

知って、伝えて、広めよう「やまなしの食」



「せいだのたまじ」
(上野原市)

小さなジャガイモをみそで甘辛く煮詰めたもの。江戸時代、飢饉の際に、代官の中井清太夫がジャガイモ栽培を広め窮地を乗り切ったことから、人々が感謝を込めてジャガイモを「せいだ」と呼ぶようになったのが名前の由来。



「ほうとう」
(県内全域)

「うまいもんだよ カボチャのほうとう」といわれ、誰もが知る山梨県の代表的な郷土食。武田信玄公が考案した陣中食であったという説もあるが、文献上は江戸時代以降に多く登場する。峡南地域では「のし入れ」「のし込み」とも呼ばれている。



「みみ」
(富士川町)

富士川町十谷の集落に伝えられてきた。小麦粉を練って薄く延ばして約3cmの正方形に切り、それを農作業で使う「箕」の形にして、野菜と一緒にみそ仕立ての汁で煮る。形が人の耳に似ていることから「みみ」と呼ばれるようになったという説もある。



「鳥もつ煮」
(甲府市)

鶏の砂肝、ハツ、レバーなどを甘辛く濃厚なしょうゆダレで照り煮したもの。甲府市内のそば店が考案し、広まっていた。「B-1グランプリ」でゴールドグランプリを獲得したことから、今では全国に認知される山梨の名物となった。

山梨の食の特徴としては、「ほうとう」に代表される粉食の文化が挙げられます。ほうとうは中国の「饅頭」を起源として、日本には奈良〜平安時代に伝わったといわれています。平安時代の貴族の日記や随筆などにもたびたび登場していて、当時は高貴な人たちが「ハレの日」に食べる特別な食べ物だったようです。また、今のようなみそ仕立てになったのは17〜18世紀ごろからで、それ以前は小豆の汁の中に入れて食べられていたようです。ほうとうに似た食



「やまなしの食」育み会議 座長
(南アルプス市ふるさと文化伝承館 館長)
中山 誠二 さん



歴史ある郷土食を継承する
素晴らしい山梨の食文化

本県には特色ある郷土食をはじめ、魅力的な食文化がありますが、若い世代の皆さんが郷土食に接する機会が減少しています。そこで県では、郷土食の魅力を改めて認識してもらい、次世代へ継承し、さらに地域の活性化や観光振興につなげていくため、さまざまな取り組みを行っています。



郷土食「吉田のうどん」の継承に情熱を注ぐ

— 県立ひばりが丘高校うどん部 —

授業で学んだホームページ作成の技術を生かし、地元の「吉田のうどん」のPRを始めたことがきっかけとなり誕生した、ひばりが丘高校「うどん部」。フリーペーパー「うどんなび」の発行、麺などの商品開発を手掛け、3年前からは実際に吉田のうどんを作るようになりました。店を開き、皆さんに自分たちのうどんを食べてもらいたいという生徒の熱意と、地元の食品スーパーの協力により、昨年からは、原則日曜日の営業という形でスーパーのフードコートにお店を構



県立ひばりが丘高校うどん部員と顧問の久保先生(後列右端)



男性が打ってきた吉田のうどんの伝統を守り、力強くうどんを打つ(右)
唐辛子を練り込んだ「辛麺」は赤い色も辛さも斬新。卵の黄身をのせたうどん「MAGMA(マグマ)」は富士山を連想させる、うどん部考案のオリジナルメニュー(下)



えています。麺、スープ、具材、すりだね(唐辛子などを使った薬味)も生徒たちがこだわって開発。そのおいしさは好評を得て、1日に80杯ほどを売り上げる盛況ぶりです。「うどん部の活動は、生徒の実践的な学びの場であると同時に、既存のうどん店をサポートして盛り上げながら吉田のうどんをPRし、後継者の育成につなげることなども目標としています」と顧問の久保先生。部長の今野翼さんは「子どもの頃から食べてきた郷土食、吉田のうどんを次の世代に引き継いでいけるように頑張りたい。有名な讃岐うどんを超えることを目指しています」と意気込みを語ってくれました。うどん部は、県から「食の伝承マイスター」にも認証され、その活躍にますます期待が高まっています。

べ物は山梨以外でも見受けられますが、山梨ほど郷土食として愛されているものはないと思います。これほどほうとうが山梨に根付いたのは、地形的に小麦などの畑作に適していたことや、江戸時代に水車が普及したことに起因します。水車という動力の登場により、それまで人力で粉をひいていたものが機械化されたことで、ほうとうが人々の間に広まっていきました。このような歴史のある食べ物を、郷土食として継承し続けてきたのは、本当に素晴らしいことなのです。

今回、県内の食に関する有識者でつくる『「やまなしの食」育み会議』で、県内の郷土食のうち、特に次世代に継承していくべきものを「やまなしの食」として選びました。近年、食育においても郷土食の重要性が再認識されています。若い人たちが自分たちの郷土に愛着を持って、身近にある食を見つめ直し、郷土の誇りとして伝えてほしいと願っています。



「小豆ほうとう」
(中北地域、峡南地域)

ほうとうは、古くは「ハレの日」の特別な食べ物で、小豆の汁の中に入れて食べられていた。現在の小豆ほうとうは、小豆を甘く煮立て、そこにほうとうを入れていて、お祭りなど地域の行事や祝い事の際に食べられている。



「やまなしの食」の魅力を再発見

山梨の食文化を次世代に継承し、地域の活性化や観光振興につなげることを目的に実施している「食による地域の魅力再発見事業」では、「やまなしの食」を知り、継ぎ・広めるため、さまざまな取り組みを行っています。



食文化の継承と「やまなしの食」の魅力発信

和食はユネスコの無形文化遺産に登録され世界的に注目を浴びています

が、最近では、核家族化や外食の増加などにより、若い世代の皆さんが郷土食に接する機会が減少しているのが実情です。このため、県では「食による地域の魅力再発見事業」を実施しています。具体的には、まず、本県の郷土食に関する実態を調査し、特徴的な食文化の掘り起こしを行いました。そして、山梨の郷土食で、特に次世代への継承に取り組んでいく167品目を「やまなしの食」に認定。そのうちの代表的な47



消費生活安全課 対木 啓介 副主幹

品目を「特選やまなしの食」に選定し、県ホームページで公表しています。

また、「やまなしの食」に関する優れた技術や知識の継承に取り組む個人や団体を「食の伝承マイスター」に認証しています。今後は、マイスターの皆さんを中心とした各地域における継承活動を通じて、地域活性化を目指していきます。さらに、郷土食について学び、家庭で作ってもらうため、「親子料理教室」を開催したり、「やまなしの食」への理解を深め、地域における継承活動につなげていくことを考えるシンポジウムを開催したりしています。

今年6月29日、30日には「第14回食育推進全国大会」が本県で開催されます。「やまなしの食」を全国にPRする絶好の機会であり、著名なゲストをお迎えして、多彩なイベントも繰り広げますので、ぜひお出掛けください。と思います。

「やまなしの食」を考えるシンポジウム

2月5日、県立文学館講堂で「やまなしの食」を考えるシンポジウムを開催しました。

平成30年度「食の伝承マイスター」の認証式では、地域に根差した郷土食の継承や普及を実践し、積極的なPR活動に取り組んでいる5団体が認証を受け、各団体の代表が、次世代に「やま



食の伝承マイスターに認証された5団体の代表者。左から「山梨県食生活改善推進員連絡協議会」「山梨県栄養士会」「甲府鳥もつ煮でみなさまの縁をとりもつ隊」「上野原せいだのたまじ本舗」「山梨県立ひばりが丘高等学校うどん部」



学校給食で郷土食をメニューに取り入れた事例を説明するパネリストの南部町立富河小学校栄養教諭 秋山美佐子さん

なしの食」を継承していこうとする熱意を語りました。続いて、山梨大学教育学部の時友裕紀子教授による「山梨県の郷土料理の継承」と題した基調講演と、「やまなしの食」を巡る歴史、今後の継承の在り方などをテーマとしたパネルディスカッションが行われました。パネリストからは「食べた物の記憶というのは、いつまでも残る」「学校給食で郷土食を取り入れたり、郷土食の調理実習を行ったりして、楽しく学習しながら食育につなげていく」「季節の食材を生かす地域の食には素晴らしい知恵が詰まっている」など、改めて郷土食を見直すきっかけとなる有意義な発言が多く

親子で作ろう郷土食 親子料理教室

親子料理教室は、「やまなしの食」の由来などを親子で学び、一緒に料理を楽しみながら郷土食に触れることで、家庭で作る機会を増やそうと開催しています。

2月3日に開催した料理教室のテーマは「手打ちほうとう VS 吉田のうどん」。講師は、NPO法人「あしたの食卓」の向山美和子さんです。

まず、山梨の歴史を研究している「山梨発見塾」のメンバーから、山梨では、昔、米を作るのが難しく、米が貴重だったため、ほうとうやうどんなど



「ほうとう」と「うどん」の麺打ちをする参加者と講師の向山さん(左から2人目)

の粉食の

文化が発達

したことなど

の説明を受け

ました。続いて、

向山さんが実演

をしながら、調理の

ポイントを分かりや

すく解説してくれました。その後、

参加者は実際に麺打ちをしたり、野

菜を切ったり、親子で協力しながら、

ほうとうと吉田のうどん作りに挑

戦。会場はにぎやかな雰囲気におま

れました。

お孫さんと参加したおじいさんは

「私が子どものころは、家庭で麺打

ちをしたものです。子どもたちには

郷土食を受け継いでいってもらいたい

と思います」と語ってくれました。県

外出身のお母さんは「山梨に引っ越

してきて、ほうとうをよく食べるよ

うになりました。これからは、子ど

もたちと一緒に麺から作ってみたい

と思います」と話してくれました。

楽しく学んで、作って、食べる体験

は、郷土食の魅力を実感できる良い

機会となったようです。



吉田のうどん(上)
手打ちほうとう(下)

第14回 食育推進全国大会inやまなし

食がつなぐ人と未来

～健康寿命日本一の富士の国やまなしから全国へ～

6月29日(土)・30日(日)

メイン会場: アイメッセ山梨(甲府市)

- 食育を学び体験ができる140以上のブース
- 食育に関する講演・シンポジウム
- 山梨の郷土食を味わえるコーナー など



大会マスコットの「ふじべろりん」です。みんなで遊びに来てね!



服部幸應さん
(6月29日 シンポジウム)



石田ひかりさん
(6月29日 講演会)



さかなクン
(6月30日 講演会)

サブ会場の甲府駅北口よっちゃばれ広場や県内各地でも、多彩な食のイベントを開催します。

※全ての会場は入場無料

食育推進全国大会 山梨 [検索](#)

出ました。参加者からも「料理だけでなく、地域の歴史も含めて継承していくべき」「外食産業でもっと郷土食を提供すれば、知名度を上げられるのではないか」といった意見が出されました。郷土食を守るだけでなく、古いものを生かしつつ新しいものを生み出していくことも必要であること、食には地域を元気にする力があることなど、シンポジウムは食について改めて考える場となりました。



大勢の参加者が「やまなしの食」への理解を深めた

山梨の新たなブランド食材の魅力発信



1



2



4



3

「やまなしジビエ&富士の介」の試食会で提供されたオリジナル料理

2 薫香をまとった鹿肉と鹿レバーのムース

1 富士の介とヤギのミルクのムースのルーロー ~ピーツ風味~

3 富士の介のミ・キュイとクネル ~モクスガニのビスクソース~

4 鹿のフィレ肉と鹿ロース肉のロースト 2種類のソースで



「やまなしジビエ&富士の介」と
県産ワインとのマリアージュ

山梨の恵まれた自然環境の中で育まれる食材は数多くあります。県では、認証制度により安全性を担保したシカ肉「やまなしジビエ」と、県が開発した新魚「富士の介」を、新たなブランド食材とし、その魅力の発信を進めています。



「やまなしジビエ」と「富士の介」のおいしさと、食材としての可能性を発信するために、メディア関係者や、首都圏のレストランシェフ、食品流通関係者を招いた試食会を都内で開催しました。ソムリエの田崎真也さんがプロデュースする、県産食材やワインが味わえるレストラン



やまなしジビエ認証マーク

山梨県認証制度によるシカ肉「やまなしジビエ」

ニホンジカの生息数が増大する中で、捕獲したニホンジカを天然資源と捉え、食肉として活用するために、県では「やまなしジビエ認証会議」を設置し、安全・安心を担保する仕組みとして、平成29年度に「やまなしジビエ認証制度」を創設。厳正な審査を経て、現在県内4カ所の施設で処理されたシカ肉が認証されている。適正に処理されたシカ肉とその加工品には認証マークの使用が許可される。



【問い合わせ先】 畜産課 TEL 055-223-1605 FAX 055-223-1609

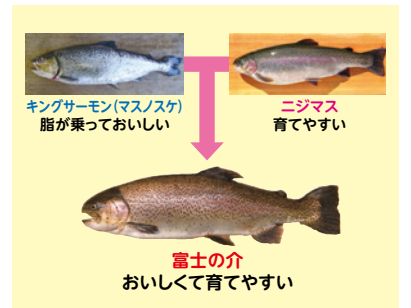
やまなしジビエ

検索



やまなしの新たなブランド魚「富士の介」

水資源に恵まれた山梨は、淡水魚の養殖に適しているため、ニジマスは全国3位、その他のマス類は全国2位の生産量を誇っている。今回、県水産技術センターが新たに開発した「富士の介」は、希少で食材として評価が高いキングサーモンと養殖に適した性質を持つニジマスを交配した新魚で、2020年ごろの流通開始が予定されている。「富士の介」の名称は、日本最高峰の富士山とキングサーモンの和名「マスノスケ」を重ね、山梨県を代表する魚に育ててほしいとの期待を込めて命名された。



【問い合わせ先】 花き農水産課 TEL 055-223-1614 FAX 055-223-1609

富士の介

検索



レストラン「Y-wine」(わいわい)
 東京都中央区日本橋2-3-4 日本橋プラザビル2F
 TEL 03-3527-9185
 営業時間 ランチ 月～金/11:30～14:30
 デイナー 月～金/17:30～22:00
 定休日 土曜日・日曜日・祝日

「Y-wine」(東京・日本橋)を会場に、やまなしジビエと富士の介の特徴を生かした料理と、各料理に合わせた県産ワインを提供。新しいブランド食材の誕生の背景や、食材とワインのマリアージュを紹介しました。

田崎さんからは「シカ肉は処理の仕方次第で変わるが、やまなしジビエのシカ肉は適切に処理されているので臭みがなく、非常に上質で、きれいな赤身」「シカは骨などから素晴らしいスープもとれる」「富士の介は、キングサーモンより少なめの適度な脂と、ニジマスの良さである緻密で繊細な味わいがちょうど良いバランス」といった解説がありました。料理とワインを堪能した参加者からは「ジビエという食材に魅力を感じた。お客さまにぜひ提供してみたい」「富士の介は脂の乗り具合や舌触りが良く、色合いも鮮やかなので、山梨のブランド食材として将来性があると感じる」「真空パックにすればギフトとしての展開も期待できる」など、高い評価を得ました。