

葛尾村の秋 みいつけた！



うちさきたら
いいばい。

葛尾村の秋 みいつけた！

2017年10月発行

【発行者】一般社団法人 葛力創造舎

【企画】福島県の高校生による葛尾村ツアー造成チーム

【メンバー】

河野菜 土居明音 遠藤瞭 小出麗香 三橋美紀

下枝浩徳 秋元菜々美 菊地実咲

【デザイン】小笠原香織



【お問い合わせ】

一般社団法人 葛力創造舎

本部：福島県双葉郡葛尾村大字落合字夏湯134

郡山事務所：福島県郡山市富久山町八山田前林10-4 光商事ビル

TEL:0240-23-6820 <http://katsuryoku-s.com/>

●本冊子でご紹介した方々へコンタクトご希望の際は、葛力創造舎までご連絡ください。





「結」を通して知る葛尾村の人々

編集長 秋元 菜々美



葛尾村は、福島県浜通りにある山村です。山々に囲まれ、田んぼが広がり、今はちょうど金色に輝く稲穂が徐々に刈られています。村中の山が紅葉しはじめ、とても綺麗な景色が望めます。

その豊かな自然を生かしたこの村の主な産業は農林業でした。植え付けや収穫のときなど、人手が足りなかったり、困ったことがあった時に、お互いに助け合う事を日本では昔から「結」と呼んでいました。葛尾村の冬は厳しく、このお互いに助け合う「結」の文化が根付いてきました。

機械の発達、普及に伴い全国的に「結」が無くなっていきましたが、葛尾村にはこの文化が今も残っています。例えば、煮物を作りすぎたからあげる、お返しに作物を作りすぎたからあげるといった生活するため以外での助け合いです。葛尾村の人々は「結」の本質を、「おいしかったよ、ありがとう」「や」「もらってうれしい」などお返し行為の内側に込められた「ありがとう」と

いう気持ちの連鎖として、形を変えて現在も結が行われています。

この「ありがとう」の連鎖を私はとても豊かだなと感じています。明治以前に使われていた、しあわせという文字は「仕て合わせる」と書いて仕合せと書いていました。これは昔から集団で生活を営んできた、人間的しあわせの根源なのではないでしょうか。

今は東日本大震災に伴う避難によって住民同士が離ればなれになり、若者も戻らない状況ですが、そんな中だからこそこの村に住んでいる人も訪れる人も皆が仕合せを感じられる機会としてここ葛尾村に訪れてみませんか？

このパンフレットは、葛尾村の家々に伝わる風土を活かした季節の郷土料理を通じて、村の人たちの「結」を感じていただきたいと思いい、県内の高校生たちと作成しました。これを機にみなさんとも離れていても「結」のある関係性を築いていけたらなによいです。





お母さん達の愛情たっぷり
自家製梅しそとゆかりのおにぎり



【つくりかた】

【材料】
米…炊きたてだと一層おいしい
青シソ…塩漬けにしておく
自家製梅干し
ゆかり



1. お米を人数分炊く
2. ご飯が炊けたら半分に分ける
3. 半分にはゆかりを握る直前にいれ、混ぜて握る
4. 半分には握ってから梅を入れ、シソで包む



葛尾の
伝統行事 稲刈り



葛尾村では9月後半から11月まで稲刈りが行われます。刈られた稲はぶら下げて乾燥させ、その後脱穀が行われます。日本では、第二次世界大戦後久しく、鎌を用いた手作業で稲刈りが行われ、大人数で作業する必要がありました。乾燥のさせる方法もハセ掛けや杭掛けなど、いくつかあり、乾燥具合で米の甘味などが変わるそうです。機械化が進み1940年代にコンバインが初めて登場しました。稲刈りから脱穀までの作業を一貫して行えるのがコンバインの特徴です。そこから村で共同作業をすることは少なくなりましたが、農業の負担はとも減り、大量生産が可能になりました。



実りの秋です。新米、そばの実、きのこ、大葉など多くの収穫作業があり、それをご近所さんや親戚と結んで作業していきます。お母さん方はその間に料理をふるまう準備をしていました。

今年は県内外の若い人が集まり、村の先輩方と一緒に昔ながらの手刈りで稲刈りをしました。参加者の多くは、手で稲を刈ったり、結んだりするのは初めてでしたが、皆さんの緑に囲まれて、泥だらけになりながら夢中で作業

をしていました。終わった後の達成感は格別で、作業の間の休憩で頂いた梨や、作業後に頂いたおにぎりや豚汁はいつもよりもずっとおいしく、食べることにありがたみを感じることが出来ました。

今回15反の田んぼを70人でやるだけでも大変でしたが、昔はこの半分以上の人数で結で毎日様々な作業をしてきたそうです。



作りすぎたお煮しめは
おすそ分け
してたっけねえ



【つくりかた】

【材料】

昆布 …… 結ぶ	さといも …… 半月切り
たけのこ …… いちょう切り	ごぼう …… まわし切り
にんじん …… まわし切り(乱切り)	大根 …… 半月切り
しいたけ …… 石づきを切る	いんげん …… 長いまま
さつま揚げ …… さんかく	

【調味料】

●煮干しだし ●①砂糖 ●②醤油 ●③みりん ●④さけ

1. 上記の材料をそれぞれの切り方で用意する。
2. 煮干しだしをいれ、にんじん、ごぼう、大根を入れる。調味料を番号順に入れ、味を整える。
3. 里芋を別に茹でてぬめりを取り、鍋に加える。
4. にんじん、ごぼう、大根が軟らかくなってきたら、灰汁を取る。
5. たけのこ、さつま揚げを入れる。
6. しいたけを隙間に詰め、昆布、いんげんを加える。
7. 鍋をふらして具材をひっくり返しながらかき混ぜ、灰汁が染みわたるまで煮る。灰汁が出たらその都度取る。
8. 盛り付けし、完成。



神無月
October



鍋いっばいのお煮しめ



収穫作業がだんだんと終わりを迎え、ひと段落すると秋のたくさん恵みへの感謝をする感謝祭(11月3日)や冬に備えて無病息災を願う三匹獅子舞(10月第2土曜日)などが行われます。

旬の食材を惜しみなく使ったお煮しめは、御祝い事のときも、不幸があったときも、人が集まるときに、おもてなしには必ず出る料理です。普段は家庭にないさつま揚げなどの高級食材や、季節によっては凍み豆腐などを加えてごちそうとして振る

舞います。御祝いの時や神様にあげるときさつま揚げは角が立たないように四角形に。昆布は結びます。不幸のときにさつま揚げは三角に切り、昆布は入れないそうです。じっくり煮込み、味が染みじやがいもやごぼう、にんじんなどからお母さんたちが手間暇をかけた愛情を感じます。使う食材も味も家庭によって違いはありますが、食べる時誰しも不思議と懐かしい気持ちになる、そんないろんな人にとって思い出が詰まった料理です。



葛尾の 伝統行事 三匹獅子舞

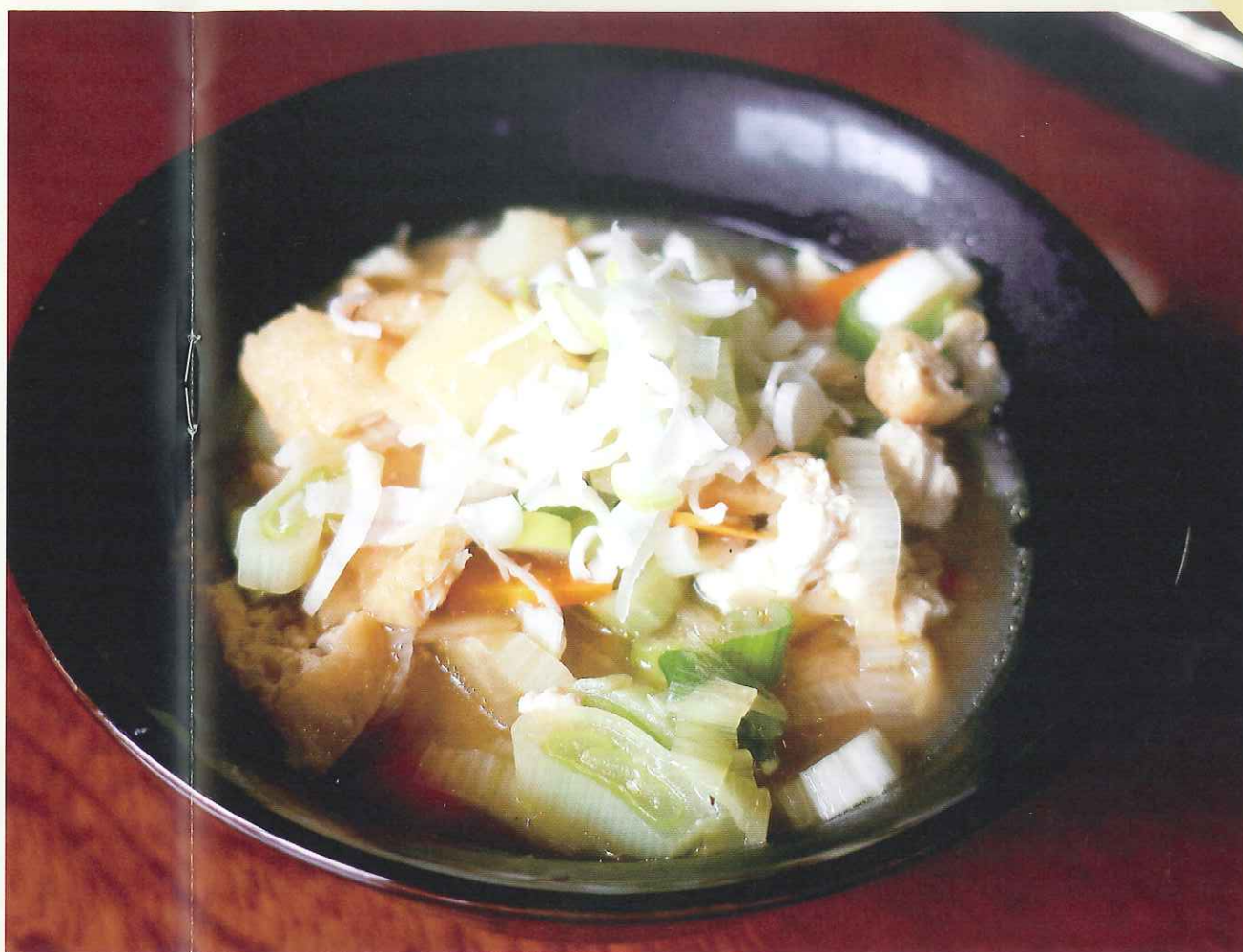


江戸の元禄時代から葛尾大尽と呼ばれた松本藩九郎が廃れていった獅子舞を再び盛んにさせたことから始まったといわれています。

祭りは三匹獅子の奉納により、氏子の安全や流行病が去ることを祈るものです。

奉納を怠ると、病気や思わぬ不幸が訪れるかもしれない、昔の人の言葉を信じ続けています。今年葛尾村ではこの三匹獅子舞を村で復活しました。多くの人が訪れ、踊りや奉納の様子を見守っていました。





トキさん家の
けんちんうどん

【つくりかた】

【材料】

じゃがいも…… 四つ切
にんじん…… いちょう切り
ごぼう…… ささがき
大根…… いちょう切り
長ねぎ…… 輪切り、半月状にして千切り
油揚げ…… コマ切り
鶏肉…… 脂身を取り、コマ切り
乾麺

【調味料】

●煮干だし ●①砂糖 ●②醤油 ●③味噌
●④みりん ●⑤さけ

1. 上記の材料をそれぞれの切り方で用意する。
2. 煮干しでだしを取り、ネギ以外の切った材料を入れていく。
3. 砂糖、しょうゆ、味噌、みりん、酒の順で入れ、良い塩梅で味を整えて、煮つめていく。
4. 乾麺を茹で、茹で上がった水でしめて一杯分ずつ丸める。
5. 輪切りのねぎを入れ、豆腐をつぶし入れる。
6. 椀に一杯分に分けた麺を入れ、具と汁を均等に分ける。千切りのねぎをのせて完成!

作り方のポイント!

- ①人参をいちょう切りするときには、先端に近づき細くなってきたら、右の写のように縦に切り込みを入れましょう! (すると大きさが均等になるよ。)
- ②太いごぼうは等間隔に切り込みを入れ、笹がきすると細く切れるよ!
- ③葛尾のけんちんの豆腐は手でつぶして入れるのが特徴!
- ④醤油は醤油さしに入れて使う事で塩分カット!

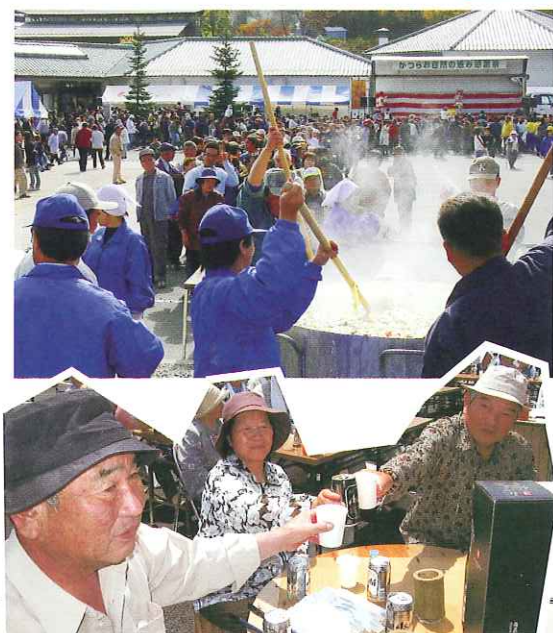


葛尾の 伝統行事 かつらお感謝祭



感謝祭は平成8年のふたばワールドで行われ、その時とても盛り上がったことから平成9年に初めて「葛尾村感謝祭」として始まりました。自然の恵みを味わえるキノコや根菜類などをたっぷり使って、手作りの味噌で仕上げるけんちん汁が名物でした。2000人分の大鍋はイベントの目玉で多くの人が訪れていました。そして震災後初めて平成29年11月3日に中学生の提案によって感謝祭が復活します。

村のだけでなく、多くの住民や周辺地域の住民が集まる場所です。



11月の初めごろ、葛尾村は朱や黄色に染まり始め、紅葉が綺麗な時期を迎えます。紅葉と夕日のコントラストはまさに絶景! 日の角度によって紅葉はまた違う表情を見せてくれます。

紅葉のスポットは葛尾大尽や溪流沿いの道などがありますが、一番よく知っているのは住民の皆さんなのでぜひ葛尾村を訪れて、聞いてみてください。

紅葉を見た後は、冷えた体をせせらぎ荘のお風呂で

芯から温まります。また、体が温まる根菜の料理として旬のものを使ったけんちんうどんやけんちん汁を食べるのもよいですね。根菜が煮えた後に豆腐を潰し入れるのが葛尾風。四角に切ったものは豚汁に用いられるようです。

今回はみそを入れた優しい味のけんちんうどんです。具だくさんで栄養たっぷり。葛尾村の肥沃な土地で育った素材そのものの味が感じられます。



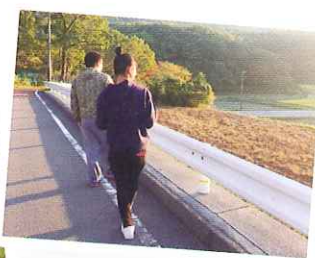
03 トキさんちのお昼にお呼ばれ。

葛尾村の魅力は何といってもヒト!大皿料理をみんなでつつき、家族の雰囲気癒されます。



04 景色も見たり、自然に触れたり。ゆったり過ごしてたら、日が暮れてきた。

葛尾村には、いくつものビュースポットがあります。静かな空間で、二人だけの時間をお過ごしください。星空もおすすめです☆



もう日が暮れちゃうね。。。まだ一緒にいたいな。

デートをいっぱい楽しんだら、みんなと合流。星空の下で焚き火しよう!

かつらおデートするふたり



たまちゃん & かわちゃん

かつらおでデートしよ。

Holiday Date in Katsurao

葛尾村での1日デートプランを、この冊子の制作チームのメンバーのカップルが実際に体験してきました!

Start!

01 溪谷を歩く。

葛尾村には、高瀬川と葛尾川の二つの川が流れています。それぞれの溪流沿いの森林は四季を通して楽しめます。春の桜、夏の新緑、秋の紅葉、冬の雪をお楽しみください。



あっ、葉っぱが落ちてくる!もう秋だね!

02 摩崖仏と馬頭観音に触れる。

村民にもあまり知られていないパワースポット。摩崖仏は大岩に七体の仏が刻まれており神聖な雰囲気が漂います。



わー 大きい石! なにか書いてあるのかな?



りょう&たまちゃん&シモが行く 村の暮らし方

村の暮らしには繊細な手仕事と同じくらい、力仕事も大切！男子3人は体を張って村の暮らしを体験しました！



シモ & りょう & たまちゃん

【今日の目標】
村の暮らしで昔から重要だった仕事と、地元の味を楽しむこと！

01 地元の人に薪割りの極意を教わる。

昔から、囲炉裏や外での煮炊きには欠かせなかった薪割りの仕事。地元の薪割り名人から薪割りの極意を手取り足取り教わります。

最初はチェーンソーで薪の長さに切るんだよ。ケガしないように気をつけて！



おお！
気持ちいいー！

バカーン！

02 石井食堂で胃袋も鍛える！

県内のデカ盛り好きにその名を轟かせる石井食堂。薪割りでお腹をペコペコにした3人は果たして…！

チャーシュー麺、石井食堂の名物・チャーハン、そしてカツカレー!!とんでもないボリュームだ…！



うまい、うまいけど、お腹が…

そして…



3人とも
見事完食！

※残ったお持ち帰りできるのでご安心ください。

ななみ&どいちゃんが行く 花嫁修行

昔ながらの風習が花嫁修行にぴったりと気づいた女子ふたり。葛尾のお母さんから教えを授かってきました！



どいちゃん & ななみ

【今日の目標】
女性のたしなみだったお針仕事と行事の日のごはんづくりを村のおかあさんに教わること！

01



トキさん家でパッチワークも習う。

まずはお針仕事を習います。昔は雑巾から普段の着物まで、お嫁さんが縫うのが習わでした。松本トキさんに教わって、今回はコースターづくり！



こうして
おしやべり
しながらの
針仕事してたの

トキさんがつくった
しみちゃんの
パッチワーク作品！



コースター完成♪

02

季節も味わえる郷土料理も習う。

実りの季節を楽しむ行事に欠かせない料理も、近所のおかあさんたちが集まって大皿料理を作っていました。トキさんに教わりながら、秋の料理をたっぷり作ります。



トキさんにねえさん被りを
してもらって、
格好もばっちり♪



🎀 最後はみんなで焚き火！

制作チームみんなで神社にお参りしたら、割ってきた薪を組んで、夕日から星空に変わる様子を眺めながら焚き火をします。



みんなが今日葛尾村で出会った人、体験したことをみんなで語り合いながら1日が終わりました。



取材と一緒に葛尾村を巡った制作チームのみんなで撮った思い出の1枚。素敵な体験になりました！

むらあるき情報

●人口 [平成29年10月1日現在]

総人口 1,463人

帰村人口 169人

●面積 84.37 km²

●歳時記

- 5月4日 妙見山神社祭礼*
- 5月20日過ぎの日曜 五十人山山開き*
- 6月第1日曜 日山(天王山)山開き*
- 8月13日~15日 盆踊り
- 9月第3土・日曜 八幡神社の獅子舞*
- 10月第2土・日曜 三匹獅子舞
- 10月第4日曜 宝財おどり*
- 11月3日 かつらお感謝祭
(※は震災により中断中)

●役立つお店

食事処

- ① 石井食堂 [中華料理、ラーメン]
住所: 福島県双葉郡葛尾村大字落合字西ノ内町9
電話番号: 0240-29-2030
営業時間: 11:00~18:30 定休日: 日曜日
- ② 嵐が丘 [カフェ]
住所: 福島県双葉郡葛尾村大字野川字中島234-2
電話番号: 0240-25-8922
営業時間: 11:30~17:00 定休日: 日曜日・月曜日・火曜日

宿泊

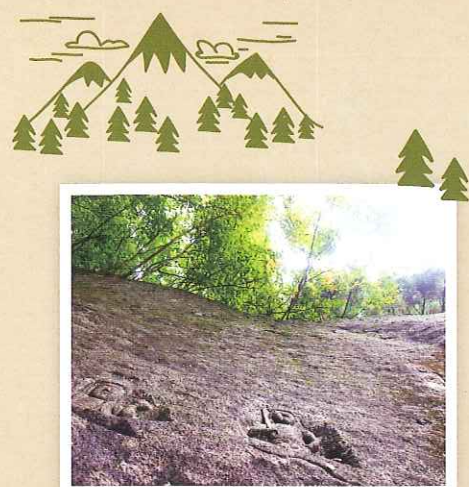
- ③ せせらぎ荘
住所: 福島県双葉郡葛尾村大字落合字菅ノ又6番地5
電話番号: 0240-37-4800 営業時間: 10:00~20:00
定休日: 火曜日 入浴料: 300円
宿泊料: 大人1人3000円(素泊りのみ)(村外の方は2週間前から予約可)
※営業時間、料金は変更の可能性があるため事前にご確認ください。

商店

- ④ マルイチ商店
住所: 福島県双葉郡葛尾村大字落合字菅ノ又37
電話番号: 0240-29-2009
営業時間: 09:00~18:00 定休日: 不定休
- ⑤ ヤマサ商店
住所: 福島県 双葉郡葛尾村大字落合字西ノ内18
電話番号: 0240-29-2021
営業時間: 07:00~18:30 定休日: 日曜日

おみやげ

- ⑥ おふくろフーズ
住所: 福島県双葉郡葛尾村大字野川字湯ノ平41
電話番号: 0240-29-2154
営業時間・定休日: お問い合わせください
販売品: 生もち、東み餅(数量限定)



かわちゃんのお気に入りスポット
絶景ビューポイント



これはデートの最後の写真をとった場所でもあり、あの映画のワンシーンのような写真が撮れる場所で、ここから四季折々の葛尾村の景色が望める場所だと思います!なので、私はこの場所が好きです!

どいちゃんのお気に入りスポット
稲刈りした田んぼ



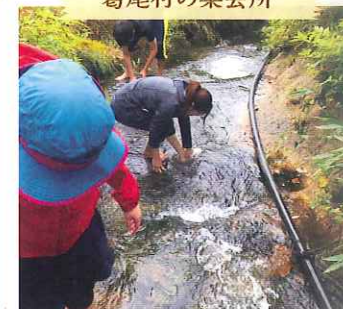
初めての稲刈りで、初めて出会った人達と協力しながら成し遂げられたことは、大きな思い出になりました!そんな、私にとっての葛尾村第一歩の場所です!!

葛尾村

むらあるき 結マップ

どんなマップかの説明文を考えてみましょう!文章はダミー。文章はダミー。文章はダミー。

りょうのお気に入りスポット
葛尾村の集会所



地元の人々がたくさん集まって交流できる場所です。田んぼと小川が近くにあるので子供も自然の中で遊ぶことができます。少し高い位置にあるので夜は綺麗な星空が見えます。

ななみのお気に入りスポット
葛尾大尽



初めて行ったとき、思わず走り出して奥へ奥へ入って行きました。初めて来たのに懐かしく感じ、なんだかワクワクします。これは訪れないと味わえない感覚かも...?四季折々様々な表情の変化を見せてくれる場所です!

ご注意!

- 葛尾村では一部携帯がつかないポイントがあります。
- freeWifiポイントはありません。
- 公衆トイレは役場近く丸幸商店ガソリンスタンドとりにあります。
[住所: 福島県双葉郡葛尾村落合落合156]

▶P9 磨崖仏
葛尾村大尽屋敷跡

▶P7
三匹獅子舞

▶P12
薪割りをした場所

▶P7-8,11
松本トキさんの家

嵐が丘②

おふくろフーズ⑥

せせらぎ荘③

ヤマサ商店⑤

▶P10
絶景ビューポイント

● 稲刈りした田んぼ
▶P1-4、裏表紙

▶P9
馬頭観音

▶P9
散歩した溪谷

▶P11-12
焚き火ポイント



各地からのアクセス方法



浦和	東北・磐越自動車道	船引三春I.C	R288	30分	都路町	R399	10分	葛尾村
仙台	R6	富岡町	R36	30分	R399	30分		

お車のご利用が便利です。レンタカー利用、免許のない方はご相談ください。