、ふるさとの味を自らの料理作り体験を通して伝えています。甘くてやわらかいケーキなどに食べ慣れている子どもは、自分自身の手で作ることで、手作りの良さを実感し、今まで口にしたことのない味、舌触りに驚いています。学校での講習を始めた平成10年頃は、「あんびん」という名前を知らない子どもがほとんどでしたが、今ではほとんどの子どもが知っていて、食べたことがあるようになりました。また、父母を交えた講習を通して、若い主婦層にも「あんびん」が知られるようになり、今では家庭でも作られるようになってきました。



お問い合わせ **六郷特産品加工グループ** 西八代郡市川三郷町落居2368
Tel・Fax 0556-20-2525

「おやき」の復活と伝承

鳴沢村農協 加工部会 樹型の里

鳴沢村農協加工部会 樹型の里は、平成9年5月に部会の前身であるJA加工部として設立されたもので、当初は農村女性が漬物などの加工・販売を行っていました。その後、道の駅なるさわで販売する地元農産物を加工した付加価値の高い特産品の開発を検討するなかで、昔から食べられていた「おやき」を作ることになりました。

昔、おやきは米が十分に食べられない地方の平常食の一つでした。富士北麓地域の鳴沢村では、標高が高く、平坦地の少ないことから、多くの家庭でとうもろこしやそばなどの雑穀が栽培され、特にとうもろこしの粉を使った「おやき」が作られていました。「おやき」は夜作り、火を消したいろりの灰の中に入れておくと、朝までにこんがり焼き上がったので、主に朝食として食べられていました。



昔の「おやき」は具が入っていない皮だけのものでしたが、加工部会 樹型の里で加工・販売する「おやき」には、多くの方においしく食べてもらうため、具を入れることにしました。そこで、おやきで有名な長野県への研修や味の検討会を重ね、地元の食材を使った鳴沢村独自の「おやき」を開発しました。皮には小麦粉やよもぎを入れたものを使い、具には鳴沢村特産の鳴沢菜や村民の試食アンケートで人気の高かった切干大根、あんこ、かぼちゃを使いました。

また、「おやき」はふっくらとしたものではなく、薄く平らにして、昔のようにこんがり焼けて、焦げ目がつきやすいように工夫されています。

村を代表する味 おやき

「おやき」は、道の駅なるさわなどで販売されていて、鳴沢村を訪れる方に村を代表する味として広まっています。

また、地元の保育園の運動会や祖父母会、農業まつり、納涼まつり、県民の日のイベント、収穫祭、とうもろこしまつりなど、年間を通して様々なイベントで「おやき」を提供し、地元の方々にも広く知られるようになってきています。

活動は食べたものと農業のつながりを知り、地域の農業や食文化を理解するきっかけとなっています。



お問い合わせ 鳴沢村農協 加工部会 樹型の里 南都留郡鳴沢村8531-1

Tel・Fax 0555-85-2335

「せいだのたまじ」の復活と伝承

ふるさと長寿館

上野原市桐原地区では平坦地が少ない山あい畑があることから、昔からきび、麦などの雑穀、大豆などの豆類、じゃがいもなどの芋類が栽培され、昭和30年代前半までは自給自足の生活が行われていました。その当時の食生活の伝承が、桐原が長寿の里として知られる最大の要因と言われています。



そんな郷土料理の一つに「せいだのたまじ」があります。「せいだのたまじ」とは、小さな皮付きじゃがいもを味噌仕立てで長時間煮つ転がしたもので、食糧難の時代に小さなじゃがいもを無駄にしないようにという生活の知恵から生まれました。ユニークでかわいらしい「せいだのたまじ」というネーミングは、江戸時代1787年、天明の大飢饉の際に、九州から取り寄せたじゃがいもの種を、甲斐の名代官中井清太夫が桐原に取り寄せ、村民に栽培させ大飢饉から救ったことから、清太夫の名前をとったこと

に由来しています。桐原ではじゃがいものことを「せいだ」と言うようになりました。そして「たまじ」は小さな玉じゃがいものことで、「せいだのたまじ」という料理名になりました。

長寿食を伝承 ふるさと長寿館

長寿の里 桐原の中心に位置する「ふるさと長寿館」では、そんな「せいだのたまじ」を始めとする自然が育んだ滋養豊かな長寿食の提供やその体験コースを行っています。

料理は昔の家庭料理をコンセプトに、地域で取れた安心・安全な食材、新鮮な旬の野菜にこだわり、きび飯や刺身こんにゃく、切干大根、芋がらなどを提供しています。これらのふるさとを思い出させるおふくろの味、体にやさしく「ホッ」となごむ味が評判を呼び、利用者からの要望もあり、平成17年から体験コースを始めました。地元の女性達が講師となり、県内外からの団体やグループなどに「せいだのたまじ」を始め、特産品の「長寿むら桐原こんにゃく」、「長寿むら桐原みそ」、「酒饅頭作り」などを教えています。また、地元上野原市内の若いお母さん達にも好評で、素朴で伝統的な手法で作る郷土料理が若い世代に伝承されています。

「せいだのたまじ」の作り方

【材料】	・小さなじゃがいも	400g
	・油、味噌	大さじ1
	・砂糖	小さじ1~2
	・水	800cc

- ① 皮付きじゃがいもをよく洗います
- ② 鍋に油をいれて、じゃがいもを炒めます
- ③ 味噌、砂糖、水を入れて、水が無くなるまで煮ます
- ④ 煮きったら、全体に味が付くように、鍋を軽く振ってできあがり

！！強火で煮るのがポイントです！！

お問い合わせ ふるさと長寿館 上野原市桐原2347-1

Tel 0554-67-2910 Fax 0554-67-2186