

移住者の声・市民の声

最近1児のパパになりました！お客様担当の川原強さん / 須坂市地域おこし協力隊 早川航紀の『須坂温泉の愉快的仲間たち』vol.2

明けましておめでとうございます。地域おこし協力隊の早川航紀（はやかわこうき）です。

須坂市に移住して早5カ月が経ち、須坂の地にて2019年を迎えました。

今回から私の地域おこし活動の拠点でもある須坂温泉古城荘を舞台に魅力ある様々な方々を紹介していきます。

第1弾は社員の川原強さん24歳。主にお客様対応を担当しています。

好きな食べ物はステーキ。趣味はスニーカーのコレクション。最近1児のパパになりました。



●須坂温泉に勤めるようになったキッカケを教えてください

「20歳の時、当時働いていた居酒屋に須坂温泉古城荘の樺澤支配人がお客様として来たのが始まりです。その時は話が盛り上がり、「面白いヤツ」認定されました。それから月日経ち22歳の時、久しぶりにお店に来た樺澤支配人と再会し、またそこで話が盛り上がり、遂にはスカウトされました。私もこの人と仕事がしたい！と思いついていくことにしました。そんなご縁で須坂温泉に勤めるようになり、早いもので現在社員として2年目を迎えております。日帰り温泉を利用いただいている常連さんにも沢山の顔見知りができまし

た！」



●最近お子さんが生まれたと聞きました、信州での子育てについて教えてください

「第1子なので毎日がとても刺激的で新鮮です。今までとは勝手が違い、お出かけのときには子どもの準備やお世話でワンテンポ遅れてしまうので予定通りにいかないのが中々慣れず大変です。最近表情が出始めて遊んであげると笑って喜びます。子どもの笑顔で1日の疲れが癒されます。観光業なので夜帰りが遅くなってしまふときはその笑顔が見られずパパとしては寂しいこともあります。家族の為にもこれまで以上に仕事も頑張ります！信州は広々とした公園が多いので春暖かくなったら親子3人で散歩するのが今から楽しみです」

●最近須坂温泉で起こった心に残る出来事

「先日ご家族でいらした方々におばあちゃんの誕生日のお祝いにと当館をご利用いただきました。当日はお部屋の電気を消してローソクをつけたケーキをサプライズで出して、おばあちゃんに喜んでもらいたいと事前に幹事さんと打合せを重ねました。その甲斐もあり、サプライズは大成功！お客様の特別な日を一緒になって共有できるのはこの仕事ならではのやりがいです。幸せを分けてもらっています」



●須坂温泉の魅力をPR、今後の意気込み

「源泉100%の須坂温泉はお湯の質が本当に良いと思います。旅館業務となると重いイスや机を運ぶこと、階段の登り降りなども行うので、忙しい日は筋肉痛になるほどです。そんな時は須坂温泉の湯につかるのですが、ゆっくり入っていると疲労が溶け出していく感

じがあり、不思議と翌日には体が軽くなっている気がします。あくまで私個人の感想にはなりますが、須坂温泉には体の中から疲労を流し出してくれる効果があるのかもしれない（笑）」

「現在、須坂温泉では日帰り入浴に来ていただいたお客様向けにランチのサービスを提供しておりますが、2019年春頃には須坂温泉古城荘の厨房増設の工事が終わり、ランチ内容や休憩場所が大幅にリニューアルする予定です。お客様には今まで以上に須坂温泉を満喫していただけるようなイベントやサービスを考えております。沢山の皆様のお越しをお待ちしております」



須坂温泉古城荘 公式ホームページ
<https://kojousou.co.jp/>

(須坂市地域おこし協力隊 早川航紀)

超人気焼肉店の2代目は今後の須坂発展のキーマン / 須坂市地域おこし協力隊 宮島麻悠子の『須坂おもしろ人物記』vol.2

インタビュー第1号は、須坂の人気店「焼肉居酒屋 みのり」のご主人「小林義則さん」です。



宮島：生い立ちを簡単に教えてください。

小林さん：須坂市内で飲食店を営む両親の間に3人兄弟の末っ子として生まれました。子どもの頃から習っていたスイミングを仕事にするべく、高校卒業後は神奈川県で専門学校でインストラクターの勉強をしていました。2年生の夏に須坂市内のスイミングスクールで実習に行ったらそのまま内定をもらってしまい、24か25歳頃まで働いていました。

宮島：スイミングインストラクターの仕事は楽しかったですか？

小林さん：楽しかったですね。ただ、子どもを相手に教えるのは楽だけど、大人に教えるのは大変と言っていた同僚もいました。大人は疲れたらもう嫌だって言いますからね。45分のレッスン時間のうち、15分泳いで残り30分はずっとしゃべってる、みたいなのもザラ（笑）話すのが得意でない人には確かに辛かったかもしれないですね

宮島：大人はワガママですね（笑）小林さんは大人に教えるのは辛くなかったですか？

小林さん：そんなに苦に感じたことは無いですね。子どものころからお店にいることが多く、大人のお客さんと話すことに慣れていたのでからかもしれません。実情は、兄・姉にいじめられて店に逃げていたんですけどね（笑）

宮島：もともとお店を継ごうと考えていたんですか？

小林さん：全く考えていませんでした。兄・姉が調理師専門学校に進んでいたのも、どちらかが継ぐだろうと思っていましたし。スイミングのインストラクターは早番・遅番の間はけっこう時間が空くので、この店でバイトはしていましたが。でも結局兄も姉も店を継ぐことは無く、バイトをしているうちに、自分が継ぐことになっていました（笑）



宮島：そうなんですね！ではここからはお店のメニューについてお聞きしたいと思います。みのりの看板メニューといえば「みのり焼」ですが、特にこだわっている点は何ですか？

小林さん：鮮度ですね。小布施町と中野市の間にある食肉加工場から新鮮な豚ホルモンを仕入れています。普通は茹でてから焼くのですが、それだと臭味は取れやすいものの旨味も逃げてしまうので、うちでは茹でずに焼いています。新鮮だから臭味が気になりにくいんです。



<焼ける音と香りも食欲をそそる！旨味たっぷり「みのり焼」>



<信州名物「馬刺し」と自家製醤油豆を使用した「長芋の醤油豆和え」>

宮島：小林さんは景観づくりの会の会長もされています。どんな会でしょうか？

小林さん：須坂には蔵造りなど伝統的な建物が多く残る魅力的な通りがたくさんあるので、景観を守り整備することで観光客を呼び込むことを目的に「須坂黒壁プロジェクト」を行っています。具体的には、クラシック美術館から信州医療センター東の交差点を通り、劇場通りを横切り、ふれあい館しらふじまでの小路沿いの建物の所有者に会って同意をもらい、黒板壁を取付けて通りの景観の統一を図っています。
須坂の町歩きでメジャーなのはクラシック美術館から銀座通りを抜け、中町の交差点を曲がってふれあい館しらふじまで歩くコースだけれど、散歩って来た道を折返すよりぐるっと回って元に戻る方が自然でしょ（笑）だから周遊できるコースを整備したら町歩きが楽しくなりそうだなと思って。



宮島：須坂の魅力は？

小林さん：魅力は、人が温かいこと。生糸産業で繁栄した後衰退を経験しているからか、親身になって人の話を聞いてくれる方が多いように思います。あと、もし一日何もしなくていい日があったら市内をぶらぶら巡って、まだ知らない場所やお店を発見したいですね。まだ埋もれている魅力がたくさんありそうでワクワクします。

宮島：須坂のおすすめスポットを教えてください。

小林さん：臥竜公園は好きでよく行きます。自然が豊かで四季を感じられるのが良いですね。

宮島：では、最後に須坂で一番おもしろいと思う人を紹介してください

小林さん：豊田種苗店の豊田誠さん。同年代ということもあり、よく一緒にイベントをやったりしています。

ありがとうございました！

というわけで次回のインタビューは豊田種苗店の豊田誠さんに決定しました。

お楽しみに！！

(須坂市地域おこし協力隊 宮島麻悠子)

No82 大変だったことは忘れちゃった / 須坂市地域おこし協力隊 成田あゆみの『豊洲フルーツハリウッド農ガール物語』 vol.5

こんにちは。2017年6月から須坂市豊洲地区で活動している地域おこし協力隊の成田あゆみです。

私が活動している豊洲地区は長野県でも有数の果樹地帯です。

そこで、豊洲地区に嫁ぎ農家となって活躍する魅力的な女性を紹介します。

今回は豊洲地区に住んでいるSさん（匿名希望:写真はご主人）にお話を聞きました。



●移住のきっかけは？

Sさんは長野県大岡村の出身です。現在は合併により長野市となっていますが、当時Sさんが暮らしていたのは山間の限界集落だったそうです。進学で県外に一度出ましたが、就職は長野県内を希望しており、軽井沢の福祉施設で働くことが決まっていたそうです。ところが卒業が間近になったある日、突然職場変更の連絡があり、急なことに連絡を受けてから1週間後に須坂市で働くことになったそうです。Sさんはそれまで須坂市のことも、ましてやどこにあるのかも知らなかったそうです。しかし突然のことに戸惑いながらも、周囲の助けを借りてどうにか移住できたそうです。その後、須坂市で観光農園の跡継ぎだったご主人と出会い、結婚して豊洲地区に来ることになったのです。



●嫁いだところは観光農園

観光農園というのは、お客さんに農園まで足を運んでいただいて、りんご狩りやぶどう狩りを楽しんでいただき、売店でお土産にぶどうやりんごを買っていただくところです。Sさんは結婚した当初、この観光農園の仕組みがよくわかりませんでした。そもそもぶどうやりんごの木を見たことがなく、果物だけで生活が成り立っていることにとっても驚いたそうです。そしてぶどうやりんごの木に実がなるまでにとっても手間暇がかかることにも驚き、農作業だけではなく接客をすることにも驚きや戸惑いの連続だったそうです。接客に関してはまるで経験がなかったのですが、とりあえずやってみてと言われ店先に立ったものの、お客さんが見えると逃げたしくなりました。それでも数をこなしていくうちに売店での接客がだんだんと楽しくなっていく、今では農作業と売店での接客の両方ある方が生活にメリハリがあって楽しいそうです。



●観光農園って？

観光農園は8月のお盆のころからりんごの収穫が終わる12月中旬まで営業しています。Sさんの観光農園ではお客さんの要望に応えるため、ぶどう20種、りんご6～7種を育てているようですが、どれが一番大変かというとダントツでりんごの「ふじ」だそうです。「蜜が入っている」「キズがない」「色がよい」といった選果が大変で、色をよくするためには邪魔な葉を取ったり、傷のあるものを間引いたりします。これはどのりんご農家さんでも言えることですが観光農園でも例外はなく、手間のかかるものだそうです。一般的な農家であれば、収穫・出荷を済ませれば一息つくことができます。しかし観光農園はそうはいきません。りんごやぶどうの世話をしながら売店を開き、接客が始まるのです。須坂市内の観光農園では昔からぶどう棚の下で卓球を楽しめるという一風変わったサービスがあり、これの準備のために下草を刈ったり大忙しだそうです。それでも「お客様のために」をモットーに自分も楽しみながら頑張っているそうです。



●最後に

「これまでで大変だったことは何ですか？」とお聞きしたところ、少し考えて「大変だったことは忘れちゃった」とおっしゃいました。思い返せばあれもこれもと浮かんでくるものはあるけれど、あやふやで思い出せない。なんとなく大変だったかなと思うくらい。それよりもお客さんの笑顔とかリピーターになっていただいたことといった喜びの記憶のほうが多いとのこと。「ああ、なんか大変だったなあ、でも楽しかった」と振り返ります。これからも楽しく、農業と売店での対面販売でメリハリのある生活を続けていきたいそうです。



お話はここまでとなります。今回はこれまでの農家さんとは少し違う観光農園のSさんを紹介させていただきました。

皆さんもシーズンが来ましたら、ぜひ豊洲地区の観光農園へ遊びに来てください。

(須坂市地域おこし協力隊 成田あゆみ)

No83 峰の原高原の冬 その2 / 須坂市地域おこし協力隊 古川広野の『ただいま！峰の原高原』Vol.5

こんにちは。長野県須坂市峰の原高原地域おこし協力隊の古川です。
この記事では、私の活動を通して峰の原高原の魅力を皆さんに伝えていきたいと思えます。

今回はまたまた冬の峰の原高原についてです。
前回あまりお伝え出来なかった峰の原高原の冬の実際の様子を紹介していきます！

●冬の根子岳

まずはこちらから。



これは、先日根子岳の頂上に行ったときに撮ったものです。中央あたり、右の方からみえている白い山脈が北アルプスです。菅平高原のスキー場がはるか下に見えます。見渡す限りの青空と、北アルプスのパノラマは圧巻です。

根子岳は、峰の原高原とそのおとなり菅平高原にまたがってそびえる山です。標高2207メートル。花の百名山のひとつとして知られていますが、冬に登ってもこのような素晴らしい景色を見ることが出来ます。

途中まで圧雪してありますので、スキーやスノーボードを持って行けば約4キロに及ぶ根子岳からの滑走を楽しむことが出来ます。

もちろん歩いて登ることもできますが、体力に自信のない方はスノーキャットを利用することが出来ます。これは奥ダボススノーパークで受付しておりますので興味のある方は問い合わせしてみてくださいね。根子岳は冬に来て楽しめる山です。

●2月の夕陽

峰の原高原の名物の一つ、「槍に刺さる夕陽」。年に11月と2月の2度だけチャンスが訪れます。しかし、2月は悪天候なことが多く、今まであまり見られていませんでした。しかし、今年は奇跡的に天候がよく、見られる可能性が高くなっていました。そしていよいよ日没の時間。これが実際に槍ヶ岳に夕日が刺さる直前の様子です。



そうです。ばっちりでした。2月でここまできれいに見られたのはかなり久しぶりとのこと
です。槍に刺さっている状態の様子は、来年ぜひ峰の原高原に来て直接見てください。大
自然が生み出す奇跡の瞬間を、自分の目で見ることは何事にも代えがたい至高の経験にな
ります。どうしても見たいという方は峰の原高原のFacebookやTwitterなどで見るものが
出来ますのでよかったですらご覧ください。



また、槍に刺さらない日でも綺麗な夕陽を見るチャンスはあります。特に冬は雲海と夕陽
のコラボを観察できるチャンスでもあります。天気次第の自然現象だからこそ、見られた
時の感動をぜひ味わってください。

●月夜

峰の原高原の、冬の夜。静かな雪の中に、月明かりが優しく反射しておりぼんやり明るいことがあります。



それは木の影がはっきり見えるほど。ぼんやりと明るい夜はなんとも不思議な感覚に陥ります。夜、温かい格好をして少しだけ外を歩いてみたり。外であたたかいコーヒーを飲んでみたり。なんとなく、ワクワクしませんか？冬にペンションに宿泊する機会がある方は一度夜に外に出てみてください。素敵な体験ができることでしょう。ただし、オーナーさんにはひと声かけてくださいね。寒いので、くれぐれもお気をつけください。

●暖冬

今年は暖冬だという予報を秋ごろよく耳にしました。いざ冬を迎えてみるとすごく寒い時もあったし、暖かい時もありました。最近は暖かい日が続いております。やっぱり暖冬なのでしょう。

とにかく今年は雪が少ないのは確かです。新しくなったスキー場も雪の少なさに苦労していたようです。普段なら隠れて見えなくなってしまうレンゲツツジや笹がいつまでも見えていたり、もうすでに土が出てきてしまっている場所があったりします。全国的に見ても今年は雪が少ないようです。夏の水不足が心配されます。

標高1500mの峰の原高原でさえ、すでに春のような気候です。もうすぐ春が来る。春はなんだかワクワクする季節なのですが、今回は単純に喜べないような気がします。

●おわりに

今年の冬、皆さんはなにをしましたか？峰の原高原は暖かくなってきたとはいえまだまだ冬を楽しめます。ペンションの方はきっと暖かく迎えてくれます。雪。そり。スキー。スノーボード。雪板。スノーシュー。散歩。読書。星空観察。写真撮影。楽しみ方はたくさんあります。ぜひ遊びに来てください。









(須坂市地域おこし協力隊 古川広野)

No84 初の温泉ライブを成功させました！お客様担当の稲葉達哉さん / 須坂市地域おこし協力隊早川航紀の『須坂温泉の愉快的な仲間たち』 vol.3

地域おこし協力隊の早川航紀（はやかわこうき）です。

前回に続き、私の地域おこし活動の拠点「須坂温泉古城荘」を舞台に魅力ある様々な人を紹介していきます。

今回は社員の稲葉達哉さん（30歳）お客様担当です。好きな飲み物は微糖の珈琲。趣味は音楽ライブ鑑賞。

●**須坂温泉でのお仕事について教えてください**

「フロント受付やお客様への食事、ドリンクのご提供、お客様の送迎、駐車場の掃除等なんでもこなします。最近では須坂温泉古城荘のFacebookページにてイベントの告知などもおこなっております。コチラ是非チェックしてください！もともと飲食店にて働いていた経験もあり、お客様にどうしたら満足していただけるかを常に意識しながら業務しております」



●**以前は東京にいたと聞きました。長野に戻った理由、長野での生活を教えてください**

「大学から上京し、卒業後もしばらく東京にいましたが、地元の長野で飲食店を開くという夢があり、その準備に向けて帰ってきました。現在も色々な業界の接客業を学ぶ修行の途中です。東京に比べて長野は空気が美味しいと思います。実家が農家ということもあり、お米や野菜も新鮮で美味しいものが食べられています」

●**2019年2月23日には須坂温泉初の取組みである「温泉ライブ」を成功させました、企画責任者として感想を教えてください**

「企画自体全く初めてだったのでまず何から準備し始めたらいいか手探りの状況でした。そんな中、私が応援していたアーティストにダメ元で声をかけたところ快く引き受けていただき、一気に企画を進めることができました。それでも初開催のプレッシャーと緊張から前日は須坂温泉に自身も宿泊し早朝からライブ対応に備えました。お陰様で多くの方々に好評いただいたので須坂温泉古城荘の定番イベントになるよう、第二回の開催も検討し

ております」



●須坂温泉の魅力PR、今後の意気込み

「須坂温泉古城荘は、かの戦国武将・上杉謙信も愛したと伝わる歴史ある温泉です。地元の方から昔の須坂温泉のお話を聞かせていただくこともあります。長い間多くの人に愛されてきたという歴史が証明しているようにポカポカが長く持続する泉質は自慢です。2019年春のリニューアルでは新たに直売所や食事を楽しめる休憩場がオープンする予定です。来ていただいた皆様に満足いただけるような温泉を目指します」

須坂温泉古城荘 公式ホームページ

<https://kojousou.co.jp/>

(須坂市地域おこし協力隊 早川航紀)

農業人口を増やす！使命に燃える種屋さん / 須坂市地域おこし協力隊 宮島麻悠子の『須坂おもしろ人物記』vol.3

インタビュー第二号は、須坂市で唯一の種屋さん「至誠堂 豊田種苗店」のご主人「豊田 誠さん」です。



種屋さんは信用商売！店名に込められた想いとは

宮島：まずはお店について伺いたいと思います。種苗店ということで、種と苗を専門に扱っているお店ということですね。店名についている「至誠」は「この上なく誠実なこと」という意味ですが、こちらの由来は何でしょうか？

豊田さん：もともとは「至誠堂」が店名でした。僕のおじいちゃんはもともと農家さんで、農業をしながら種屋さんをはじめたんです。種屋というのは「信用第一」。農家さんは時間をかけて作物を育てますが、もし蒔いた種がうまく育たなかったり、味が良くなかったりしたら売れないですから。生活がかかっているわけです。うちはだいたい創業から60年ほど経ちますが、種屋の中では新参者なんです。それぞれの農家さんには古くから付き合いがあり、信用している種屋さんがありますから、そこからお客さんを取り込むのは容易なことではありません。だから、「誠実な姿勢」を約束するという意味で、この名前にしたのだと思います。

宮島：確かに、種は作物のもとですから種屋さんの責任は重大ですね。現在は農家さんと家庭菜園用に購入される一般の方と、お客さんはどちらの方が多いですか？

豊田さん：お客さんの数でいったら家庭菜園用の一般のお客さんの方が断然多いですね。大量に購入してくれるのは農家さんですが、そんなわけで、うちでは種を少量ずつでも販売しているんです。家庭菜園だと少量多品種を育てたい場合が多いですが、一般的には一袋にたくさん入った状態で売っているの、余っちゃうんだよね～とお客さまがごぼしていたのがきっかけです。種は余ったから来年残りを蒔こう、というのができませんし、余らせるのがもったいないからといって適正な間隔で植えず結局うまく育たなかったりします。種芋もふつうはキロ単位での販売が主流ですが、うちでは1個から販売しています。



ピーターコーン15粒！！モロッコインゲン9粒！！これなら気軽に挑戦できそう



小分け用の袋がびっしり並んだ棚

宮島： 仕事をしていて嬉しいことは何ですか？また、仕事で大事にしていることはありますか？

豊田さん： 作る人と食べる人が近いので、「あれおいしかったよ！」とか反応を聞けるのが嬉しいです。良い反応もそうでない場合も含めてですね。大規模農家さんだけが相手だと、出荷した後どこへ行ってだれが食べて、それが美味しかったかどうか聞く機会って無いですからね。

仕事で大事にしているのは、お客さんがぼろっとこぼす一言を逃さないこと。種の小分け販売もそうですが、お客さんの本音ってぼろっと出るんですよね。そして、多少値が張っても「本当に美味しいもの」を提供すること。見た目が良いとか病気に強いことが重視されることもよくあるのですが、作る人と食べる人が近いこともあり、うちは「味重視」で品種を選んでいます。



味重視で選んだ種が並ぶ店内

キャベツと白菜の違いがわからなかった若かりし頃。。

宮島： 豊田さんはもともとお店を継ぐつもりだったんですか？

豊田さん： いずれは継ごうとは思っていましたが、もともと動物が好きだったので獣医さんになりたかったんです。大学も獣医学部を目指していたのですが、受験は見事に全滅しまして。。一浪して再挑戦しましたが、獣医学部はやっぱりダメで、農学部だけ受かったんです。やれるだけのことはやって獣医学部はダメだったので、すっぱり諦めることができました（笑）

大学生の時父が市議会議員を始めて、店が回っていないと感じたので、卒業後すぐ帰ってきました。

うちでも畑を持っていて、ある時母に「キャベツとってきて」と言われたのですが、キャベツと白菜が両方ある中でどっちがどっちか分からず（笑）これはマズイと思って、25歳の時大手の種苗店で1年研修を受け、26歳で店に入りました。

宮島： 白菜とキャベツの違い、知らない人には同じように見えるんでしょうね（笑）
今後やっていきたいことはありますか？

豊田さん： 農家さんの高齢化や後継者不足によって農業をやる人が今後さらに減っていくことは避けられない状況です。そんな中で自分の使命は「農業人口を増やすこと」。まずは農業の間口を広げることだと考えています。最初は家庭菜園のような気軽にできるものから始めてもらい、面白さを知ってもらって、その中から本格的に農業を生業にする人が増えていけばいいなと思います。自分なんてキャベツと白菜の違いがわからなかったんですから、まったく初めての方の気持ち分かるのは強みかもしれないですね。



60年以上地元の方に愛される種屋さん、今後も期待しています！

宮島：奥深いお話ありがとうございます！では、最後に須坂で一番おもしろいと思う人を紹介してください。

豊田さん：坂詰商店の坂詰ひさしさん。彼も鮮魚店でがんばっています。年中忙しいみたいですが、たぶん対応してくれると思いますよ。

宮島：ありがとうございました！

というわけで次回のインタビューは坂詰商店の坂詰ひさしさんに決定しました。
お楽しみに！！

(須坂市地域おこし協力隊 宮島麻悠子)

No85 峰の原高原ってこんなところ / 須坂市地域おこし協力隊 日下未夕の『峰の原高原へお出かけください♪』 vol.1

はじめまして、2019年4月から須坂市峰の原高原で活動をさせていただいております、地域おこし協力隊の日下未夕（くさかみゆ）と申します。広島県広島市出身で、大学入学を機に初めて長野県に訪れ、この春で4年目です。現在、長野大学に在学中です。まだまだ未熟ですが、だいすきな峰の原高原のことを少しでも皆さまにお届けできたらと思います。よろしく願いいたします。

さて今回は、これまで峰の原高原に関わって感じたこと、そして住み始めて感じていることを通して「峰の原高原ってこんなところ」ということをお伝えしたいと思います。



●はじめに

ここでは、私が峰の原高原を知った経緯と地域おこし協力隊に応募した経緯について、少しお話ししたいと思います。

私が峰の原高原を知ったのは、大学1年生での講義がきっかけでした。第一印象はとにかく“寒い”。初めて峰の原高原を訪れた日、大学のある上田市は半袖がちょうど良い気温でしたが、峰の原高原は長袖にさらに羽織るものが必要なほど気温が低く“標高1500m”という高さを肌で感じたことを今でも覚えています。また、美しい北アルプスに感動したことも覚えています。



その後、講義を通して峰の原高原について学ぶうちに、もっと知りたいと考えるようになり、2年生から本格的に関わるようになりました。大学2、3年生では、峰の原高原で行われるイベントに参加をしたり、お手伝いをしたり、大学の仲間と一緒に学生対象の企画を行ったりしていました。

何度か企画を行ううちに「また峰の原高原に行きたい」という学生や実際に企画のリピーターとして参加してくれる学生が現れました。しかし、一人では行かないというのが現実でした。車があれば、用事があれば、ベントがあれば、知り合いがいれば、行ける場所…。ただ、どれもなかったのです。この思いをある方に雑談交じりに話していた時、その方は「じゃあつくるか!」と。きっとその方は、冗談も半分あったと思います。けれど、「はい!」と私は応え、地域おこし協力隊に応募しました。

●私が思う「峰の原高原」という地域

あるイベントに参加した時のこと、キャンプファイヤーの火が点かないということがありました。その時、何人かのペンションオーナーさんが「うちの薪を持ってくる！」と。これに驚きました。峰の原高原はペンション村で、言ってみればみんな商売敵だからです。しかし、この時にはそんなこと関係なく“お客さんにいい思い出を”という皆さん共通のおもてなしの心を感じ、とても温かい気持ちになりました。また、宿泊客でもない、ただの学生である私が突然イベントに参加しても“あなたはどなた？ 私はね…”というように声をかけてくださいます。

峰の原高原は、50年ほど前にできたペンション村。様々な地域から移住してきた様々な方が、様々な暮らしをしています。だからこそ、みんなで協力することや助け合うことを自然とする地域なのではないかと思います。そして、昔からある風習や慣習、暗黙の了解のようなものがないぶん、よそ者を優しく受け入れる体制ができている地域なのではないかと思います。



●峰の原高原での生活

3月25日に引っ越しを終え、約三週間が経とうとしています。「幸せ」。ここでの生活は、一言でいうとこのようになります。

私はいま、峰の原高原にあるペンション野ばらさんで居候をさせていただいています。以前はペンション業を営まれていましたが、現在は峰の原高原で暮らしを営まれていました。居候先の方は、東京都の八王子市から移住され“アイコンタクト”というのでしょうか、話さなくても言いたいことが伝わり合える、すてきな“物知り”ご夫婦です。一人暮らし三年連続中だった私にとっては、おふたりの「おかえり」やごはんを一緒に食べられることが温かく、なんとも沁み、良いものです。

まだ雪の残る峰の原高原では、朝カーテンを開けると、誰かさんの足跡があり、それが誰なのかワクワク・ドキドキしながら教えていただきます。雪の上だと足跡はくっきり残り、素人の私でも分かりやすいです。日によっては、リスだって、キツネだって、カモシカだって会えちゃいます。自動車の音がしないなんて当たり前！静かで、鳥のさえずりなんか聴こえちゃったならば、「そろそろ春ですね」なんて言う、すてきな毎日。

あいさつ回りに行つては、若い子はいいい！と。私にとっては、皆さんすてきでいい！となるのですが。長い学生生活、同年代が周りにいる環境とは全く異なり、新鮮な毎日。

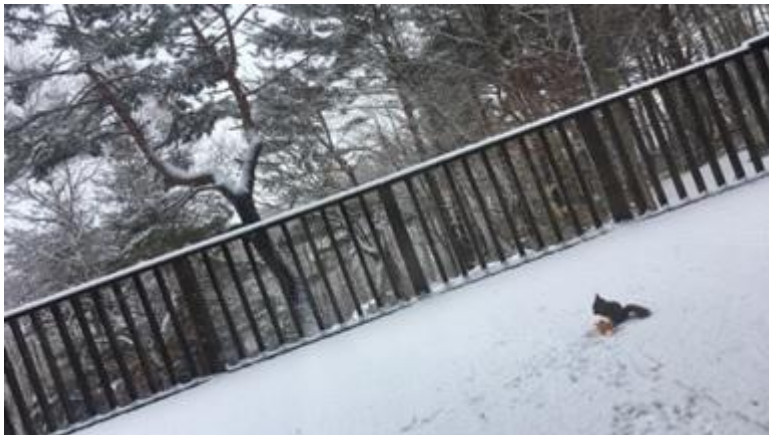
お散歩に少し出れば、必ず誰かにお会いする。そして少し立ち話。そんなほっこりな毎日。



●おわりに

私が思う峰の原高原をお伝えしましたが、これを読んでくださっているあなたさまはきっと、違うように感じることもあると思います。そして同じように感じることもあるかもしれません。

この地域をなくしたくない、もっとたくさんの人に知ってもらい、実際に来て、感じてほしい、というのを出発点に、これから活動していきたいと思います。



(須坂市地域おこし協力隊 日下未夕)

この時期のりんご農家って何してるの？ / 須坂市地域おこし協力隊 成田あゆみの『豊洲フルーツハリウッド農ガール物語』 vol.6

みなさんこんにちは。2017年6月から須坂市豊洲地区で活動している地域おこし協力隊の成田あゆみです。私が活動している豊洲地区は長野県でも有数の果樹地帯です。このシリーズでは豊洲地区に嫁ぎ農家となって活躍する魅力的な女性を紹介していますが、今回は元号改正のため特別編!!ということで、ちょうどこの季節、りんご農家の方々がやっている作業をご紹介します。

●桃、梨、りんごの順番に花が咲きます

3月から4月にかけて、全国各地で桜の開花予想をしているころ、りんご農家はりんごの花の開花予想をしています。豊洲地区では桃や梨の生産も多いので、花が咲く順番としては、桃(3月下旬～4月頃)→梨(4月上旬～中旬)→りんご(4月下旬～5月上旬)となります。なので、梨の花が咲き始めると「お、そろそろ下草を刈ろうか」と思うそうです。下草とは、りんごの木の周りに生えている雑草で、これが長く伸びていると放射冷却の影響で空気の滞留が起きやすくなり、朝晩の冷え込みがきつい信州では霜が降りてりんごに被害が

でしてしまうそうです。さらに霜害の予防策として、防霜ファン(4~5℃以下になると自動的に)を稼働させ、風を起こして冷気が滞留するのを防ぎます。これは今から約20年前に豊洲地区で取り入れられたそうですが、静岡県の茶畑が発祥と言われています。こうして花が咲くまで準備を進めていきます。



●自家受粉と他家受粉

りんごの花が咲き始めると品種によりますが「花粉付け」という作業が始まります。これはその名の通り花粉を人工的に授粉させることですが、現在豊洲地区で栽培されている多くの品種はこれを必要としていません。それはなぜかと言いますと、りんごの品種によって違いますがこの地域で多く栽培されている品種は自家受粉できるタイプだからです。1本の木で受粉が可能なので人の手を介さず実を成します。これと逆に人が手をかけなければ結実しないのが、他家受粉の品種です。作業としては花の中心に花粉をチョンとつけてあげます。

そして豊洲地区における他家受粉の代表格がふじです。誰に聞いても皆さん口をそろえて「ふじは手がかかる」とおっしゃいますが、こんな初めのころからすでに作業がほかの品種より一つ多いのです。ちなみに大きくなるにつれますますます手がかかります。ふじに限らずりんごを食べるときは手間暇かけていることを頭の隅にちらりとおいて頂けると嬉しいです。



●一番摘花、二番摘花、見直し摘花

そして次に行うのが「一輪摘花(果)」と呼ばれる花摘みです。りんごの花は大体5~7輪まとめて咲くので、この中の中心の花を残して残りの花を摘み取ります。この作業がちょうどこの時期、ゴールデンウィーク明けから6月の下旬頃まで続きます。花を摘むだけなの

に?と思うかもしれませんが、この作業、実に大変なのです。大きな木だとベテランの農家さんでも1本の木の花摘みをするのに1日かかるそうです。しかも畑には何百本もの木があり、それらは花摘み合わせて成長してくれるわけでもないので日々成長していきます。そのため、花摘みも終盤になると花というよりも実を摘む作業になるそうです。そうして畑を一周すると、最初に花摘みした木の実が成長しており、そのまま「2番摘果」という作業に移ります。このときりんごの大きさはアーモンド大で、間隔を見ながら4分の1～5分の1に間引いていきます。それから1か月ほど成長させて「見直し摘果(3番摘果)」となります。こうしてどんどん落としていき、最終的に実になるのは1本全体の1～2%だそうです。それでも大きな木だと大体1000個の実が収穫できるそうです。それを考えるとどれだけたくさんの花やら実やらを落としているのかが想像できるかと思います。



●りんご作りは観察力

花が咲き始めたらあとはただただ選抜作業。どのくらい落とすか考えながら、長年の経験をもとに作業しているそうです。木によっては去年多く実をつけて体力が落ちているから今年は少なめにしたりと、全体の収穫量を予想し日々考えながら作業しているそうです。取材を受けてくれた方曰く、「観察力がモノを言う」のだそうです。

以上、改元記念特別編でした。次回からは通常通り農ガール物語に戻りたいと思います。



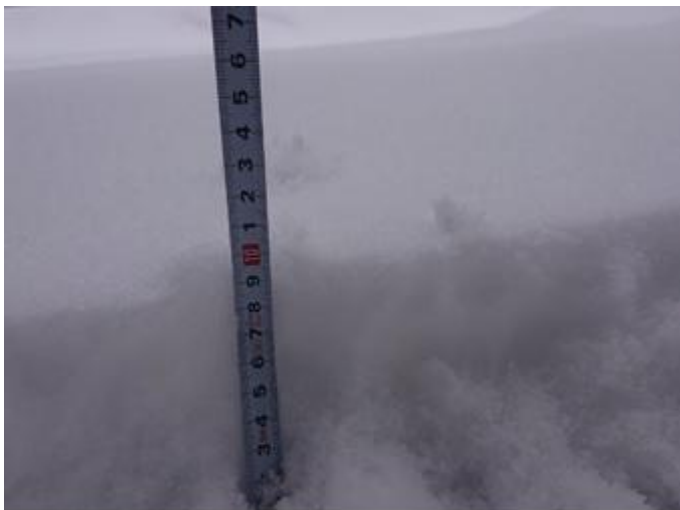
(須坂市地域おこし協力隊 成田あゆみ)

標高1500mの春 / 須坂市地域おこし協力隊 古川広野の『ただいま！峰の原高原』 vol.6

こんにちは。長野県須坂市峰の原高原地域おこし協力隊の古川です。
この記事では、峰の原高原の魅力を皆さんにお伝えしていきたいと思います。

●4月、雪が降る。

前回の記事でも少し触れましたが、「今年は暖冬です」と、冬になる前から散々言われていましたね。そして実際冬になり、例年より少し暖かめ。雪も少ない状況です。新体制となったスキー場も少ない雪の中経営し、3月31日をもって営業終了を迎えました。そして翌日、4月1日。雪が降りました。しかもすぐ溶けてしまうような量の雪ではなく、雪国の1月のような雪。まるで真冬のような景色に逆戻りでした。数日気温が低い日が続くと、完全に冬のような景色になってしまいます。しかしこれは峰の原高原が寒いから、というわけではなく、今年がおかしかったようです。全国的にも4月のはじめに少し冷え込んでいたようです。ですが昨年と同じ日を思い返してみると、今年より雪は少なくふきのとうなどもすでに出ていたと思います。やはり今年は4月が寒かったみたいですね。暖冬だったという割には雪が長い間残っていました。



この写真は、4月1日、玄関を開けて撮影した雪の写真です。サラサラ。1月のようないい雪でした。もういらぬのに。



4月9日、ようやく少し溶けてきた道路の雪です。街中では桜も咲き始めているような時でした。市街まで買い物に行き、戻ってくると季節が逆戻りしたようで不思議な感覚になります。

●残雪の影響

時は過ぎ、4月も終わるころ。例年ならばこの時期に須坂市観光協会主催の「緋の滝とカタクリハイク」というイベントが行われ、春に咲く花カタクリを見に緋の滝遊歩道を下りるのですが、今年は雪の影響で延期。結局5月にイベントは行われました。4月末に行われた去年に比べると花が咲く時期も遅くなったように思えます。幸いイベント当日は晴れており、カタクリも観察出来ました。このイベントのために、地元のMiNeという団体が遊歩道の整備を行っております。毎年雪が解けると、去年の秋の落ち葉を掃いたり、雪解けとともに流れてきた土や泥で埋まってしまった階段をなおしたり、川を渡れるように石をいれたり、看板を立てたり…。とにかく地元の人で頑張っており、なんとか整備しておりますので、みなさんぜひ利用してみてください。

ただし一般的な「遊歩道」のイメージよりはかなり過酷な道になっておりますので足元には十分ご注意ください。先日米子大瀑布も開山しましたが、緋の滝も素敵な滝ですよ。MiNeや遊歩道整備の話は去年の私のメルマガで詳しく書いておりますのでよければそちらもご覧ください。

<https://www.city.suzaka.nagano.jp/kurasuzaka/talk.php?id=223>



当日の様子をまとめたものはYouTubeでも見る事が出来ます。ぜひそちらもご覧ください。

<https://youtu.be/Lxdh5F9H8Pk>または「緋の滝とカタクリハイク」で検索

●5月も雪が降る。

5月にはいり、また雪が降りました。峰の原高原では例年ゴールデンウィークに1回くらいは雪が降るのですが、今年は根子岳が白くなるほどでした。

つまり春もまだまだこれからなのです。5月半ばになり、ようやくイタドリやカラマツをはじめとした植物たちの新芽が少しずつ出はじめました。山もうっすらと淡い緑色に包まれ始めました。須坂市内におりると、町はもうすっかり春、というか初夏のような雰囲気の日すらあり、環境の違いに未だに驚きます。

●峰の原高原の桜

さて、春と言えば桜でしょうか。須坂市にも臥竜公園をはじめとし、多くの桜の名所がありますよね。今年は私も見に行くことが出来ました。皆様の中にもお花見に行ったという方は少なくないと思います。

峰の原高原も5月半ばになり、暖かい日が続くようになってようやく桜が咲きました。5月14日現在、ちょうど見頃を迎えています。



というわけで、令和最初の桜は峰の原で見ることが出来ました。来年も楽しみです。



これは5月13日に撮影した、峰の原高原の桜の写真です。この標識がある場所で見られますので、峰の原に来た人はこの場所をぜひ探してみてください。

これから季節が進むと、春、梅雨、そして夏へ移り変わっていきますね。峰の原高原も少しずつにぎわってくると思います。まだ朝晩はすこし肌寒い日が続きますが、夏を楽しみにしつつ頑張りたいと思います。

(須坂市地域おこし協力隊 古川広野)

No86 須坂に移住して40年！料理長の木葉原嘉昭さん / 須坂市地域おこし協力隊 早川航紀の『須坂温泉の愉快的仲間たち』vol.4

地域おこし協力隊の早川航紀（はやかわこうき）です。今回も、私の地域おこし活動の拠点「須坂温泉古城荘」を舞台に魅力ある様々な人を紹介していきます。第三今回は料理長の木葉原嘉昭さん。好きな食べ物はラーメン、チョコレート。



●元々は長野県の飯山市出身。須坂に移住した理由、住み心地を教えてください

当初親方との修行で転々と白樺湖などの観光地を回り、約40年前に須坂に移住、須坂を拠点に活動を始めました。約20年前より須坂温泉の料理長として今も現役でお客様の料理を作り続けています。須坂市は長野県の北信エリアの中でも雪が少なく、冬もそこまで寒くない為、住み心地が良いです。果物も有名ですが、水も悪くなく、米や野菜をつくっている農家さんも多く、味も良いです。一番気に入っているのは自然豊かで穏やかなところ。須坂に住む人々もせわしくなく、穏やかです。



●この地区でオススメの美味しいものを教えてください

今（5月下旬頃）が旬の「根曲竹（ねまがりたけ）」はとても美味しいです。信州味噌を塗って焼いて食べるもよし、この辺の定番の食べ方ですがサバの水煮缶と炊き込んだ味噌汁もオススメします。一番は山にサバの水煮缶を持っていき、採れたての根曲竹で作ると絶品ですよ。



●須坂温泉で提供される料理へのこだわりを教えてください

旬のもの、地元産のもので優先的にメニューをつくることでお客様に季節感や須坂ならではの味を楽しんでもらえるよう工夫しています。今の時期（5月下旬）はふき味噌、こしあぶらの天ぷらなど山菜メインです。須坂温泉を利用いただける地元のお客様には北陸から直送した新鮮な魚介類を、観光で利用いただけるお客様には地場産のものを多くつかうなどお客様のニーズによってメニューを考えています。



●2019年4月には厨房が新しくなり、本格的にランチメニューが始まりました!

オススメメニューを教えてください

どれもオススメです、看板メニューは須坂特産の味噌を使った「みそラーメン」です。須坂の中村醸造場さん、糀屋本藤醸造舗さん、千日味噌さん（糀屋本藤醸造舗さんとの合わせ味噌）3種類のみそラーメンをお楽しみいただけます。是非食べ比べてみてください。「あんかけ焼きそば」も人気です。いずれもこだわりの手作り自家製スープを使用しています。



●最後に一言、PR

料理長として今後もお客様に満足していただける料理を作り続けていきたいと思ひます。須坂温泉古城荘の厨房を「健康長寿開発拠点」として健康に良い薬膳料理の等の提供もしていきたくて考えています。自然を満喫し、温泉で癒され、身体に優しい料理を召し上がりに須坂温泉に遊びにきてください。



須坂温泉古城荘 公式ホームページ
<https://kojousou.co.jp/>

(須坂市地域おこし協力隊 早川航紀)

真摯にお客さんと魚に向き合う鮮魚店主 / 須坂市地域おこし協力隊 宮島麻悠子の『須坂おもしろ人物記』vol.4

インタビュー第三号は、鮮魚店「坂詰商店」のご主人「坂詰久さん」です。



●創業130年以上の老舗鮮魚店

宮島：まずはお店のことをお伺いしたいと思います。
坂詰商店さんは創業して130年以上の鮮魚店とのことですが、ルーツはどちらなのでしょう？

坂詰さん：もともとは新潟の方から魚の行商に来ていた人が定着したのが始まりだと聞いています。自分が知っている中で一番古い人はひいおじいちゃんですね。長野県は海が無いから、北信で鮮魚店をやっている人はだいたい上越の方から来ているんですよ。



その日の朝仕入れたばかりのみずみずしい魚介類

宮島：小さい頃から鮮魚店で育ってきて、魚には興味はあったのですか？

坂詰さん：鮮魚店自体にはさほど興味はなくて、料理の方に関心がありました。でも結局料理の道には進まず、高校を出てすぐ上田の市場で働きました。1年目は青果で、2～5年目は鮮魚を担当し、現場で魚の目利き、流通などについて学びました。魚自体食べるのは好きですし、水族館も好きですよ。でも「これは脂がのってそう」とか「これは大きすぎてダメだな」とか、普通の人とは違う視点で見えてしまいます（笑）

宮島：魚屋さんは見るところが違いますね！坂詰さんの好きな魚ベスト3を教えてください。

坂詰：1番は穴子、2番はイカ、3番はコハダ

お寿司が好きなんです（笑） 穴子とイカは天ぷらも美味しいですね。

マグロは部位やモノによって善し悪しが激しいので、あまり上位ではありません。

●スーパーやコンビニが乱立する状況の中、鮮魚店が提供できる価値とは？

宮島：仕事する上で大切にしていることは何ですか？

坂詰さん：・第一は健康管理ですね。休めないの（笑）

・第二に情報収集。うちは取引の8割は飲食店への卸なのですが、今どんな魚の水揚げが多いか、これからどんな魚が市場に出てくるか、この魚はどこでどんな方法で捕られたか、価格の見込み、市場が休みになる年末年始やお盆のスケジュール、天気の変動には細心の注意を払って、最新の情報を取引先へ提供するよう心がけています。新鮮で質の良い商品を届けるのは当たり前。お客さんが欲しい情報を先回りして提供し、「かゆいところに手が届く」コミュニケーションができることがうちを使う「価値」だと感じてもらえるように。

・第三にお客さんとのコミュニケーション。配達に何う時は必ず卸した商品の評価を尋ねるようにしています。「自分ではあまり自信がないのですが」と言いながら卸した商品が意外に良いこともありますし、逆の場合もあります。市場で働いていた間も魚の目利きは学んでいましたが、同じくらい日常の取引で学ぶことも多いです。

宮島：これからやりたい事はありますか？

坂詰さん：店を完全に鮮魚専門店にしたいですね。現状は鮮魚の他にも食料品全般を取扱っていますが、コンビニやスーパーが周囲に増えている中で同じような商品を売り続けるより、鮮魚に特化して差別化を図りたいと考えています。

宮島：須坂のいいところは何ですか？また、これからの須坂に期待することは？

坂詰さん：いいところは、まちを良くしようと頑張っている人が多いところ。そして个性的で面白い人も多いですね。期待することは、古くからの建物や文化が受け継がれながら「住みやすいまち」であること。須坂は近代化されるべき場所ではないですし、いわゆる観光地とも違うように感じます。臥竜公園や米子大瀑布などの素晴らしい自然はたくさん

の人に知ってもらいたいですが、あくまでも住む人が「心地よい・ここに住んでいてよかった」と思えるまちであることが大事だと思います。



宮島：そうですね、まずはここに住んでいる人が幸せになって、それを魅力だと思う人が外部から訪れる、というのが本来の姿なのではないかと思います。貴重なお話をありがとうございました！

次にインタビューする方をご紹介いただきたいのですが、どなたが良いでしょうか？

坂詰さん：お寿司・日本料理店「松風」の丸山敦史さん。こちらも創業100年以上の老舗です。彼は3つ年下なのですが自分のスタイルを持ってお店をやっている印象ですね。

宮島：ありがとうございます。というわけで次回はお寿司・日本料理店「松風」の丸山敦史さんに決定しました。次回もお楽しみに！！

(須坂市地域おこし協力隊 宮島麻悠子)

No87 高原食堂 / 須坂市地域おこし協力隊 日下未夕の『峰の原高原へお出かけください♪』 vol.2

こんにちは。峰の原高原地域おこし協力隊の日下です。

梅雨入りし、約1ヶ月。峰の原高原では、レンゲツツジが散り始め、あやめが見頃を迎えようとしているこの頃です。

さて今回は、2019年6月16日(日)に行われた「高原食堂」について皆さまにお伝えしたいと思います。



●「高原食堂」って

突然ですが、峰の原高原で毎年6月に行われる「高原食堂」をご存じでしょうか。高原食堂は、普段ペンションで提供されているお料理を持ち合わせて行われる一日限りの食堂です。峰の原高原観光協会主催で行われ、今年で7回目になります。今年はこちらのホールで、前半と後半に分けられて行われ、合計67名の方にお越しいただきました。おかず9品、ごはん4品、おつゆ3品、お漬物2品、デザート3品と飲み物が並ぶ中から、おひとり1500円で、おかず3品、お茶碗1つ（1～4品盛りまで可能、お椀1品、お漬物1品、デザート1品をお客さまに選んでいただきます。



●前日

会場準備。食器の湯通し、お部屋の装飾、メニュー表の作成、お掃除などが行われました。なんでも手づくり！各テーブルに置かれるお花も峰の原高原で育てられたモノ。「準備が終わって帰ったら、ひたすら野菜を切るのよ♪」とおっしゃっている奥さまも。並べられたお料理の名前を見ながら、どんなお料理がワクワク！楽しみが当日まで。



●当日

雨予想から曇り予想に変更があったお天気。少しの青空を見ることができました。続々とお料理が運び込まれ、おいしい匂いにお部屋が満たされていきます。さすがのペンションごはん。ペンションごとに、食材はもちろん、ソースや飾り付けなど彩が様々で、個性が光ります。奥さま同士で、「これはどんな味付けなの?」「どうやって作ったの?」という会話と撮影がちらほら! そうしているうちに、いよいよお客さまがいらっしゃる時間に。



入口を抜けると、ずらっと並ぶお料理とにこにこ笑顔のペンション奥さまたち。おかずの辺りを行ったり来たりしながら選ぶお客さま、複数人でいらして「あなたはココから3つ、わたしはココから3つ…」というようにシェアをして全種類食べてみようというお客さま、ごはん4種盛の大盛！というお客さまなど、様々な選び方がみられました。また、お料理の盛り付けを奥さまたちが行うので、見た目ではわからないお料理の味付けを知ることができたり、量の調整ができたりと、ひとりひとりに合ったプレートを作ることができます。





たくさんの「おいしい！」や「来年も楽しみにしています！」というお声と、お客さま、そしてペンション奥さま方からたくさんの笑顔が見られた1日でした。ちなみに10月20日（日）には、ペンション奥さま手づくりのお菓子が並ぶ「お菓子パーティー」が行われます。

ぜひ峰の原高原へお出かけください♪

（須坂市地域おこし協力隊 日下未夕）

No88 夫婦お互いのいたわりが大切 / 須坂市地域おこし協力隊 成田あゆみの『豊洲フルーツハリウッド農ガール物語』 vol.7

みなさんこんにちは。2017年6月から須坂市豊洲地区で活動している地域おこし協力隊の成田あゆみです。私が活動している豊洲地区は長野県でも有数の果樹地帯です。そこで、豊洲地区に嫁ぎ農家となって活躍する魅力的な女性を紹介します。



●きっかけはお見合い

今回ご紹介するのは、(私も住んでいる)南小河原町のBさんです。

Bさんは長野県千曲市の出身で、ご主人との出会いのきっかけはお見合いでした。ところがこのお見合い、Bさんにとっては仲介人の顔を立てるためのもので、結婚まで話を進めるつもりはありませんでした。しかし実際に会ってみればとんとん拍子に話が進み、そのまま

結婚するに至ったそうです。ただ、お見合い後は時間がたつにつれ、自分に農家の嫁が務まるのかという不安な気持ちと、当時の風潮として農家だけでは食べていけないというものが、思い切ってご主人に相談したそうです。しかし、それを聞いたご主人の「大丈夫！」という力強い言葉に「この人がここまで言うのなら」と、結婚に踏み切る決意をしました。

結婚したあとは、他の仕事にお勤めしながら繁忙期にお手伝いできれば良いかな程度に思っていて、実際お子さんが生まれるまでは外で勤めていたそうです。しかし子育てが始まり、家にいる時間が長くなると、少しずつ、少しずつ畑に出ることが増え、気づけば20年、今では立派な果樹農家です。



● 苦勞した分嬉しい収穫

Bさんの家ではぶどう・りんご・プルーンを主に栽培・出荷しています。そのため、今の時期は特に忙しく、あとからあとからやることが出てきます。今でこそ20年の実績や経験があり、なにより体も慣れていますが、最初の2～3年は毎年最初の3日間を乗り切るまでがつかったそうです。ぶどうで例を挙げるならば、畑での作業は常に上を向く体勢です。しかもBさんの家の当時のぶどう棚は現在より低く作られていて、足を大きく広げて踏ん張って上を向くという体勢でないと作業が出来ませんでした。私もぶどう畑で作業したことがあります、ずっと上を向いているのに加え腕もずっと上げていたので作業に参加した日の夜はすぐに寝落ちしてしまうくらい体が疲れてしまいます。私は、ときおり参加する位だからかもしれませんが、体はなかなか慣れないです。Bさんは、それでも毎年苦勞する分、無事に収穫を迎えると、それだけでとても嬉しく、またどんな風に成長するのか考えながら作業するのは楽しい、1年かけてこの日のために働いているようなものだと言いました。だから台風や大雨の予報が出ると、それだけで憂鬱になるそうです。実際に結婚してすぐのころ、とても勢力の強い台風がきて地面が真っ白になるくらいりんごが落ちた年がありました。当時はまだ畑に出てはいませんが、それでも今でも記憶に残っているくらい強烈な出来事だったそうです。



●これからやりたいことは？

「畑で流すラジオから行楽シーズンの話が聞こえてくると、ああ自分には縁のない話だなと思ってしまうから、そんな風に思わずに主人と2人でゆっくり旅行に行けるようになりたい」と答えてくれました。

これまではお子さんのために、そしてお子さんがいるからこそ頑張ってきた部分があるといいます。だからこれからご主人と2人になったらいろんな所へ行ってみたいそうです。

農家は夫婦がお互いにいたわりあうことが大事、一人では難しくても二人なら何とかできる。お互いに支えあい、大切にしてこそ毎年収穫までこぎつけることができると感じるそうです。



これまで取材してきたみなさんにも言えることですが、「仲が良い!」と思います。同じ目標(収穫)に向かって協力しながら進んで(作業して)いるからなのでしょう。うらやましいですね。是非、お二人でこれからいろんな所へ出掛けて行ってほしいと思います。

(須坂市地域おこし協力隊 成田あゆみ)

こんにちは。長野県須坂市峰の原高原地域おこし協力隊の古川です。
この記事では、峰の原高原の魅力を皆さんにお伝えしていきたいと思います。

●長かった雨季

ようやく梅雨明けはしましたが、今年は梅雨が長かったですね。峰の原高原も例外ではなく、雨がよく降りました。冬の雪が少なかったため水不足になることが心配でしたが、どうやら大丈夫そうです。それどころか、例年より川の水が多いような気がします。普段水が流れていないような場所で水が流れていたり…。須坂の市街地ではどうなのでしょう。直接的な雨の影響ではないのかもしれませんが、知り合いの農家の方から気温が低い日が続いたり日照時間が少なかったりしたおかげで桃が育たない、というような話を聞きました。峰の原高原では花の咲く時期が去年よりかなり遅れています。きっと他のところでも多くの影響があったのかと思います。しかし少し前から急に気温が上がり峰の原でも25℃を超えることが増えました。普段から山に住んでいるので、たまに市街地に行くと暑くていやになります…。近年温暖化が進んでいるとはいえ、やはり峰の原高原は避暑地なのだなぁと実感しました。ちょっと暑い日でも日陰で風があれば十分涼しいです。夜になると、肌寒いくらい。標高1500mの恩恵ですね。みなさんも峰の原高原にちょっと涼みに来てはいかがでしょうか。

●ひとやすみ。

現在峰の原高原こもれびホール横にて休憩スペースを私と日下隊員との協力隊ふたりで開設しております。諸事情により毎日準備片付けをしないといけないのですが、なんとか二人でやっております。10:00頃から16:30頃までご利用いただけます。パラソル、テーブル、いす、ハンモックなどなどございます。お茶、コーヒー、紅茶、ハーブティーなど暖かい飲み物は無料で提供しております。この準備や片付けは地味に大変なので見かけたら覗きに来てくれると大変励みになりますのでよろしくお願いします。ちなみに水曜日は定休となっております、ご了承ください。

来てくれた人にお話を聞いてみると、須坂の方や上田の方をはじめ、県内の方がやはり多いですが、中には埼玉や東京から来たという方も。子供の夏休みでちょっと遊びに来ていたり、花を見に来ていたり、菅平高原で行われているサッカー大会に子供が出るので応援に来ていたり。涼みに来たという方もいました。いろいろな人が来られる場所になっていることがなんだかとても嬉しいです。



●星

夏は星の季節。時間も忘れ星空に見入ってしまうこともあります。つい先日、2019年2月に行っておりまして、環境省による平成30年度 冬の星空観察 デジタルカメラによる夜空の明るさ調査の結果が公開されました。

<https://www.env.go.jp/press/107017.html>

今回の調査では須坂市峰の原高原は、夜空の明るさ（等級）が20.9。

この値が20以上だと、天の川が綺麗に見られる、とされています。今回日本で20以上の値が記録された場所は136地点。そのうち69地点が長野県内でした。長野県での調査地点がそもそも多いというのがありますが、なんとなくうれしいですね！

この調査は決められた時期、決められた時間、決められたカメラの規格、設定で申請した場所で星空の写真を撮り、そのデータを環境省に送るというものです。冬の峰の原高原では、スキー場が降雪や圧雪の作業をしており、そのための明るいライトが雪に反射してしまいなかなか暗い夜空を狙うのが難しかったです。個人的には夏の方が星空観察はしやすいと思っています。冬は寒いですし。

この観察調査は継続して行っていきます。これからも綺麗な星が見られますように。



私は今年の夏も星を見たいです。夏の星といえば、もうすぐペルセウス座流星群ですね。今年8月13日の16時頃が極大を迎える日だそうです。満月になる日が13日なので、条件はいいとは言えないかもしれませんが11日から13日くらいに夜空を見上げると、流れ星が見えるかもしれません。ぜひみなさんも観察してみてください。

●夏はまだだ

7/29に信州は梅雨明けしたばかり。これからまだまだ夏ですね。長野県の小中学校の夏休みは全国的に見ても1,2を争う短さだそうです。せっかくの夏休み。令和最初の夏。みなさんの夏は充実したものになりそうでしょうか。熱中症などには十分気を付けつつ、素敵な夏をお過ごしください。



番外編「須坂まるかじり市」 / 須坂市地域おこし協力隊 早川航紀の『須坂温泉の愉快的仲間たち』 vol.5

地域おこし協力隊の早川航紀（はやかわこうき）です。

今回は農家チャレンジショップ整備事業として令和元年6月29日にオープンした「須坂まるかじり市」の紹介をします。

●須坂温泉古城荘に直売所がオープン！その名も「須坂まるかじり市」

須坂温泉古城荘の玄関前にオープンした「須坂まるかじり市」は、新規就農した農家さんや工芸品のデザイナーさんなどが手軽に出品でき、腕試しができるような直売所をコンセプトのひとつとしています。コンセプトに賛同していただいた出品者は約40人。須坂市を中心に近隣の高山村や小布施町からの出品者もいます。目玉商品は旬のフルーツ。フルーツ王国須坂では旬の時季になると新鮮なフルーツがお手頃価格で出回ります。また、須坂市の特産品を豊富に揃えております。須坂土産をご購入の際は「須坂まるかじり市」へGO！



●「須坂まるかじり市」名前の由来

名前は須坂温泉古城荘に応募箱を設置し、公募しました。

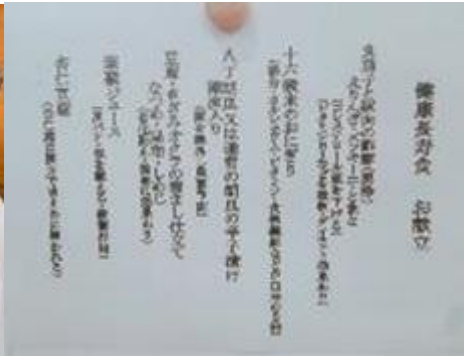
- 1、須坂の良いものをまるごと満喫できる。
- 2、「まる」は和。輪。生産者とお客様、地元の人と観光客、みんなにとってのお店になってほしい。
- 3、「まるかじり」から連想されるものは…新鮮な果物！フルーツ王国須坂らしい直売所。
- 4、読み方は「MARUKAJIRICH」市と豊を意味するRICHを込めて。

これらのステキな想いが込められております。



●健康長寿食×まるかじり市

8月には須坂温泉古城荘のランチメニューに「健康長寿食（定食）」が加わりました。健康効果に訴求した献立の第一弾メニューには須坂市の伝統野菜である八町きゅうりをはじめ、ズッキーニや丸ナスなど「まるかじり市」にも出品している地元農家さんが丹精を込めてつくった新鮮野菜も使用されています。「まるかじり市」ではこれからも地元の良いものをたくさん集め、古城荘のランチメニューとコラボして健康長寿食を発信していきたいです。



●今後の展開、PR

フルーツ王国須坂の直売所として6月頃から12月頃まで、さくらんぼ、ブルーベリー、ネクタリン、プラム、ブルー、桃、ワッサー、なし、シャインマスカット、ナガノパープル等のブドウ、ふじやりんご三兄弟（秋映、シナノスイート、シナノゴールド）といった旬のフルーツをリレー形式で販売していきたいです。ほかにも須坂には農家さんや業者さんがつくる新鮮な野菜やフルーツを使用したジャムや和菓子、ドライフルーツ、ドレッシング、ゼラートなどの加工品も沢山あります。お酒落で美味しくお土産にぴったりです。須坂温泉では年間を通じて観光客の方にご利用いただいております。また、長期休みには市外、県外に住んでいる帰省のお客さんも沢山いらっしゃいます。Made in SUZAKAのお土産を購入できる場所にしたいと今後も須坂の良いものを発掘していきたいです。また「まるかじり市」では市内イベントの広告や観光情報も提供しております。人と情報が行き交う場所として情報発信もおこなっていきますので須坂にいらっしゃった際には是非お

立ち寄りください！



須坂温泉古城荘 公式ホームページ
<https://kojousou.co.jp/>

(須坂市地域おこし協力隊 早川航紀)

創業1902年！伝統を守りつつ革新に挑戦する老舗お寿司屋さん / 須坂市地域おこし協力隊 宮島麻悠子の『須坂おもしろ人物記』vol.5

インタビュー第四号は、お寿司屋さん「松風」のご主人「丸山敦史さん」です。



宮島：まずお店の歴史をおさらいしてみたいと思います。

◎1855（安政2）年、須坂藩一万石・清水 伊助が料亭 松ヶ枝 開業。須坂藩御用達となる。

◎13代須坂藩主・堀 直虎の祐筆だった須坂藩士の野平 野平（のだいら やへい）の弟・為助が江戸上屋敷の料理人として仕えていたのち明治維新を迎え、須坂へ帰郷。

料亭「松ヶ枝」を継ぎ、著名人をはじめ生糸の仲買人などを迎えてきた。（現在は廃業）
◎1902（明治35）年、清水 為助の子・初代 丸山 儀兵衛が須坂初の寿し屋を開業。
太巻き寿し、鍋焼きうどんをはじめめる。寿し屋として初めて須坂料芸組合に加盟が許される。

◎二代目が、寿し・割烹・仕出しを始め、冠婚葬祭といったら松風と言われる。

◎三代目が伝統を引き継ぎ、2002（平成14）年、現在の店に新築リニューアル。

◎四代目の丸山さんが信州須坂老舗百年會設立に携わり加盟。2014（平成26）年、長野県百年企業＜信州の老舗＞表彰を受賞。

開業は1902年とのことですが、それ以前から須坂の歴史に関わっていたのですね。そして、当初は鍋焼きうどんも出していたんですね。

丸山さん：創業時からお寿しがメインではありましたが、夏はかき氷、冬は鍋焼きうどんと、季節に合わせて色々出していたようです。

宮島：メニューはどんなものがあるのですか？

丸山さん：お寿司は決まったメニューがありますが、会席料理は目的と予算に合わせて毎回メニューを作ります。お祝い・法事・接待・会食でご利用いただくことが多いです。今もメニューにある特製太巻き寿しは創業時からの定番で、生糸の仲買人やおもてなしの場でよくお出ししていたようです。昔の須坂は生で食べられる新鮮な魚が入手しづらかったため、このような鮮魚を使わないお寿しが主流でした。他、お持ち帰りや出前もやっています。



宮島：創業当時の太巻きを今もいただくことができるのはすごいですね！丸山さんが幼少の頃、お店を継ぐことを意識されていませんか？

丸山さん：いや、全然（笑）お父さんから「好きにしていよいよ」と言われてましたし。でも結局高校を出てから東京の料理の専門学校に進みました。何で料理だったのかというと、他にやりたい事を見つけられなかったからです（笑）今みたいにインターネットなんて無かったから、進路を考えた時に、地元の企業とか公務員とか身近な職業は想像はつくけど、それ以外にどんな職業があるのかなんて知ることが無かった。家は料理屋だから、料理の仕事がどんなものかは知ってた。知ってる職業の中でどれがいいか考えた結果、料理がいいかな、となりました。

宮島：今の子はキャリア教育として職業体験をする機会もありますし、何よりインターネットで情報が格段に取りやすくなった。うらやましいですね。東京にはしばらくいたんですか？

丸山さん：専門学校で調理師免許を取得してから、4年ちょっと東京の会席料理店などで働いていましたがお店を建替えることになったタイミングで実家に戻ってきました。お寿しに関してはそれまで修行したことが無かったので、お父さんから教わりました。

宮島：そうなんですね。仕事で大事にしていることは何でしょうか？

丸山さん：うーん、たくさんありすぎて何から話したらいいか。。

- ・まずは「質を落とさずにお客さまの要望に最大限応える」
限られた予算の中でも素材の使い方を工夫するなどしています。年配の方はあまりたくさんは食べられないから、ボリュームを抑えめにしたり、逆に若い方だと食べ応えも意識したりします。
- ・次に「メニューのバリエーションを増やすこと」
例えば、「鯛」という1つの食材でどれだけ多様な調理ができるか、「お椀」というカテゴリーでどれだけ新しいメニューができるかを追求しています。何度も足を運んでくださるお客さまには、毎回新しいメニューを味わって欲しいんです。
- ・会席は「季節の食材に合わせた料理をつくり、一番美味しい状態でお客さまに提供すること」
温かい料理は温かく、冷たい料理は冷たく、一品ずつご提供しています。
- ・お寿しは「代々受け継ぐ所は大事にした上で、お客さまに喜ばれるよう変化をつけること」
- ・お客さまの目に留まる掛物や器も、季節や目的（法事、節句など）に合わせて変化をつけています。
- ・「体調管理」も大事ですね。調理を全部一人でやっているのでも、自分が倒れたら休業することになってしまいます。
- ・あと、大事にしていることとはちょっと違うかもしれないけど、常に天気はものすごく気にしています。台風で漁ができなかったら仕入れられないですし、大雪で物流が遅れても影響が出ますから。



宮島：なるほど。仕事に対する真摯な姿勢をすごく感じます。ちなみに仕事は好きですか？

丸山さん：これは、好きかどうかまだ分からない、が本音ですね。。。100年続けていると、何でも自分の好き勝手にできるわけじゃないんですよ。これまでの歴史とか伝統から逸脱することはできないですし。でも嫌いではないんだと思います。



宮島：老舗の看板を背負って立つということは、好きだから続ける・イヤだから辞める、という問題ではないのでしょうか。でも常に新しいメニューを追求することを大事にしているあたりは、やはり好きでないといけないような気がします。色々お話聞かせていただきありがとうございました！次の方を紹介していただけますか？

丸山さん：雅ペイントワークスの竹内 智義さん。自分と同年で、須坂商工会議所青年部でも一緒です。お店の塗装もやってもらってます。

宮島：ありがとうございます。というわけで次のインタビューは雅ペイントワークスの竹内 智義さんに決定しました。次回もお楽しみに！

(須坂市地域おこし協力隊 宮島麻悠子)

こんにちは。峰の原高原地域おこし協力隊の日下です。

峰の原高原では、夏の山野草たちが種子をこぼしはじめ、秋の山野草たちが見頃を迎えようとしています。

ここ数日の朝方は、窓に結露のある日が増え、秋というより“冬”が近づいているなど感じるこの頃です。

さて今回は、9月7日（土）・8日（日）に行われた「峰の原の草原をつくろう！Ⅱ」と7月28日（日）から開設している「おやすみどころ」について皆さまにお伝えしたいと思えます。



●草原を作ろうⅡ

2019年9月7日（土）・8日（日）に、「峰の原の草原をつくろうvol.5」のⅡが行われました。ちなみにⅠでは、2019年7月7日に「初夏の山野草を楽しみながらススキ刈り」が行われました。

2か月過ぎた7日。植物写真家のいがりまさしさんによる「植物写真ワークショップ」が行われ、19名の参加がありました。参加者は、10代の学生から年配の方まで、スマートフォンのカメラから本格一眼レフ持参の方まで、さまざま。草原をつくろうに付属して行われていた「峰の原高原リゾートのゲレンデに咲く花の写真フォトコンテスト」には、71枚の写真が応募され、その中から2枚の写真が選ばれました。夕方には、いがりまさしさんによるミニライブも行われました。

8日には、「ガイド付き！草原の山野草観察会」が行われ、25名の参加がありました。7月に行われたススキ刈りによって、たくさんの山野草たちが顔を出していました。7月のススキ刈りに続き参加をしてくださった方、前日に続き参加をしてくださった方などこちらも全国から老若男女問わず。観察会終了後には、ランチタイムがあり、峰の原高原リゾートのキッチンカーのタコス、プラムのゼリー、プルーンなどが用意され、参加者の皆さまはゆっくりとした時間を過ごされていました。

両日もとも天気に恵まれ、峰の原高原にしては気温の高い2日間でした。



●おやすみどころ

2019年7月28日（日）～8月31日（日）の約一ヶ月間、峰の原高原こもれびホール辺りにて、峰の原高原地域おこし協力隊の古川隊員と私のふたりで「おやすみどころ」を開設し、峰の原高原内の案内所・休憩所・グッズ販売所として、営業を行いました。機能・内容については、8月5日に配信された古川隊員のメールマガジンに、詳細が載っているのであわせてご覧ください。

峰の原高原で働き始めて約5か月。日帰りのお客さまが多いことを改めて実感しています。私自身、少し前まで来訪側、日帰りをする側でした。そのためお客さまを迎える側となり、どんな方が何を求めて峰の原高原に来ているのか、何があったら再訪したいと思っていただけるのかなどの仮定や仮説をたてて、の活動でした。



小学校が夏休みの期間ということもあり、小学校低学年くらいまでの子どもや犬連れの家族が平日は平均4組、土日祝日には平均14組が来訪されており、こもれび広場での散策や散歩、アスレチックでの時間を過ごされていました。また、滞在時間は30分～半日と人によってまちまち。アウトドア用のいすやレジャーシートを持参され、ゆっくり過ごされる方、カメラを持ってぐるぐるされる方などさまざま。

朝、開業準備をしている頃に帰る方も。朝方の霧がかった写真が撮りたかったというお客さまで、人が少なく、多種の山野草の群生という点で、峰の原高原はゆっくり写真を撮るのにちょうどいいそう。年に何回か来るという方や、初めて来たという方、20年ぶりに来たという方など、これまたさまざま。

来訪して下さった皆さま、ありがとうございました。今年の夏の峰の原高原はいかがでしたでしょうか。ぜひまたお越しください。



「おやすみどころ」は9月に入り、土日祝日のみ営業をしています。ぜひ、お立ち寄りください。

●お知らせ

2019年10月20日（日）に、ペンション奥さま手づくりのお菓子が並ぶ「お菓子パーティー」が行われます。今年は例年とは少し内容が変わり、完全予約制となっております。お申し込みは、富田ペンションさん（090-4922-9589）まで。

最後の写真は、今年峰の原高原のペンションハイターンシップに来てくれた跡見学園女子大学の学生たちがスマートフォンのライトを使って描いてくれた「みねのはら♡」。天

気の良い夜にはこんな写真が撮れるかも。他ではできない+aな思い出を峰の原高原で作りませんか。

それでは皆さま、ぜひ峰の原高原へお出かけください♪



(須坂市地域おこし協力隊 日下未夕)

摘果りんごジュースが完成しました / 須坂市地域おこし協力隊 成田あゆみの『豊洲フルーツハリウッド農ガール物語』 vol.8

みなさんこんにちは。2017年6月から須坂市豊洲地区で活動している地域おこし協力隊の成田あゆみです。

今年で3年目、活動の最後の年になりました。豊洲で活動するにあたり、摘果りんごの有効活用を探るのが初年度からの大きな目標の1つでした。摘果とは、りんごを大きく成長させるために間引く作業のことを言います。そうして落とされたりんごを摘果りんごと呼びます。

今回は、私の活動のひとつである摘果りんごで作ったジュースの紹介をしたいと思います。



●ジュース完成までの道のり～1年目

活動の1年目は、地域住民の「摘果されたりんごは農薬まみれの毒りんご」という認識が正しいのか調べることにしました。検査は市内にある長野県農村工業研究所(社)へ依頼し摘果りんごの残留農薬分析をしていただきました。使用したのは2番摘果(主に6～7月に摘果

される)です。結果としては、残留農薬は1種類(りんごの消毒に一般的に使用されるもの)で基準値1.0ppm(りんごの食品衛生法)を大きく下回る0.04ppmという、食べても問題のない数値でした。こうして1年目はこの結果をもとに、摘果りんごでも時期を見極めれば安全に食べることができることをPRすることに努めました。



●ジュース完成までの道のり～2年目

2年目は摘果りんごの持つポリフェノールに注目しました。長野県農村工業研究所(社)の研究員の方によると、りんごは木になってから成熟するまでのポリフェノール含有量は大きさに関係なく一定だということです。そこで、1個当たりの含有量が変わらないのであれば、ジュースを作るのに必要な数が多い小さな摘果りんごを使ったジュースの方がポリフェノールをより多く摂取できるのではないかと考え、実証することにしました。

同じ年に採れた摘果りんごと成熟りんごをそれぞれ同様の工程(家庭用ジューサーを使用)を用いてりんごジュースを作り、同量(1ℓ)のジュースを長野県農村工業研究所(社)に提出し、一般成分及び総ポリフェノール、糖度の分析を依頼しました。分析の結果、成熟りんご44.4mg/100gに対し、摘果りんごは90.8mg/100gと倍以上の数値となりました。

以上の経過を踏まえ、今年度はジュースをたくさんの方に試飲していただきアンケートを取り、それを今後の活動に生かしたいと考え、ジュースの量産に踏み切りました。



●農家さんとの共同作業の末に

今年の4月から豊洲のりんご農家さんの栽培作業に参加し、りんご箱12ケース分、重さにして約220kgの摘果りんごを分けていただきました。その後、残留農薬検査も問題なく済んだので、工場でジュースへと加工しました。文面ではうまく言い表せませんが、ジュースへの加工は大変な重労働でした。協力してくれる農家の方々がいなければ完成しなかったのではないかとさえ思うくらい大変でした。そんな大変な作業を経て出来上がったりんごジュースは全部で149本(1ℓ)。市販のりんごジュースに比べ、さっぱりとした甘さで酸味の強いさわやかな味に仕上がりました。現在は成分分析を依頼していますが、昨年度の結果を見るにポリフェノールは成熟りんごの2倍は含まれていると期待しています。今後はこのジュースを試飲していただき、アンケートがまとまりましたら、皆様にご報告したいと思います。



●10月16日東京の豊洲で試飲会を開催します！

来る10月16日（水）午前1時から午後4時まで、東京都江東区の豊洲駅シエルタワー前にて、須坂市豊洲地区のぶどうやりんご、野菜の産直が行われます。そして、その場で摘果りんごジュースの試飲会を開催することになりました！お近くにお住まいの方、ぜひ足をお運びください!!



（須坂市地域おこし協力隊 成田あゆみ）

ヤスデの婚活パーティー / 須坂市地域おこし協力隊 古川広野の『ただいま！峰の原高原』 vol.8

こんにちは。長野県須坂市峰の原高原地域おこし協力隊の古川です。
この記事では、現在の峰の原高原の様子を皆さんにお伝えしていきたいと思ひます。

●ヤスデ

今回は、とあるいきものの紹介です。

ヤスデという生き物をご存知でしょうか。石をひっくり返したりすると、たまにいますよね。足がいっぱいあるアイツです。うぞうぞとうごめいている様子は苦手な方も多いかもしれませんね。しかし、攻撃的で毒も持っているムカデと違い、ヤスデは咬んだり刺したりすることはありません。触れると丸まって体を守ろうとする、穏やかな生物です。ヤスデとムカデの違いは、足の数です。1つの体節に対し、ムカデの脚は1対、ヤスデは2対あります。脚が多い方がヤスデです。英語でも、ムカデはcentipede（百脚）ヤスデはmillipede（千脚）と言います。2倍の差なのに10倍になっているじゃないか、というつっこみはなしでお願いします。気持ちはわかりますけどね。

ただ、いざ目の前に現れたとき、とっさに脚の数なんて見ている余裕はないですよね。そんなときは歩き方でもなんとなくわかります。体の構造上、ムカデはくねくね歩き、ヤスデはまっすぐ歩きます。文字だとどうしても伝わりにくい部分もありますので、興味のある人は動画サイトなどで検索してみてくださいね。

さて、冒頭からどうしてヤスデの紹介が始まったんだろう、と思っている方もいることでしょう。その理由は、現在峰の原高原でも、たくさんヤスデが見られるからです。

●大量発生？

遡ること1か月。オレンジ色のヤスデが峰の原高原で見られるようになりました。俗にキシヤスデ類のヤスデです。『キシヤスデ』という名前は聞いたことがある人も多いのではないのでしょうか。



1976年の秋のこと。山梨県と長野県を結ぶ小海線の甲斐小泉―野辺山間でヤスデが大発生し、ひかれたヤスデからでる体液に含まれる油分で車輪はスリップ、列車が動けなくなるという事件がありました。これが「キシヤスデ」の和名のきっかけだそうです。

現在キシヤスデ類は3種1亜種と考えられています。峰の原高原の種類は、分布から考えるとおそらくトヤマキシヤスデではないかと考えられます。（ここでは便宜上キシヤスデと表記します。）さて、このキシヤスデ、「8年に1度大発生する」と言われています。この大発生は、繁殖のための交尾相手を探すための、いわば婚活パーティというわけ

です。つまり、大発生しているのはすべて成虫。大発生したときに交尾し、11月頃になると地中に潜り越冬して来年の春にそのまま地中で産卵。夏ごろ孵化してまた越冬。その翌年から1年に1回ずつ脱皮し、7回脱皮を終えると成虫となります。基本的に地中で生活しているのですが、成虫になったら交尾相手を探すため地上にぞろぞろと出てくるわけです。

そしてどうやら峰の原高原では今年がその婚活パーティのようで、多くのキシヤヤスデが見られます。残念ながら「キシヤヤスデが見られる！」ということに喜ぶ人は非常に少なく、むしろ気味が悪く不気味に思う人が大多数です。しかし、このヤスデは土壌の落ち葉や土をたべ、分解し、土をよくする働きを持っています。森にとって非常重要的な役割を担っています。大発生が起きた年にキシヤヤスデが食べる落ち葉の量は、その地域での10年分程度の落ち葉と同等の量だった、という調査もあったようです。



そんな森にとって良い働きをしてくれているキシヤヤスデ類は、立派な益虫なのです。しかし、見た目が気持ち悪いので嫌われ、実際は益虫なのにも関わらず『不快害虫』というなんとも哀れな呼び方をされています。かわいそうですね。

というわけで、ちょっと綺麗な姿も紹介しておきます。このキシヤヤスデ、ブラックライトを当てると青白く発光します。淡く光る様子はとても幻想的です。



●峰の原におけるキシヤヤスデ類

さて、今回紹介してきました、キシヤヤスデ。8年に一度大発生する、というのが通説なのですが、前回峰の原高原で多くのキシヤヤスデが見られたのは2013年なんです。8年ごとという周期から考えると、少しおかしいですよ。不思議に思い調べてみると、7令（7年目）の幼虫でも稀に地上で大発生が見られる地域もある、という文を見つけました。周期より早く出る可能性はあるようですが、今年はまだ6年目なのでまだあまり納得できません。もう少し調べていると、低温の状態が一定の期間続くことで脱皮が促されるのではないかと考えられているという一文を見つけました。もしかすると、1年に2回脱皮した年があったりするのでしょうか。またはトヤマキシヤヤスデの生活史が一般的な8年周期のキシヤヤスデとは異なっている可能性もあります。トヤマキシヤヤスデについての生活史は、まだあまり調べられていないようです。もし詳しく知っている方がいらっしゃいましたら是非教えて下さい！

そして2013年より以前に峰の原高原でヤスデの大発生を見たことがある人は、ぜひそれが何年のことだったのか併せて教えていただけるとありがたいです。

●キシヤヤスデ

大発生しているキシヤヤスデも、10℃を下回ると活動も鈍るようになるため、少しずつ地中に帰っていきます。10月下旬にもなれば、見られるキシヤヤスデの数もかなり減っていき、と思われ。キシヤヤスデが見たいという方は、寒くなる前に一度峰の原に来てみてくださいね。逆に見たくないという人は、寒くなるのを待つといいかも。

さて今回はヤスデ特集のような記事でした。咬まないとはいえ、直接触るのはあまりよくないようですのでむやみに触らないようにしてくださいね。

身近ないきものでも知らないことはたくさんあります。ただ嫌うだけではなく、ちょっと調べてみると意外な事実が分かったりして面白いですよ。それでは。

No89 【須坂まるかじり市】出品者で移住して5年の田中果樹園さん / 須坂市地域おこし協力隊 早川航紀の『須坂温泉の愉快的仲間たち』vol.6

地域おこし協力隊の早川航紀（はやかわこうき）です。

今回は、令和元年6月須坂温泉に新しくできた農産物直売所【須坂まるかじり市】で、旬のフルーツや須坂産の魅力ある商品を販売していただいている田中果樹園の田中哲さんをご紹介いたします！



（田中夫妻、家族5人で須坂に移住）

田中さんとの出会いは【須坂まるかじり市】のオープン前。元々須坂の山の方でヤギや羊、鶏を飼っている面白い移住者がいると噂には聞いており、是非須坂温泉に商品を置いてほしいとアプローチをしに伺いました。

●これ以上登ったら山に入っちゃうよ…という所で古民家とヤギを発見

須坂市豊丘という名前の通り景観が素晴らしく、また特産品である野沢菜やトウモロコシが美味しい土地に田中さん家がありました。【須坂まるかじり市】に須坂産の特産品を置きたいので協力して欲しい旨を伝えたところ、「同じ移住者として応援してるよ！」と快く快諾してくれたのを覚えています。そして、その足で田中さんの畑や鶏舎等を見学させていただきました。

●有害鳥獣ハンターとして天性の才能を発揮

元々、畑や果樹園が多い須坂では山から下りてくる猪や鹿、ハクビシンなどの小動物が悪さをすることが問題となっており、田中さんも昨年に狩猟免許を取得。新人ハンターだとは思えない程、畑に悪さをする有害鳥獣を捕獲し、豊丘地区の治安を守ってくれています。

毎朝メルマガのように捕獲報告をくれます。（笑）



(こんな感じで写真が送られてきます)

●田中果樹園自慢の商品

田中果樹園で大切に育てられたヤギの乳から作られた「ヤギミルク石鹸」は肌に優しい！デザインが可愛い！と【須坂まるかじり市】でもリピーターの方もいる人気商品です。また、ぶどうの品種「黄玉」でつくったレーズン「RAISIN」は田中さんが納得いくまで試作し完成した自慢の商品です。噛めば噛むほど「黄玉」の豊かな味が染み出してキャンディのようにずっと口に入れておきたくなる逸品です。



(人気のヤギミルク石鹸)

●田中果樹園の新たな取り組み

家族で大切に育てた果物を色々な形で味わってほしいとの思いで、2019年の今年には新作のジュース2種「AKIBAE」「grape juice」を新発売。今後、須坂市豊丘に動物達ともっと触れ合える場所をつくりたい、ジビエ料理を提供できるお店をつくりたいと常に好奇心旺盛で行動力のある姿はとても素敵です！



(奥様がデザインしたとのこと)

●須坂に移住して5年、住み心地はどうですか？～インタビュー～

須坂は雨も少なく、温暖で程よく乾燥していて暮らしやすいです。魅力的に思うのが須坂は「田舎すぎず、都会すぎないところ」。山もあって川もあって町もある。思い付きで行動するのに何でもできるところが最高です。移住のきっかけは友人にもらった長野県産のりんごの味。豊かな須坂で大切に育てた野菜や果物は本当に格別なので、もっともっとたくさんの人に食べてほしいです。移住者も多く、地元の方も優しいので困ったことがあってもたいていなんとかなりますよ。

須坂温泉古城荘 公式ホームページ

<https://kojousou.co.jp/>

(須坂市地域おこし協力隊 早川航紀)

困難も楽しく乗り切る！塗装職人 / 須坂市地域おこし協力隊 宮島麻悠子の『須坂おもしろ人物記』 vol.6

こんにちは！地域おこし協力隊の宮島麻悠子です。

須坂で活躍している方へのリレーインタビュー第五号は、「miyabi-paintworks 株式会社 雅塗装」の代表取締役「竹内智義さん」です。



宮島：現在南小河原町で塗装業を営んでおられますが、昔からこちらで塗装の仕事をされていたのですか？

竹内さん：現在の会社を作ったのは父です。元々塗装職人として会社勤めをしていましたが、長野オリンピック後に独立しました。ちなみに祖父も塗装職人だったんですよ。

宮島：代々塗装職人をされていたのですね。子どもの頃はプラモデルに色を塗ったり、塗装に興味はあったのですか？

竹内さん：いやー全然！リトルリーグに入っていて、野球に夢中でした。何か作ったりするよりは、とにかく外で遊ぶ方が好きでしたね。

宮島：そうでしたか！でも今や国家資格である一級建築塗装技能士ほか、複数の資格を取得されるまでになっていますよね。一級建築塗装技能士はどんな試験をするのですか？

竹内さん：学科と実技試験がありまして、実技試験では板に下地を塗り、鉛筆で指定された図形を描いて、指定の色に塗料を調色し、きれいに塗る、という一連の作業をします。合格すれば、一定のレベル以上の技術を持っていることが証明される、ということですね。

宮島：きれいに塗るのも技術が必要だと思いますが、調色もすごく難しそうですね。特に既存の塗装壁面の一部を塗り直す場合。例え元々の塗装の色番が分かっていたとしても、経年変化で色が微妙に変わっていたりしたら、色番の情報は役に立たず、現場で合わせるしかないですよね。

竹内さん：そうですね。乾くと色が「昇る」と塗装職人は表現するのですが、顔料が表面に上がってくるので色が濃くなるんです。既に塗ってある色に合わせる場合、乾いた状態に合わせて調色すると結果的に色が濃すぎてしまうので、色が昇るの見越して淡めにしておきます。



宮島 : なるほど。そのさじ加減も職人技ですね。ところで、仕事をしていて「嬉しいこと」は何ですか？

竹内さん : やはりお客さんから「やっぱりプロは違うね！」と喜んでいただけることですね。あとは、若い従業員が褒められるのは特に嬉しいです。お客さんから「一生懸命やってくれましたよ」という言葉をもらえるのは格別です。もちろん若いとはいえお客さんにとってはプロの職人なので、良い仕事をするのは当たり前ですし、自分含め上司が仕上がりをきちんとチェックした上でお客さんに確認してもらうという前提ですが。

宮島 : 自分が指導した後輩が褒められるのは本当に嬉しいことですよ。では逆に仕事で「大変・難しいと感じること」は何ですか？

竹内さん : 仕上がりのイメージをお客さんに正確に伝えることですね。色や質感というのは「感性」なので、人によってイメージするものが違うんです。どれだけ事前に見本を見せて確認していても「思っていたのと違った」と言われてしまうことは残念ながらあります。

宮島 : これは難しいですね。。特にベージュなどは、人によってかなりイメージにブレがありそうです。どうしたら良いんでしょう。。

竹内さん : なるべく大きいサイズの塗装見本を事前に確認してもらったり、パソコンのモニター上で仕上りのシミュレーションを見てもらったりしています。でも結局、実際塗られた状態を見ないと分からないので、1度目の塗装が完了したタイミングで最終確認してもらい、修正点があれば2度目の塗装で調整します。(塗装では通常2度または3度同じ色を塗り重ねます)

宮島 : そこまでやれば間違いなさそうですね。ちなみに、「これだけは他の塗装屋さんに負けない！」という点はありますか？また、仕事の上で大事にしていることは何ですか？

竹内さん : お客さんの立場に立って仕事するという点では、誰にも負けたくないと思っています。また、以前勤めていた塗装の会社は規模が大きくて、公共工事なども請け負っていましたが、塗装屋さんによっては「屋根専門」だとか限られた分野しかやらない所もありますが、色々な経験を積んできたという自負はあるので、塗装できる物になら何でも塗装できます。



仕事で大事にしているのは「楽しむこと」ですね。仕事に限りませんが、何かしていたら次々に課題が出てくるんです。

でも、そこでネガティブな気持ちになるよりも「どうやって攻略してやろうか」と考えた方がいい仕事につながりますから。

宮島：前向きに課題に取り組むことで自身の成長にもなりそうですね。ところで、竹内さんは須坂商工会議所青年部でも様々な活動をされていますよね。9月に開催された職業体験ワークショップでは、実行委員長も務められました。自分の会社を運営しながらこのようなイベントの企画・運営をするのは大変そうですね。

竹内さん：大変ですが、他の人の仕事を見る機会はなかなか無いですし、自分の仕事をどう見せるか考える場にもなるので、自分たちの学びになるんですよ。特にお子さん相手だと、どう分かりやすくするか・興味を持ってもらうのが難しいです。青年部は同世代の経営者が集まっているのですが、色々な考えの人がいるので、何か一つのことをしようとする時すり合わせが大変な時もあります。でも言いたいことを言い合える仲間がいるのは有難いですね。

宮島：それは同世代の集まりの良い点ですね！ 貴重なお話をありがとうございました。次の方をご紹介いただけますか？

竹内さん：睦美装飾の保延友映（ほのべともあき）さん。青年部のメンバーで、山梨から奥さんの実家がある須坂に移住されてきた方です。

宮島：ありがとうございます。というわけで次回は睦美装飾の保延友映さんに決定しました。次回もお楽しみに！！

（須坂市地域おこし協力隊 宮島麻悠子）

こんにちは。峰の原高原地域おこし協力隊の日下です。

峰の原高原では、10月末あつという間に紅葉が終わり、朝起きると樹氷や霧氷、積雪を見ることが増えてきました。霜柱をシャリッと踏んだり、動物の足跡を見つけたり、気温の低い朝の日ならではの過ごし方を日々探しています。峰の原高原で過ごす初めての冬。ドキドキワクワクしつつ、冬本番を待ちます。



今回からオーナーとお話やペンション内の見学、宿泊をさせていただいたことをもとに、“〇〇ペンション”“オーナーさんはこんな方”というのを紹介していきます。ペンションに泊まったことのない方、泊まってみたい方、ペンション選びに迷っている方などの参考になれば嬉しく思います。

さて今回は、『かすみ亭』さんのご紹介です。

かすみ亭は、埼玉県川越市からご家族で移住された横山さんが1994年に開業されました。





かすみ亭のテーマは“自由な旅のスタイルのお手伝い”。都内のホテルでコックをしていたご主人。「一人のお客様に二度は同じ料理を絶対に出さない」こんな想いを持って独立の場を選んだのが、峰の原高原でした。全て手作りの本格フルコース。口コミによりお客様が広がっていったそう。そんなご主人が亡くなられ、現在は、奥さまの三恵子さんがオーナーとなり、息子さんと一緒にペンションを運営されています。



かすみ亭は、峰の原高原では唯一“素泊まり専門”のペンション。朝食・夕食は予約をする際に追加が可能で、○時に食事を、△時～◇時内に入浴を、という時間の縛りがなく良いそうです。その他、24時間入浴可能、お部屋は洋室・和室が選択可能、別途で囲炉裏のお部屋が利用可能です。ペンションが、根子岳の登山道近くに位置していることもあり、登山のお客様が多いそうです。





現オーナーの三恵子さんにとっては、ご主人の「ペンションをやりたい！」という気持ちによって、たまたま訪れた峰の原高原。けれど、今までペンションを辞めようと考えたことはないそう。「窓からの景色は、自然の緑と雪の白。二回かな、雨氷も見たわよ♪」、「ココは、適度にペンションがくっついていて、回覧板も歩いて持っていけるような場所で、寂しくなく、というところで、ばっちりなのよ。ちょうどいいのよ。」そう、にこにご笑顔でおっしゃっていました。自然とも、お隣さんとも、お客さんとも、くつつきすぎず、離れすぎず、“ちょうどいい”場所だそう。



かすみ亭の玄関には、季節を感じられる素敵な工夫が。ペンションを訪ねる際は是非にちらっと。おふたりの人柄とともにお楽しみください。



クリスマスが近づくこの頃、ペンションの入り口には様々なリースが飾られています。ペンションごとに違い、今の時期ならではの楽しみです。ぜひ峰の原高原へお出かけください♪

～*～*～*～*～*～

ペンション かすみ亭

<https://www.kasumitei.net/>

～*～*～*～*～*～

(須坂市地域おこし協力隊 日下未夕)

摘果りんごジュースの経過報告 / 地域おこし協力隊 成田あゆみの『豊洲フルーツハリウッド農ガール物語』 vol.9

みなさんこんにちは。須坂市豊洲地区で活動している地域おこし協力隊の成田あゆみです。

私は平成29年（2017年）6月から地域おこし協力隊として活動をしており、今年で3年目、活動の最後の年になりました。

豊洲で活動するにあたり、摘果りんごの有効活用を探るのが初年度からの大きな目標の1つでした。

摘果とは、りんごを大きく成長させるために間引く作業のことを言い、落とされたりんごを摘果りんごと呼びます。

今回は、前回紹介した摘果りんごを活用したジュースについての経過報告をしたいと思います。



●試飲アンケートを行っています

今年（2019年）の4月から豊洲のりんご農家さんの栽培作業に参加し、仕上げ摘果（8月上旬頃）のりんごを分けていただきました。そして残留農薬検査を済ませたりんごを、農家さんの協力のもと、工場でジュースへと加工しました。市販のジュースに比べ、さっぱりとした甘みで酸味の強いさわやかな味が特徴です。

ジュースが完成してからこれまで、イベントや講座など様々な催しで参加者に試飲・アンケートを行ってきました。



数はまだ不十分ではありますが、結果を表にしました。

試飲アンケート(86名)

味①	おいしい 84	おいしくない 2		無回答 0
味②	すっぱい 31	あまい 6	ちょうどいい 28	無回答 21
購買意欲	買いたい 46	買いたくない 1		無回答 39
金額	～500円 36	～1000円 10	1000円～ 0	無回答 40

●男性と女性で感じ方が違うようです

アンケート結果では、全体的においしいという意見でした。酸味を感じる方が多かったですが、その酸味がおいしいという意見が多くあり、すっきりとしていて飲みやすく、販売されたら購入したいという意見も多くいただきました。東京で行われた産直市では購入希望者が特に多かったです。

意外だと感じたのが、男性と女性で酸味の感じ方が違うことでした。女性は酸味をちょうど良いと感じる方が多かったのですが、男性の方がより酸味を感じたようで、なかにはとてもすっぱいとおっしゃる方もいました。しかし、酸味の感じ方は違えども男女ともに好意的な意見が多く、摘果りんごジュースの販売に向けて一歩進んだように思います。



●今後の予定

今後は今年加工したジュースすべてを使い、アンケート調査をする予定です。より多くのアンケートを基に摘果りんごジュースの可能性を探っていきたいと思います。今後の試飲の予定につきましては須坂市地域おこし協力隊のfacebookをご覧ください。



(須坂市地域おこし協力隊 成田あゆみ)

