

MIND信州

Vol.65



特集

トクトクな旅日記

清里高原ホテル

山梨県立まきば公園と富士山

情報誌『マインド信州』
公益財団法人 中小企業なごの財団

☎026-228-1176

<http://www.mdnagano.or.jp>

トクトクな旅日記	1
信州・食べ物紀行①	5
なるほど! 信州“深”発見	7
信州の四季百景	9
マインド ホット! ステーション	12
信州歴史人物ストーリー	13
ホットスポット	15
信州マインド瓦版	17
歴史への旅	19
信州・食べ物紀行②	21



「八ヶ岳ブルー」と言われる青空も見ごとな清里高原のリゾートホテル

八ヶ岳の南側で癒される 青く広い空の下、澄んだ時間を

| 天空の楽園

八ヶ岳南麓に位置する清里高原は、遠景の富士山にも感激の、お隣・山梨県が誇るリゾート地。今は大人の避暑地として注目が集まる中、その魅力に出会えるのが、ここ清里高原ホテルだ。

北に雄壮な八ヶ岳、南に南アルプスと富士山を望む素晴らしいロケー

ション。ホテル周辺は国定公園に指定されているため、春の芽吹き、夏の深緑と、四季折々の表情が素晴らしく、ありのままの自然と向き合える。標高1,470m、澄んだ空気のおいしさを感じながら、玄関前のロタリーに到着すると、ホテルスタッフが優しい笑顔で迎えてくれた。



巣箱と野鳥



フロントの
カウンター



到着後、
荷物をロビーへ



チェックインはソファにて



近年改装の際、最上階に誕生した
プレミアムツイン



客室から望む遠景の富士山に感動



館内のテディベアもリラックス

客室・温泉・ リラクゼーション

全室南向きの客室は、富士山、南アルプスを眺めるマウンテンビュー。ツインルームをメインに、どの部屋も時代にあったシンプルさとラグジュアリー感を備える。畳空間のある「デラックスツイン」やリビングスペースを持つ「スイート」、檜風呂付き「和室」もあり、夫婦や家族連れにも利用しやすい。そして客室から見える中庭には、ホテルのシンボル「からまつ湖」が。



四季折々の表情を
魅せる、中庭の
「からまつ湖」



さすがが名水100選の
地、豊富な水量の湧水
が流れ入る

八ヶ岳の湧き水が流れ込む環境に、泳ぐ鯉も元気そう。湖一周15分の散策道は、朝の散歩にちょうど良い。

「疲れがとれる」とリピーターも多い人気のリラクゼーション。自然療法を取り入れた「アロマエステ」、整体&マッサージの「リラクゼーション整体」、「708温石ベッド(コロナ感染拡大により営業自粛中)」と、自然豊かな高原での施術はまた格別のような。



高原のリラックス効果も加わり、
好評のリラクゼーション

木の香漂う大浴場には、八ヶ岳の湧き水を利用したサウナ付きの内湯と、



夜は満天の星空を仰ぐ温泉露天風呂

樹齢250年の秋田杉の矢倉と総檜で作られた温泉露天風呂があり、男女朝晩入替制。女性風呂の脱衣所には、15:00～24:00までベビーベッドが置かれ、小さな子どもも安心して入浴。肌に優しく、やわらかなお湯が、全身の疲れを癒してくれる。泉質はナトリウム炭酸水素塩泉で、関節痛・神経痛・慢性消化器病などに効能あり。



八ヶ岳の湧水による肌なじみのいい湯が
楽しめる大浴場



【左上】
椎茸のローストとつぶ貝
グリーンマスタードソース

【右上】
牛タンの赤ワイン煮
季節野菜と共に

【左下】
洋梨ムース ベリーアイス

「フレンチレストラン ル・プラトー」での夕食の一例

至福の フレンチ&和食

地元の新鮮食材をふんだんに、旬の美味しさを大切に作られるフレンチと和食。「フレンチレストラン ル・プラトー」、「日本料理 宝寿」それぞれの空間では、専属シェフと料理長が真心込め、清里高原の魅力を散りばめた料理でおもてなししてくれる。

今夜のディナーは「本格プレミアムコース」のフレンチに。前菜から高原の野菜をふんだんに、メインの魚、肉料理のソースにも野菜を取り入れるなど、一皿一皿に清里高原を感じる。ワイン王国・山梨県産ワインをマリアージュ。前菜からデザートまで幸せな時間を堪能したい。



山梨県産ワインはもちろん各国のワインもそろえる

朝食は和と洋のどちらか選べ、今朝は和定食を。山梨名物ほうとう入りの味噌汁や蒸し料理など、その場で火をいれ、出来立てがいただけるという心遣いが嬉しい。卓上に添え

られた富士吉田の名物・すりだねは、赤唐辛子をベースに胡麻や山椒などを加え、油で炒めた薬味で、味わいある辛味にご飯がすすむ。

どちらの空間も窓が広く、星が瞬く夜は静かな森を、朝は季節の移ろいなど季節も感じながら開放的な気分で食事ができる。



野菜豊富で栄養バランスもいい、ある日の「高原の御朝食」



前菜をサーブする



「日本料理 宝寿」での朝食の一例



天文台口径 150mm の屈折式望遠鏡がある天文台 (現在は利用停止中)

名峰の稜線を境に、数多の星が彩る清里高原の夜空

毎夜、星空観察

日本有数の天体観測地・八ヶ岳山麓。特にこの清里高原は、空気の透明度と晴天率が高く、昔から天体観測が盛んだったという。そんな土地柄もあり、ホテル内に天文台が設置されている貴重な環境だ。現在はコロナ対策のため残念ながら利用自粛中だが、ホテル敷地は国定公園内で



「星空観測会」では星空ナビゲーターによる熱心な解説が好評

街灯が規制され、星空観測には抜群の環境。星空ナビゲーターによる「星空観測会」を毎夜開催中で、天気がいい時は外へ出て観測も。星の話や星座案内はおよそ30分。熱き解説のもと、壮大な宇宙を感じるひとときを。

新型コロナ対策について

清里高原ホテルでは心地よいホテルライフのために「新型コロナウイルス感染症拡大防止対策」として、従業員の取り組みの徹底はもちろん、徹底した衛生管理を行っている。

館内では、客室のカギや受付用品はその都度、消毒。アクリル板や消毒液の設置、定期的な換気にもつとめる。客室清掃では、手の触れる機会の多い箇所は、消毒液を使用した掃除を徹底している。

混雑状況により、フロントロビー、レストラン、大浴場、売店などの入



テーブル消毒もこまめに



客室も丁寧に消毒

場制限も行い、また天体ドームの使用も停止。来館者が安心安全に過ごしてもらうため、最大限の衛生管理を行っている。

清里高原ホテル 山木 義孝 支配人

標高1,470mの立地に佇む当ホテルは、自然豊かな星空も素晴らしい「天空の楽園」です。日常から少し離れた寛ぎのひとときをお過ごし下さい。



清里高原ホテル

〒407-0301 山梨県北杜市高根町清里 3545
TEL0551-20-8111 FAX 0551-20-8112

- チェックイン / 15:00
- チェックアウト / 11:00
- 駐車場 / 50台 [無料・予約不要]
- アクセス / 中央道・長坂ICより清里高原大橋経由で約20分



信州産ホップが新風吹き込む
クラフトビール最前線

ビールの苦みと香りのもととなるホップ。長野県は昭和の時代まで、このホップの一大産地だったことをご存じだろうか。近年では、ホップを自家栽培するブルワリーが登場し、個性豊かなクラフトビールが次々と生まれている。こうしたブルワリーの先駆けとして、17年前からホップ栽培を行う「玉村本店」取材した。

復活したホップ栽培

ビール造りに欠かせないホップ。その名は知っている、畑や実物を見る機会はそうない。ところがかつては、長野県がホップの一大産地だったというから驚きだ。100年以上前に北海道で誕生した「信州早生」は、現在最も多く栽培されている国産のホップ品種。試作の結果、信州の冷涼な気候に適した品種であることがわかり、1919年に「信州早生」と命名された。以後は昭和時代にかけて、長野県各地で盛んに栽培されていた歴史があるのだ。

「玉村本店」は、酒米づくりにも取り組む老舗の造り酒屋。昭和30年代後半まで日本屈指のホップ産地と

玉村本店では350株ほどのホップを栽培。緑色の松ぼっくりのような形をした「毬花」が、ビールの原料になる

して栄えた志賀高原の地で、2004年からビール醸造(志賀高原ビール・山伏)を始めた。酒造りは風土を醸すこと。自らの手で原料をつくり、農と向き合う——。こうした精神はビール醸造にも受け継がれ、翌年にはホップ栽培に着手した。当時県内では、信州早生を栽培する農家は皆無。栽培が盛んな岩手県の生産者から苗を取り寄せ、畑づくりが始まった。こうして半世紀以上の時を経て、志賀高原のホップ栽培が復活の日を迎えることとなる。

ホップは、らせん状に伸びるつる性の多年草植物。このつるの先にできる「毬花」が、ビール醸造に使われる。「毬花」のつけ根には「ルプリン」と呼ばれる黄色い花粉のようなものが含まれ、これがビールの苦みや香りのもとに。ビールの腐敗を防ぐ殺菌効果や泡持ちを良くするといった役割も果たす、ビールになくしてはならないものなのだ。



5月頭、地中の株を掘り起こして整理する「株ごしらえ」や、紐につるを絡ませる「つる上げ」が済むと、つるが上へ上へと伸びていく

ホップは 風土を映す

およそ300坪の玉村本店の畑では、「信州早生」「カスケード」「センテニアル」「ウィラメット」の4品種を栽培。毎年7月末～8月半ばに収穫期を迎えると、「毬花」を一つ一つ手摘みし400～500kgを収穫する。「ホップを摘むと、



収穫期は品種にもよるが、7月末～8月半ば。高さ4～5mもの棚に巻き付いたつるを切り落とし、「毬花」を丁寧に手摘みする

手にレモンやハーブのような爽やかな香りが付くんです。この香りに包まれての収穫は、言葉にならないうれしさです」と話すのは、ホップ栽培とビール醸造に携わる中村友哉さん。収穫したての生ホップをすぐさま釜に投入して仕込む「Harvest Brewシリーズ」(限定販売)は、生ホップならではの瑞々しい香りが楽しめる胸を張る。

生ホップをそのまま使う以外にも、収穫したホップを乾燥させることで、玉村本店では自家栽培ホップのビールを通年販売。醸造においては輸入ホップを併用し、自家栽培ホップは主に香りづけに使う。「煮沸工程を終えた熱々の麦汁にホップを投入。フレッシュな香りをビールに移し、自家栽培ホップの持ち味を活かします」と中村さん。では、この「持ち味」とはどんなものか。例えば同じアメリカの品種でも、輸入ホップ



㊤ 志賀高原 IPA Harvest Brew (389円)

看板商品である「志賀高原IPA」の生ホップ版。自家栽培の「センテニアル」を、生のまま贅沢に使って仕込む。8月中旬～9月中旬発売

㊦ Miyama Blonde Harvest Brew (389円)

共に自家栽培の生ホップ「信州早生」と酒米を使用した限定品(8月中旬～9月中旬発売)。乾燥ホップを使った「Miyama Blonde」は通年販売

㊧ 山伏 春 saison one (1257円)

自家栽培の「信州早生」と酒米を使用し、750mlの瓶内で二次発酵。きめ細かな炭酸と複雑な香りが楽しめる。こちらは通年販売

と中村さんたちが育てたホップでは、味も香りもまるで異なるという。「派手なアメリカ産と比べ、自家栽培ホップは優しく染み入る感じ。栽培する土地によって、こんなにも違うものかと実感します」。

信州生まれのホップで、信州だからこそできるビールを造る。これぞまさに「風土を醸す酒づくり」だ。とりわけ収穫期にしか味わえない生ホップ仕込みのビールは、大地の恵みそのもの。各社で発売される7月～9月が待ち遠しくてたまらない。

■取材協力

玉村本店

下高井郡山ノ内町大字平穂1163

TEL.0269-33-2155

<http://www.tamamura-honten.co.jp>



玉村本店直営のバー&レストラン「THE FARMHOUSE」。最大13種類の自社ビールが味わえる

信州産ホップ使用! これぞmade in 信州のクラフトビール



㊨ オラホビール ニューベルセゾン(327円) 通年販売
自家栽培ホップを一部使用した長野県内限定販売のビールが、このたび全国に向けて新リリース。最大の魅力は、酵母由来のエlegantな香り。口当たりは柔らかく苦み控えめ。

㊩ ビエール・ド・雷電季節仕込みビール 秋仕込み IPA(366円) 8月下旬頃～限定発売
年に4回、季節に合わせたビールを発信する限定シリーズ。秋仕込みは、自家栽培の生ホップ「カスケード」をふんだんに使用したIPA。グラスからふわっと立ち上る香りを楽しんで。*2021年よりパッケージ等リニューアル予定



㊪ 安曇野エール(660円) 通年販売
自家栽培のホップ「信州早生」をはじめ、麦芽も手作り。地元の原料にとことんこだわった100%安曇野産のクラフトビール。フルーティーな香りに加え苦みも少なく、飲み口抜群。

㊫ COCORO BEER(693円)

通年販売
長野県最南端・飯田市で栽培された「信州早生」を使用。すっきりとした口当たりの後に、「信州早生」の穏やかな柑橘系の香りと、心地良い苦みの余韻が広がる。



㊬ 宝剣岳エール(523円)

7月～8月 数量限定販売
中央アルプスの麓、駒ヶ根市で育てたホップ「カスケード」「ブルワーズゴールド」を一部使用。伊那谷産二条大麦100%のモルトのkokの中に、柑橘系フルーツの香りが膨らむ。



㊭ 株式会社 信州東御市振興公社
オラホビール
東御市和3875
TEL.0268-64-0006

㊮ 有限会社 斉藤農園
安曇野市堀金烏川5699-1
TEL.0263-71-1560

㊯ 南信州ビール株式会社
駒ヶ根市赤穂759-447
TEL.0265-85-5777

㊰ 株式会社 丸中中根園
COCORO FARM VILLAGE
飯田市川路7620
TEL.0265-49-0831

和田 英

蚕糸王国の 礎となった人

第2回

明治7年、富岡製糸場で最先端の繰糸技術を身に付けた横田英らは、盛大な出迎えを受けて故郷に帰った。明日からの彼女たちの務めは、旧松代藩士の出資によって地元設立された国内初の民間蒸気製糸場「六工社」で技術指導者として働くことだった。

六工社は、大里忠一郎ら旧松代藩士の出資により埴科郡西条村(現長野市松代町西条)字六工に設立された。明治維新以来、地域の疲弊した経済の救済と繁栄を図ろうと、国内唯一の官営富岡製糸場を手本にした日本で初めての民間蒸気製糸場である。工女五十人繰りの規模で、社長には春山喜平次、副社長には大里忠一郎が就いた。今号では、和田英著『富岡日記』収録の「富岡後記」から、伝習工女の故郷での奮闘振りをみてみよう。

明治7年8月、富岡から戻った和田英ら15名は、早速故郷に完成したばかりの六工社を訪れた。かねて覚悟は



「信濃国何品軍西條邑六工社製糸場之図」明治初期の民営器械製糸場のようすが克明に分かる(長野県立歴史館提供)

していたから驚きはしなかったと英は「富岡後記」に記すが、フランス人技師が関わって西洋の技術を取り入れた官営富岡製糸場と、日本人だけでつくった六工社とでは設備に歴然の差があった。使う繭の品質も富岡のものとはまるで違う。しかも英は病に伏し、六工社の開業式に出席できない事態となる。

ようやく小康を得て製糸場に足を運んだ英であったが、富岡で共に学んだ仲間たちは、六工社には質の悪い繭しか入ってこず、これでは良い糸が取れないと不満を漏らす。英は「悪い繭で良い糸を取るのが私たちの腕前」と彼女たちをなだめ、また経営者に対し

ては工女の言い分も尤もであると富岡での様子を説明した。中間管理職の役回りも果たす英であったが、彼女とて六工社の設備に満足していたわけではない。思わず母に不平を漏らすと、設立に携わった人のご苦労ご恩を忘れて、お前がそんなことを言えた義理ではないと叱られ、「国益を計るなどは決して楽で出来るものではない」と諫められた。

実状を知らない人の中には、「やめておくれよ西条のきかい、末は雲助丸はだか」と歌い六工社を笑いものにする者もいる。口さがない世間に耐えられたのは、共に働く仲間の存在と家族の支えがあったからだ。

英たちが糸の質を上げようと苦心する一方、六工社経営陣の悩みは別のところにあった。富岡式の繭を蒸気で蒸して繰る方法では生産性が上がらないからと、大里は自分の妻・里に繭を煮て繰らせ、より多くの糸が取れることを工女たちに示したのだ。以後この方法で生産すると聞かされ、英たちの腹立ちいかばかりだったか。「私共とて煮てとる位なら富岡までわざわざ修行には



六工社製糸場復元展示(長野県立歴史館)



働く工女たちの様子



六工社製糸場復元展示(長野県立歴史館)

参りませぬ。(中略)お里様のおとりになりました糸と私共が繰りました糸、双方横浜へお遣わし、西洋人に価を付けさせて下さいますよう、(中略)良品を製します方が国のためと存じます」と英は臆することなく経営陣に意見を述べた。

この騒動は経営側が理解を示す形で収まるが、品質か生産性かのせめぎ合いはこの後も続く。英はその度に糸の品質には断じて妥協しない姿勢を貫いた。検査係の英があまりに厳しい目で太さの揃わない糸を良品から除くのに苦言した大里に対し、「六工社の糸にむらがあったと言われましては、六工社の恥になります。小さく申せば六工社の恥、大きく申せば国の恥」と強情を張るのである。英の目は、松代という地域をはるか越え世界の市場を見てい

たのだろう。

創業2年目を迎えた六工社で、生産した生糸をいよいよ売り込むこととなった。横浜の検査場では、座繰でとった他所の糸は上等な繭を使っているから雪のように白く量も多いのに、六工社の糸は悪い繭ばかりでとったから真っ黒でわずかに2梱だけ。持ち込んだ中村氏は恥ずかしいやら情けないやら穴があつたら入りたい心地である。しかし、六工社の糸を一目見た西洋人はすぐさま「これは蒸気器械の糸ではないか」と見抜く。「このような糸なら何ほども買ってやる。この次は沢山持って来るように」と言うのである。結局、六工社は初売り込みで650枚を売り、売上は1083円30銭となった。一方座繰でとった他所

の糸は買い上げ量も少なく、売上は750円にしかならなかった。

この一事で六工社といえば生糸では並ぶものがないとその評判は瞬く間に広まる。かつて「末は雲助」と嘲笑った歌ももう聞くことはなくなった。創業間もない六工社では、その後も富岡帰りの工女たちのストライキ起こり、穏やかならぬ日々もあるが、繭の買い入れも増え、生産技術も改善され、諸国から視察に訪れる同業者も増えていったという。

英は六工社で4年ほど働いた後、県営の長野県製糸場で製糸教授を務め、陸軍軍人の和田盛治と結婚して製糸業の一線から退いた。

今、長野市松代の六工社跡には往事の面影は見えないが、千曲市の長野県立歴史館には、同社の器械製糸設備を再現した展示が常設されている。



長野県立歴史館では六工社の復元展示を常設展示している

信州の四季百景

水のある風景



©上高地観光旅館組合

上高地

上高地 [松本市]

▲「特別名勝」「特別天然記念物」と、ふたつの称号を持つ信州屈指の山岳リゾート。穂高連峰の雄姿と梓川の清冽な流れが、日々の喧騒を忘れさせてくれる。大正池や明神池など、美しい水辺スポットにも足を延ばそう。

問 松本市山岳観光課 TEL.0263-94-2307

3000m級の高峰がひしめき、「日本の屋根」とも呼ばれる信州。こうした山々から下る水が大地を潤し、変化に富んだ水辺の風景をつくり出す。渓谷を涼やかに流れる清流、すべり落ちる滝の水しぶき、エメラルドグリーンに輝く水面――。

さあ、五感で涼む水辺の旅へ出掛けよう。

あ て ら け い こ く

阿寺溪谷 [大桑村]

▶「阿寺ブルー」と称される透明度の高い清流が、神秘の色をたたえる溪谷。狸ヶ淵や牛ヶ淵といった淵をはじめ、奇岩や滝が織り成す溪谷美を堪能できる。7月中旬～8月末頃は車両進入規制が行われるので、事前に確認を。

問 大桑村観光協会 TEL.0264-55-4566



阿寺溪谷

白糸の滝 [軽井沢町]

▶ 幅70mに渡って、地下水がすだれのように連なって降り注ぐ優美な滝。湾曲した岩壁をつたって流れ落ちる滝の姿に、心癒される。7月末～8月末の夜間には、幻想的なプロジェクションマッピングイベントも開催予定。

問 白糸ハイランドウェイ TEL.0267-31-0070

軽井沢観光会館 TEL.0267-42-5538



白糸の滝

あつみの だゆうすいぐんこうえん

安曇野わさび田湧水群公園 [安曇野市]

◀ 伏流水となった北アルプスからの雪解け水が湧き出す親水公園。日量70万トンもの湧水量を誇り、真夏でも水温が15℃を超えることがないとか。環境省の「名水百選」、国土交通省の「水の郷」にも認定されている。

問 安曇野市都市建設部都市計画課 TEL.0263-71-2249



安曇野わさび田湧水群公園（憩いの池）

雷滝 [高山村]

▼ 別名「裏見の滝」とも呼ばれる雷滝は、その名の通り滝の裏側から水が流れ落ちる様を見ることができる人気スポット。落差30mの水しぶきと轟音は、息をのむ豪快さ！冬期は閉鎖、4月下旬のGW前頃から観瀑できる。

問 信州高山村観光協会 TEL.026-242-1122



雷滝



樽滝

樽滝 [木島平村]

◀年に2回だけ出現する幻の滝。滝の上流にある「玉滝不動明王」の例祭が行われる5月8日と、紅葉シーズンの10月第4日曜に、普段は水力発電に利用されている水を放流する。この滝を見ると幸せになれるという言い伝えも。

問 (一社)木島平村観光振興局 TEL.0269-82-2800

高瀬ダム [大町市]

▼ロックフィルダムとしては、日本一の高さを誇る巨大ダム。エメラルドグリーン of 壮大なダム湖は、「ダム湖百選」にも選ばれている。「七倉ゲート」から高瀬ダム間は、徒歩か特定タクシー(春～秋運行)のみ通行可能。

問 大町市観光協会 TEL.0261-22-0190



高瀬ダム

そらさんぼ天龍峡 [飯田市]

▶名勝・天龍峡に架けられたアーチ橋「天龍峡大橋」。その桁下に設けられた展望用の遊歩道「そらさんぼ天龍峡」から、地上80mの爽快なパノラマビューが楽しめる。3月～10月の通行可能時間は、6:30～18:00(無料)。

問 天龍峡観光案内所 TEL.0265-27-2946



そらさんぼ天龍峡

それは突然、一夜にして
魂が入れ替わり、切り絵の世界へ。
人のご縁、感謝を忘れず、
描きたいものがあふれる日々。

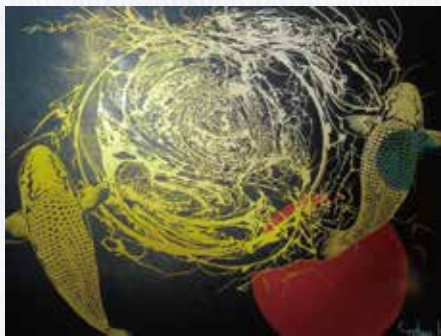
◆切絵師
由香利さん(千曲市)

繊細な作風、気さくな人柄

水の流れを表現した優雅な曲線、金色と漆黒の光と影が織りなす奥行き…壮大で繊細な世界観に、これが切り絵かと思惑うほど。千曲市のギャラリー「アートまちかど」の郷土ゆかりの作家コーナーで、千曲市在住の切絵師 由香利さんの作品はひときわ存在感を放つ。繊細な作風から、身構えたが、普段は自他ともに認める「大雑把」だと笑い、初対面ながら気さくで話しやすい人だった。



山ノ内町北志賀高原・夜間瀬の出身。実家はりんご農家で、姉と弟の3人姉弟。「真ん中で好き放題」だったが、自然の中で遊ぶしかない環境でのびのびと、同時に絵を描くのも好きな子供だった。「美しい自然の風景」を描くのは、そんな生い立ちも影響する。その後も独学のイラストで挿絵の仕事をしていた。



「生きとし生けるもの」(2018年)



魂が入れ替わり、切り絵の世界へ

そんな由香利さんが切り絵と出会ったのは8年前の不思議な体験から。結婚し子供にも恵まれた32歳の時。様々な悩みから人生のどん底だったある日、突然、一夜にして「魂が入れ替わった」。信じがたいが、今までの自分から「全く別人」になったという。例えば、好きなもの、服装、性格…が変わり、「自分が自分じゃないみたいになった」。悩んだ末に、上田市のスピリチュアルカウンセラーに相談する。その方に見てもらった御礼にと、渡した手作りの小さな切り絵。それがきっかけで「凄い才能が眠っている」と促され、変わってしまった自身を受け入れながら、導かれるように切り絵の世界へ入っていく。

切り絵はひとつのメッセージ

独学で始めた切り絵。インスピレーションで頭の中に浮かんでくるという構図は、型にはまらず振り幅が広い。長野県の自然の風景や幻想的なもの、時には動物など様々で、年々複雑さが増している。浮かんでくる構図を落として切り出す作業は、楽しくてたまらないという。



「千曲市アートまちかど」でのワークショップ

自ら生み出した作品から、縁が繋がっていくことも嬉しい。2013年から国内外コンクールでの受賞から、長野灯明まつりの大灯籠のデザイン、松代郵便局の切手「県歌 信濃の国 制定50周年記念」シリーズは第3弾まで続き、さらに千曲市の広報紙にも採用されている。海外での反応もよく、注文が入ることもある。少しずつ広がる中で、作品としてどんな人にも見てもらえて考えてもらえる、寄り添える存在になりたいという。その一つに「切り絵」を身近に感じて欲しいとワークショップを続けている。かつて御朱印帳を作った際に参加した80歳の女性。旦那さんの命日に善光寺へ行くため、人生最後の御朱印帳を手作りできたと涙を流して喜んでくれた。個展でも「すごく元気が出た」と涙を流す人もいて、本当にやっていてよかったと思う。

見えないものにも感謝する

コロナ禍で「作品に没頭できる時間が増えて有難い」としつつ、見えない疫病との戦いは長引きそうな状況だ。「日本人としてどうあるべきか」が問われる中、「目に見えないものの方が多い世の中で、見えないものに感謝することの大切さを感じ、今後はそれを作品を通してもっと伝えていきたいという。



「魂とわたしの旅」(2020年)



魂が入れ替わって約10年、人生は本当に何があるか分からない。「もっと殻を破って自分も作品も

変わっていく」。由香利さんはあふれる画欲を切り絵に込めて、感謝をしながら向き合い続ける。

切絵師 由香利
<https://www.kirieshiyukari.com/>

●展覧会情報
「郷土ゆかりの作家展 月の都千曲 第二章」
4月24日(土)~5月23日(日)
会場/千曲市アートまちかど

もののふ
武士の世の扉

木曾義仲

【第2回】— 義仲、京へ入る。 —

院政や平氏政権という既存の政治体制を壊し、鎌倉に武家政権が誕生する。

その幕府を開いたのは源頼朝であったが、平氏を討つことでこの大きな時代の扉の前に初めに立ったのは木曾義仲であった。

木曾義仲は反平氏の気運高まる北陸道諸国も味方に付け、その勢力を急拡大した。

義仲が横田河原の戦いで勝利した養和元年(1181)の前年10月、平維盛率いる軍は富士川これもりの戦いに敗れ、平氏政権が支配する東端は尾張の国となっていた。あくまで福原に都を置くことにこだわった平清盛であったが、軍事情勢が悪化するに及んで、都を平安京に戻すことを認め、還都後すぐさま東国遠征軍を再編成する。しかし近江、次いで美濃での戦いは徐々に源氏が優勢になっていく。そして養和元年閏2月4日、清盛が死ぬと後白河法皇が復権した。

国政の表舞台に振り返り咲いた後白河法皇は、平氏に代わる政権を構想し、義仲同様河内源氏の流れを汲む源頼朝を自らの意に沿う武家として朝廷に服させようとする。頼朝はかつて朝廷での職歴もありながら、皇位継承をめぐる争いには無関係だ。再び実権を握ろうとする後白河にとってこれほど好ましい人材はいない。頼朝も後白河から板東の勢力圏を認められれば大きな後ろ盾となる。両者の利益は一致した。後白河からの密かな接触に対し、頼朝は朝廷への帰順の意を表す。

養和元年(1181)は、京都を含め西日本一帯が飢饉に陥った。鴨長明は『方丈記』に京都市中の死者が4万2300人あったと記す。政権を維持したい平氏にとって、飢饉の影響を受けなかった北陸道とそこから得られる年貢は生命線である。ゆえに信濃から北陸道へ押し出してきた義仲の存在は改めて大きな障害となった。

8月、平氏通盛の軍勢が追討使として北陸道に入る。次いで翌9月越前国府に達すると、それを知った義仲は、根井行親の軍を加賀から越前へ向かわせた。両軍は越前・加賀の境でぶつかり、

義仲と平氏との北陸道での戦端が開かれる。この緒戦は、追討使軍に属していた越後の軍勢が根井軍に寝返ることによって義仲軍の勝利が決し、平氏は敦賀まで退却する。北陸道における平氏の勢力は若狭国まで抑え込まれ、日本海から京への輸送をかるうじて保てる状態となった。

年号改まり寿永元年(1182)年、ひとつの事件が奈良で起こる。諸国の源氏に平氏追討の決起を呼びかけ、自らは討ち死にした以仁王(後白河法皇の第2皇子)の遺児・北陸宮が奈良から北陸道へ逃れた。自らを頼った北陸宮を義仲は越中国宮崎にて迎える。これにより義仲の立場は大転換した。以仁王の子を戴くことで大義を得た義仲は、もはや信濃から発した一反乱分子ではない。皇位継承争いに関わる重要な位置付けとなった。平氏は後白河法皇の孫・安徳天皇を奉ずることで政治の中樞にしがみついた。後白河法皇は密かに頼朝と通じて次の政権を模索する。その争いのただ中に、義仲は今入っていったのである。



平氏との本格的な合戦を前に、義仲には気掛かりなことがあった。上野国の支配を巡って摩擦が生じていた頼朝との関係である。その修復のため義仲は嫡子義高を頼朝の長女大姫の婿として送る。事実上の人質であった。両者の間に和議が成り、義仲は後顧の憂いなく信濃を出て北陸道での決戦に趣いた。

寿永2年4月、「平家物語」によると10万の平氏軍が越前国に攻め込み、燧城を落としてさらに5月加賀国に入る。ここで総大将平維盛率いる7万は礪波山を越え礪波平野へ出る道を進み、残り3万は志雄山から礪波平野へ出る道をとった。5月11日、義仲は別働隊を志雄山へ向かわせ牽制する一方、本隊を率いて礪波山を挟み平氏軍と睨み合う。兵の数で圧倒的に劣る義仲は昼間の合戦を挑まなかった。勝機は夜しかない。敵が決戦の場と目した平野に出るべく6月1日夜に峠を越えたところで、義仲は夜襲を仕掛ける。世に言う倶利伽羅峠の合戦だ。

平氏軍は遠征軍であり、数は多くとも統制が取れていない。加えて峠越えて疲れていた。義仲の大勝利は必然である。ちなみに倶利伽羅峠の合戦では、義仲軍が数百頭の牛の角に松明を括り付けて敵陣に放ったと『源平盛衰記』に描かれているが、実際のところは分からない。

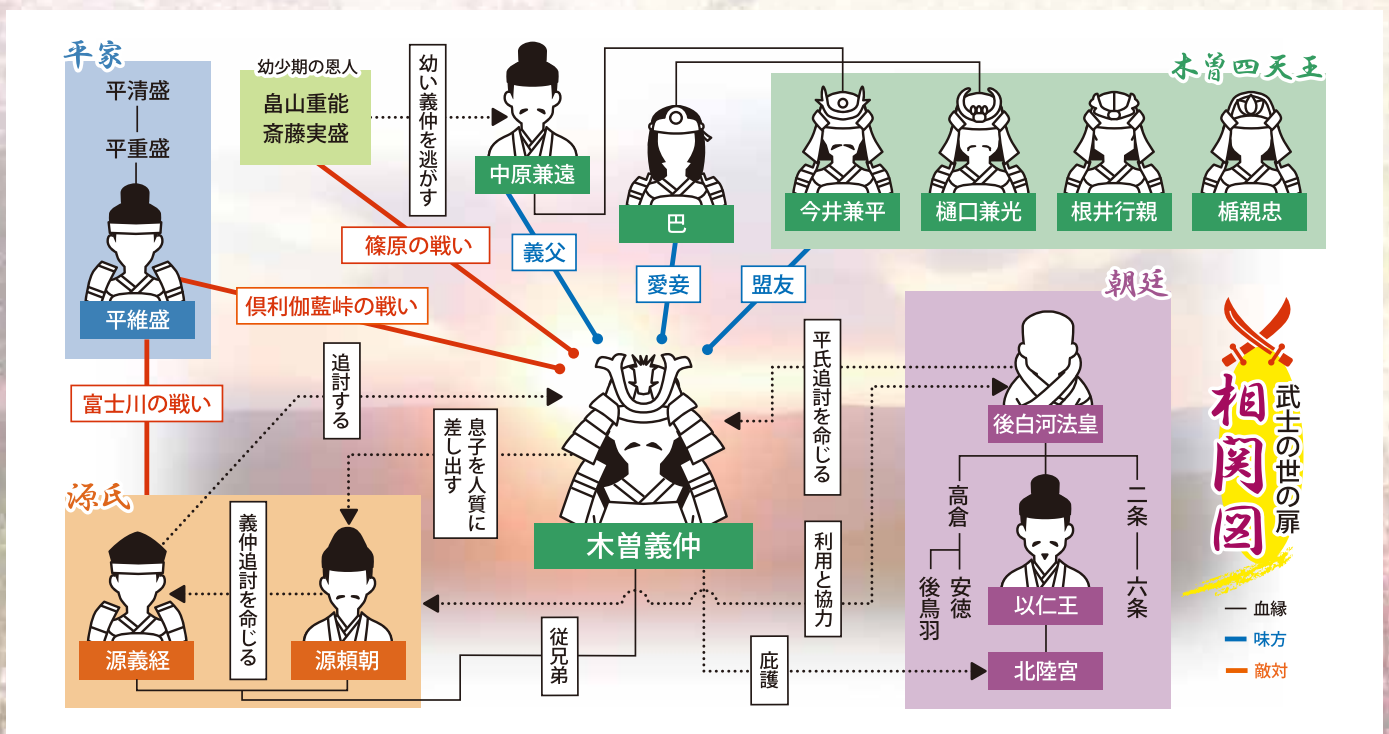


この合戦に勝った義仲は、続く篠原合戦で潰走した平氏軍を撃破。この合戦を死に場所と定めた敵軍の中には、かつて大蔵合戦の折に義仲の命を助けた命の恩人、斎藤実盛がいたという。

越前国まで進んだ義仲は、そこで延暦寺に文書を送ってその協力を取り付けると、本隊を南下させ京に攻め込む一方、別働隊を美濃へ向かわせ東国の源氏と合流させたうえ南からも京を攻めた。さらに京につながる主要道を遮って、わずか数日のうちに都を完全に包囲する。寿永2年7月25日、ついに平氏政権は京を捨て、福原へ落ちた。

次号へ続く

参考文献 永井晋『源頼政と木曾義仲』（中公新書）ほか



— 血縁
— 味方
— 敵対

続々誕生!

東信州スポーツ施設に注目!

スポーツへの関心が高まる中、県内では佐久市、東御市など東信州エリアに近年、複数のスポーツ施設が誕生している。国際レベルの大会が行えて、トップアスリートの合宿に適した環境や最新設備に目を見張る。

東信エリアの特性に注目しながら新施設を紹介する。

東信州が選ばれる理由

スポーツ施設誕生に関する情報収集から、主な理由をまとめてみた。

交通
アクセスが
良い

雨が少なく
晴れの日が
多い

標高が
高い

合宿地や
五輪会場が
ある

長野県の東部に位置する千曲川流域で、上田・佐久地方とも呼ばれる。内陸性の気候のため少雨で、標高1,000m以上の高原地帯も多く、寒暖差もある。また高速道や新幹線沿線で首都圏と往来しやすくアクセスも良い。菅平高原など歴史ある合宿地もあり、人々の長年の努力も今に繋がっている。

Let's enjoy sports



湯の丸高原での高地トレーニング
GMOアスリートパーク

GMOアスリートパーク湯の丸

■ 東御市
2019年10月オープン

日本初の高地トレーニング用 屋内プールが湯の丸高原に

東御市が進めてきた「湯の丸高原施設整備基本構想」の「100人のトップアスリートを生み出す」を目標に誕生した高地トレーニング施設。

日本初の高地トレーニング用・屋内



標高1,750m、日本で一番高い場所にある高地トレーニング施設



日本水泳連盟の公認規格を満たす8レーンの50mプールで水深2m



国内最高地点に作られた全天候型400mトラック



800mの林間ジョギングコース

プールをはじめ、全天候型400mトラック、林間ジョギングコース、全長2,500mのトレイルランニングコースもある。合宿者用として地元食材を使った料理を提供するアスリート食堂、関連の宿泊施設には最新マシンのトレーニングルームも備えた。

施設名のGMOとはネーミングライツによるもので、運営へのサポートを広く募っている。

【利用できるスポーツ】

水泳、陸上ほか

【今後の主な予定】

国内選手による東京オリンピック・パラリンピックの事前合宿ほか

DATA

東御市新張1272
TEL090-4127-1750

【開】9:00~18:00
一般利用(プール・トレーニングルーム)
13:00~15:00

【休】無休

長野県立武道館

■ 佐久市
2020年3月オープン

武道振興の中核的拠点に 県内最大規模の武道場

佐久南部地区、文化創造の拠点「創錬の森」敷地内に誕生。県立の武道館がない中、中学校での武道必修化などを背景に佐久市が誘致した。1階には柔道・剣道で最大6面の主道場があり、3,000人規模のコンサートにも対応。武道に特化した床を整備し、国体など各種武道大会の開催に必要な規模・設備を確保した。さらに、会議室やラ



浅間山を望む景観に配慮し、屋根の角度を低減



ウンジ、キッズコーナーも設け、多目的利用施設として市民の利用も促す。

観客用1,500席を2階に、ステージもあるメインの主道場



柔道3面がとれる柔道場

【利用できるスポーツ】

柔道、剣道、空手道、合気道、少林寺拳法、なぎなた、銃剣道、武術太極拳、卓球、バドミントン、ソフトバレーボールほか

【今後の主な予定】

- 2021.7 北信越国民体育大会(空手道)・全国高校総体(少林寺拳法)
- 2021.8 北信越国民体育大会(柔道)
- 2022.8 北信越中学校総合競技大会(柔道・剣道)ほか

DATA

佐久市猿久保165-1
TEL0267-78-5370

[開] 9:00~21:00

[休] 毎月第1・3月曜(祝日の場合は翌日)
年末年始(12/29~1/3)

佐久総合運動公園

■ 佐久市
野球場/2019年3月オープン
クロスカントリー場/
2020年11月オープン

野球、陸上…未来へ繋ぐ 充実の多目的総合運動公園

佐久市では約20年前より、多目的総合運動公園として整備が進められた。最初にマレットゴルフ場、その3年後に陸上競技場と補助競技場が完成。3年前には野球場が、昨年には5つ目のクロスカントリー場が誕生した。野球場はプロ野球規格のグラウンドで、クロスカントリー場は全長1.4kmで長距離トレーニングに適した専用コース。高校生らの部活動練習など、若きアスリートの利用も盛ん。



駐車場からそのまま入れるバリアフリー設計の野球場

【利用できるスポーツ】

野球、ソフトボール、サッカー、マレットゴルフ、陸上ほか

【今後の主な予定】

2021.7/15~、8/9~エストニア共和国が東京オリンピック・パラリンピックの事前合宿ほか



写真内の青色の線が誕生したクロスカントリーコース



県内初となる夜間照明設備を備えた第2種公認陸上競技場

DATA

佐久市平賀3011
TEL0267-63-7101(陸上競技場管理室)

[開] 陸上競技場/野球場 8:30~21:30
マレットゴルフ場 8:30~17:00
※7・8月は8:00~18:00

[休] 年末年始(12/29~1/3)



いよいよ今春開館！長野県立美術館（旧長野県信濃美術館）

「人と自然」がテーマの ランドスケープ・ミュージアムへ

長野県唯一の県立美術館「長野県信濃美術館」が、城山公園の一角に開館して約50年。善光寺の東側に位置する同場所に、装いも名称も新たに誕生する。どのような美術館になるのか、最新情報をお届けする。



長野県立美術館 本館 / 2020年12月撮影

誕生50年、新たな存在へ

善光寺東側に広がる城山公園は、春は桜、秋は紅葉と四季折々に、市民プールや動物園もあわせ、市民に親しまれている。ここに県民の願いにより「長野県信濃美術館」が誕生して半世紀。郷土出身の作家や県内の景色を描いた作品を収蔵、展示を続け、約30年前にはゆかりのある画家、東山魁夷氏の作品寄

贈を受け、東山魁夷館を併設。県内外、多くの人に親しまれてきた。開館50年が経過し、建物の老朽化をはじめ、バリアフリー化や国宝・重要文化財の管理施設の必要性が叫ばれる中、全面改装へ。館名も「長野県立美術館」（松本透館長）と一新し、2021年4月10日（土）にいよいよ開館する。



東側道路から美術館のルーフへ直接アプローチできる
／新美術館イメージ©プランツアソシエイツ

ランドスケープ・ミュージアムとは

新美術館のテーマに「自然的・歴史的景観と調和した「ランドスケープ・ミュージアム（風景画のような美術館）」を舞台に「人と自然」を基本テーマに収集・展示を行う」とある。建築についても、善光寺に向かってなだらかに傾斜する地形をいかし、自然豊かな一帯に溶け込むよう調和を図る。地下1階から地上3階まで、城山公園の敷地にもスペースを広げ、

延べ1万平米に拡充。4つの展示室も開設し、国宝・重要文化財や全国規模の巡回展なども開催していく。善光寺を正面に周囲の山々を見渡せる屋上広場の「風テラス」、県民ギャラリー、レストラン・カフェ、美術図書館のアート・ライブラリーなど美術鑑賞だけでなく、入場券がなくても利用できるパブリックスペースを充実させ、開かれた美術館を目指す。



善光寺と信州の山並みを一望できる3階の屋上広場「風テラス」

様々な人の「出会いと学び」を

美術館の役割として、人と人、人と作品、人と場所をつなぐ「美術による出会いと学びの場」を実現していく。そのひとつに、美術館を拠点に人とアートのつなぎ手として自発的に活動していく「アート・コミュニケータ」を育成する。また子ども向けワークショップや対話型鑑賞、学校団体向けのプログラムも展開。県内の各美術館と共同で企画展を行うなど、全国一の博物館・美術館数を誇る県内の美術館をつなぐ役割を目指していく。長く親しまれた「信濃」の名前に思いを馳

せつつ、新たな時代へ向かう美術館として期待したい。

館長の松本透氏
（前・東京国立近代美術館 副館長）
1955年（昭和30年）
東京都出身、専門は日本および西洋の近現代美術



美術関係図書や展覧会カタログなど図書資料を閲覧できる1階の美術図書館「アート・ライブラリー」のイメージ ©プランツアソシエイツ

■ DATA

長野県立美術館（旧長野県信濃美術館）
長野市箱清水1-4-4（城山公園内・善光寺東隣） TEL 026-232-0052

長野県立美術館 最新情報



■東山魁夷館

新美術館との併設に伴う改修工事の為、約2年半の休館を経て、2019年10月5日にリニューアルオープン。長野県が日本画家・東山魁夷氏から作品と関係図書の寄贈を受け、長野県信濃美術館に併設され、平成2年4月に開館。現在、収蔵作品数は970余点にも及び、2021年度は6期に分け入れ替え展示を予定。より多くのアプローチを持って「風景は心の鏡である」という東山芸術を多角的に紹介していく。

◀新美術館とは2階の連絡通路によりつながる



■レストラン・カフェ

2階には、県産食材を使った和がベースのイタリアン、フレンチで構成する文化融合型ハイカジュアルレストランが誕生。ガラス越しに善光寺を一望できるロケーションも楽しめそう。3階には同じく県産食材を使った軽食やドリンクを提供、テイクアウトも気軽なカフェも登場する。また飲食店のみの利用も可能に。

◀2階レストラン/新美術館イメージ©ブランツアソシエイツ



中谷美二子《霧の彫刻》
国営昭和記念公園
1992年



■象徴的作品「霧の彫刻」

本館と東山魁夷館の間の水盤周辺に、新美術館のコンセプトを象徴する作品が配置される。制作は世界的に活躍中のアーティスト・中谷美二子さんに依頼。「霧の彫刻」という作品で、自然現象を再現するかのような人工的な霧を使った展示物になるという。自然との一体感をあらわすシンボリックな存在として、注目を集めそう。

◀中谷美二子(なかやふじこ)さん

1933年札幌市生まれ。2017年フランス芸術文化勲章コマンドゥール受章、2018年高松宮殿下記念世界文化賞を受賞。

photo by Laura Miglone



■アート・コミュニケータ

美術館を拠点に、アートから生まれるコミュニケーションを大切にしながら、人とアートのつなぎ手として自発的に活動する「アート・コミュニケータ」を育成する。具体的には、来館者への対応、鑑賞サポートプログラムの開発、SNS等での発信、オリジナルの企画立案など「出会いと学びの場」を目指す。昨年5月に募集し、選考の結果、世代や職業も様々な36名が決定。3月まで6回の基礎講座を学ぶ予定。

◀アートコミュニケータ基礎講座の様子(2020年11月美術館撮影)

建築を取り囲む雄大な自然と、東山魁夷が描いた「東山ブルー」より着想の深いブルーで、首元のスカーフには県花・リンドウの刺繍をあしらったワンピースのセットアップ。



■ユニフォームデザイン

美術館スタッフのユニフォームのデザイナーを、ファッションブランド「Mame Kurogouchi(マメクロゴウチ)」を手掛ける長野県出身の黒河内真衣子さんに依頼。2018年よりパリでコレクションを発表している服飾デザイナーだ。東山魁夷館とも共通のユニフォームで、4月10日の新装オープンの際には、スタッフ一同新しいユニフォームに身を包み、お客様をお迎える。

◀黒河内真衣子(くろこうちまいこ)さん Mame Kurogouchi デザイナー

2010年 黒河内デザイン事務所設立 自身のブランド「Mame Kurogouchi」を立ち上げる。

2014年 毎日ファッション大賞新人賞・資生堂奨励賞受賞、2017年 Fashion Prize of Tokyo受賞。

■開館後の企画展情報

◆長野県立美術館完成記念「未来につなぐ～新美術館でよみがえる世界の至宝 東京藝術大学スーパークローン文化財展～」

会期：4月10日(土)～6月6日(日)

仏教を中心とした文化の伝承に焦点を当て、「文化財の保護・保存と展示・公開の在り方」についてをテーマに、スーパークローン文化財を紹介。



法隆寺<<釈迦三尊像>>復元(CG)

◆3展同時開催

○つながる美術館 宮崎浩とランドスケープ・ミュージアム ○Mame Kurogouchi ○めぐりあいJAXA—ながのとながめ

会期：6月19日(土)～8月15日(日)

新美術館の建築・制服にまつわる展示や、宇宙から長野県を俯瞰する映像を紹介する映像展を同時開催。

◆開館記念「森と水と生きる」

会期：8月28日(土)～11月3日(水・祝)

自然と人間の共存の中で生まれ出されてきた、近代から現代までの絵画、彫刻、写真、インスタレーションなどを紹介。

お諏訪様と善光寺さん

第1回 諏訪大社

令和4年(2022)には、しぎねんぞうえいみはしらたいせい 諏訪大社式年造宮御柱大祭(通称・御柱祭)が執り行われます。本来その前年に行われる予定の善光寺御開帳が1年延期となったため、今回期せずして長野県を代表する一大行事が同年開催となりました。お諏訪様も善光寺さんも、私たちにとってたいへん尊く、かつ身近な信仰の対象であればこそ、知っておきたいことがたくさんあります。そこで今号と次号の2回にわたり、諏訪大社と善光寺の由緒や信仰などについてご紹介しましょう。



○上社本宮幣拝殿

■ 信濃國一之宮 諏訪大社

諏訪大社は最古の神社の一つに数えられます。延長5年(927)にまとめられた神名帳には、信濃国四十八座の第一みなかたのみのかみのやしるに南方刀美神社と記され、すでに信濃國一之宮として信仰されていました。一之宮とは神社の社格のことで、ある地域の中で最も格式の高い神社を表します。諏訪大社は信濃国において唯一、一之宮を冠する神社なのです。

お諏訪様、諏訪大明神と親しまれ、崇敬される諏訪大社は、古くから風・水の守護神であり、五穀豊穡を祈る神として、また武勇の神として広く信仰されてきました。今は生命の根源・生活の源を守る神と崇められます。社殿は、諏訪湖を挟んで南に上社、北に下社があり、さらに上社は本宮と前宮、下社は春宮と秋宮に分かれ鎮座し、氏子区域は諏訪全域の三市二町一村に及びます。



○上社前宮本殿

■ 御祭神は建御名方神と八坂刀売神

諏訪大社の御祭神は、たけみなかたのかみ 建御名方神とやさかとめのかみ その妃神・八坂刀売神です。建御名方神の父神であるあまてらすおおみかみ 大国主神は国造りを遂げ、高天原を統べる天照大御神に国譲りしました。その折、諏訪へ至った建御名方神は、八坂刀売神ならびにその御子神と共に信濃国の開拓に御神意を注がれ、やがて諏訪湖畔に



○下社秋宮神楽殿

お鎮まりになったのです。

諏訪大社は古来より朝廷の御崇敬が篤く、持統天皇5年(691)には勅使を遣わされて祈願なされました。また、関東第一の大軍神としても世に広く知られ、特に鎌倉期以降は源頼朝、北条氏、足利尊氏、武田信玄、徳川家康など名だたる武将たちが社領の寄進、神宝の奉納をしています。

全国に御分霊を祀る諏訪神社は6500社(神社庁本庁加盟神社)あり、その数が表すように幅広い信仰を有し、日本各地で敬われています。

■ 4つの御社殿

上社本宮は、全国一万有余の諏訪神社の総本社です。本殿を持たない「諏訪づくり」という独特の様式で、御神体として御山を拝します。徳川家康が造営寄進した四脚門など貴重な建造物が数多く残っています(15棟が国重要文化財指定)。

上社前宮は、高台で豊富な水や日照が得られる場所にあり、4社で唯一本殿を有します。御祭神が最初に居を構えられ、諏訪信仰発祥の地と伝えられます。

下社秋宮は一位の木を御神木として拝しています。青銅製では日本一という狛犬を従える神楽殿と、その奥にある二重楼門造りの拝殿、そして左右片拝殿が国重要文化財です。

下社春宮は杉の木を御神木として拝します。神楽殿と拝殿、左右片拝殿などの配置は秋宮と同じで(3棟が国重要文化財)、参道途中にある下馬橋がこのお社の最も古い建造物です。



○下社春宮幣拝殿

上社、下社の別は、諏訪湖の南北や京の都に対しての上方か下方かとも言われます。本宮、前宮、秋宮、春宮の4社の間に格の優劣はありません。お参りの順番も特になく、回りやすい順番が良いそうです。

ここに注目!!



○上社本宮の御神体は拝殿に向かって右側の勅願殿の奥



○上社前宮では4本すべての御柱のすぐ近くまで行ける



○下社御社殿の木彫は、秋宮が立川流(上)、春宮が大隅流(下)



○上社本宮と下社秋宮の御手水は温泉。秋宮の方が熱い



■ 祭事について

2月1日に神霊が下社秋宮より春宮に移され、8月1日には再び御霊代を秋宮へお遷しする例祭並遷座祭(お舟祭)が行われます。また、上社本宮では4月15日に、鹿の頭や鳥獣魚類などをお供えする御頭祭(西の祭)が催されます。

他にも雉鎌の奉斎、田遊神事、筒粥神事など特殊神事があるなか、特筆すべきはやはり御柱祭でしょう。御柱祭は、正しくは式年造営御柱大祭と言います。7年目ごと、寅と申の年に行われ、宝殿の造り替え、または社殿の四隅に「おんばしら」と呼ばれる樹齢200年ほどの樫の巨木を曳建てる最大の神事です。起源は古代に遡り、桓武天皇の御代から信濃国の国司により奉仕されました。その勇壮さと熱狂ぶりは天下の大祭の名に相応しく、諏訪地方の氏

子20万人以上と親戚、観光客がこぞって参加し熱中します。

4月の「山出し」と5月の「里曳き」があり、わけでも下社の「木落し」、上社の「川越し」が見せ場となっています。



○下社山出し木落し



○上社里曳き曳行

令和四壬寅年諏訪大社式年造営御柱大祭日程

	上社	下社
山出し	4月2日(土) 4月3日(日) 4月4日(月)	4月8日(金) 4月9日(土) 4月10日(日)
里曳き	5月3日(火) 5月4日(水) 5月5日(木)	5月14日(土) 5月15日(日) 5月16日(月)
宝殿遷座祭	6月15日(水)	5月13日(金)

ランチにデザートに
バリエーション豊かで
手軽な

そば粉のガレット



長野県を代表する食の一つがそばだ。全国屈指の玄そば産地だし、美味しいそばを提供する店も数多い。さて、今も変わらずいわゆる「そば切り」(麺状のそば)が観光客にも地元民にも人気な一方、近年注目が集まっているのがガレットである。この料理はきっと、信州そばの可能性を一層広げてくれるかも。



Café VALEUR(長野市)
コンプレット

ガレットは 信州の新名物になるゾ

ガレットとはフランス・ブルターニュ地方の郷土料理で、水で溶いたそば粉を薄く焼いたものだ。ガレットという言葉自体、丸く焼いた料理を意味する。そば粉で作るクレープといえば分かりやすいが、発祥はガレットの方が古く、本来クレープの方を小麦粉で作ったガレットと呼ぶべきかもしれない。



クレープリー・レ・クロシエット(長野市)
チキンとほうれん草ソテーのガレット

ブルターニュは日照時間が短く土地が痩せていたので、小麦が思うように出来なかった。だからそばを栽培した。どこかで聞いたことのある話だ。また、フランスといえばワインだが、かの地はブドウづくりに不向きだった。ただしその気候や土壌はりんごには最適だった。やっぱり信州に似ていないか。

とにかくブルターニュの風土が生んだ名物こそ、ガレットとりんごのお酒シードルであり、両者の相性は抜群なのである。ここ最近信州でもシードルの醸造所が増えてきた。何たる僥倖。ガレットはわれらが新名物となるポテンシャルを大いに備えている。

長野県でガレットによる地域おこしを最初に始めたのは、白馬だった。材料には白馬産のそば粉「はくば蕎麦」と、白馬豚や信州サーモン、季節野菜など地元食材を用い、職人の養成講座に参加して認定検定に合格した「白馬クレープエ」が提供するもののみを、「白馬ガレット」と定義している。

その動きを主導した白馬商工会も含め、県内商工会議所や日穀製粉など食品メーカー等11団体が参画する信州ガレット振興会が9年前に立ち上がった。信州の風土にあったブランド食としてそば切りだけでない新しい食べ方を提案し、信州各地の様々な食材とコラボレーションしながら信州産そば粉の消費拡大と地産地消・旅消の推進を図ることが目的だ。



カセット(軽井沢町)
ベーコンエッグチーズガレット



creperie monkava(松本市)
シャンピニオン

お店はもちろん ご家庭でも楽しんで



信州ガレット振興会会長NAHOさんに伺ったガレットの魅力は次の通り。合わせる食材が豊富でバリエーション豊か。彩りもオシャレで映えるから若い人にアピールする。一品でもお皿は豪華だ。乗せる具材により食事にもデザートにもなる。そば粉だけでなく信州産の野菜や果物、きのこ、乳製品、ジビエなど様々な食材も一緒に売り出せる。そば粉は鉄、マグネシウム、亜鉛、ビタミンB1を豊富に含み、ポリフェノールの一種ルチンも多いからヘルシー。つまり、観光食としての魅力はかなりのものだ。



信州ガレット振興会
会長 NAHOさん

だから白馬の他にも、信州伊那谷ガレット協議会というのもでき、そば粉にもトッピングにも伊那谷産の食材をつかった伊那谷ガレットを上伊那、南信州の20店舗やイベント出店で提供するほか、ガレットを通じた地域づくりにも意欲的に取り組んでいる。作り方シンプルなのもガレットの良いところ。信



ブレ・ノワール(安曇野市)
食いしん坊のお嬢さん

州ガレット振興会会長NAHOさんは、ご家庭でも気軽にガレットを楽しんで欲しいと言う。「材料は3人前でそば粉100gに水200ml、塩2g、そこへシードルを少し加えるとパリパリに焼き上がります。材料を混ぜた後、生地を一晩寝かせればよりおいしいですよ。」

焼き方のポイントは、高温の鉄板(フライパンやホットプレートも可)に生地を薄くのばすこと。焼くのは片面だけ。外側になる焼き面にレース状の編み目が出来たら最高の仕上がりがだ。具材は何でもいい。ガレット・コンプレットとって、玉子、ハム、チーズを入れるのが定番だが、「昨夜のカレーでもきんぴらごぼうでも、冷蔵庫にある食材を自由に乗せて楽しんで」とアドバイスしてくれた。

次の充実のランチに早速試してみてください。



CAFE 魔法屋Jin(諏訪)
野菜サラダのガレット

■取材協力

信州ガレット振興会
<https://sgp-soba.com/>

白馬ガレット
<http://www.hakubagalette.jp/>

信州伊那谷ガレット
<https://www.inadanigalette.info/>



Galette

ながの財団は、長野県内の中小企業を応援しています。

無料掲載サイト

求人Naviながの

掲載など費用は一切かかりませんのでお気軽にご利用ください。

求人Naviながのとは

公益財団法人中小企業ながの財団が、人材確保が難しい長野県内の中小企業者のための無料求人支援事業及び勤労意欲のある者の無料就労支援事業の一環として運営するインターネット求人サイトのことをいいます。

この事業は、当法人の「公益事業」として管理・運営するもので利用者に対しては全て無償で提供しております。

なお、求人情報を利用して特定・不特定を問わず求職者を推薦・紹介等の行為は一切いたしません。

対象事業所

「求人Naviながの」は、次の各号に該当し当法人が適正と認めた中小企業事業所がご利用いただけます。

1. 長野県内に事業所を設置していること。
2. 長野県内を勤務地として求人募集を行うこと。

求人NaviながのHPはこちら

<https://www.kyujinnavi-nagano.jp/>

求人ナビながの

検索



OSやブラウザによっては、正しくご利用できない場合がございます

●お問い合わせは【受付時間：月曜日～金曜日 午前9:00～午後5:00（祝祭日除く）】

公益財団法人 中小企業ながの財団

〒380-0936 長野市中御所岡田131-10 長野県中小企業会館3階

Tel.026-228-1176(代)

Fax.026-228-1796