

[ドウシ・テ]

道志 手帖

Winter 2015 no.7



Contents



表紙写真

撮影：千々輪岳史

(2015.1.30)

雪化粧した橋の向こう側には杉檜林が白い雪をかぶっていた。吊り橋と深い緑と雪の白、冬の静かで美しい自然が目の前にあった。

What's "Doshi-techo"?

「道志手帖」とは？

略して「ドウシテ」。「どうしてどんなところ？」という関心から生まれた、道志村地域おこし協力隊による冊子です。村の外からきた隊員が、村で生活していて気になったこと、おもしろいなおもったこと、発見や驚きを、年4回報告していきます。隊員の活動報告もおこないます。

ブログで日々の活動を報告しています。ぜひご覧ください。 doshi-okoshi.com facebook もやっています！ facebook.com/doshi.okoshi



【特集】 炭焼き …5

炭焼きの思い出 千々輪岳史 …6

炭焼きの記憶から 大野航輔 …8

時代の語り部 ー最後の炭焼き窯ー 中島拓哉 …10

【活動報告】

道志村しょうゆ搾りの想ひ出 中島拓哉 …12

【連載】

道志生きもの写真帖⑤ 香西恵 …11

大渡絵地図 千々輪岳史 …14

食べたい知りたい道志の味 ごくちめ「こんにやく」 千々輪岳史 …16

林業人列伝②頓所和也さん 大野航輔 …18

協力隊・井口が伝える「足揉み健康法」 井口陽介 …19

人が主役！ 薪のエネルギー利用⑥ 大野航輔 …20

道志村の珈琲ブレイク… 井口陽介 …20

声 …21

協力隊だより⑦ …22

道志村の行事 しめ縄づくり …24



【道志村地域おこし協力隊】



gallery

やせうま（背負子）

撮影：香西恵（2015.2.10）

手づくりの「やせうま」は背負い手に合わせた大きさをしています。重心が逸れないように縄で荷付けの位置を調節します。炭俵や俵の材料であるカヤを運ぶのに大活躍しました。

農家では十一月

秋の収穫そして麦蒔を終して

一日も早く現金収入の炭焼きを始めなければ
現金がない

十一月のうちに初窯の炭を初売りしたいと
各家が競って窯築にかかるのである

『道志村のしきたり風習』(山口大八著)より

【特集】

炭焼き



道志村の「七色山稼ぎ」のひとつ炭焼きは、養蚕とともに貴重な現金収入源であり、冬から春先にかけての重要な仕事でした。今も残る炭俵や昔の写真からその記憶を辿りました。

【七色山稼ぎ】

道志では雑器・笹板・大板・杓子・箸・炭・下駄の七品をつくらせて生活の糧としてきました。



大渡の山中に残る石窯の跡。道志の山を歩くと沢沿いに多くの窯の跡が見られる



炭を山から人力で搬出している様子
場所は雁ヶ腹摺山(がんがはらすりやま)山麓の大月市真木地域と思われる。先頭の二人は小学生に見え、一家総出の炭焼きの様子がうかがえる

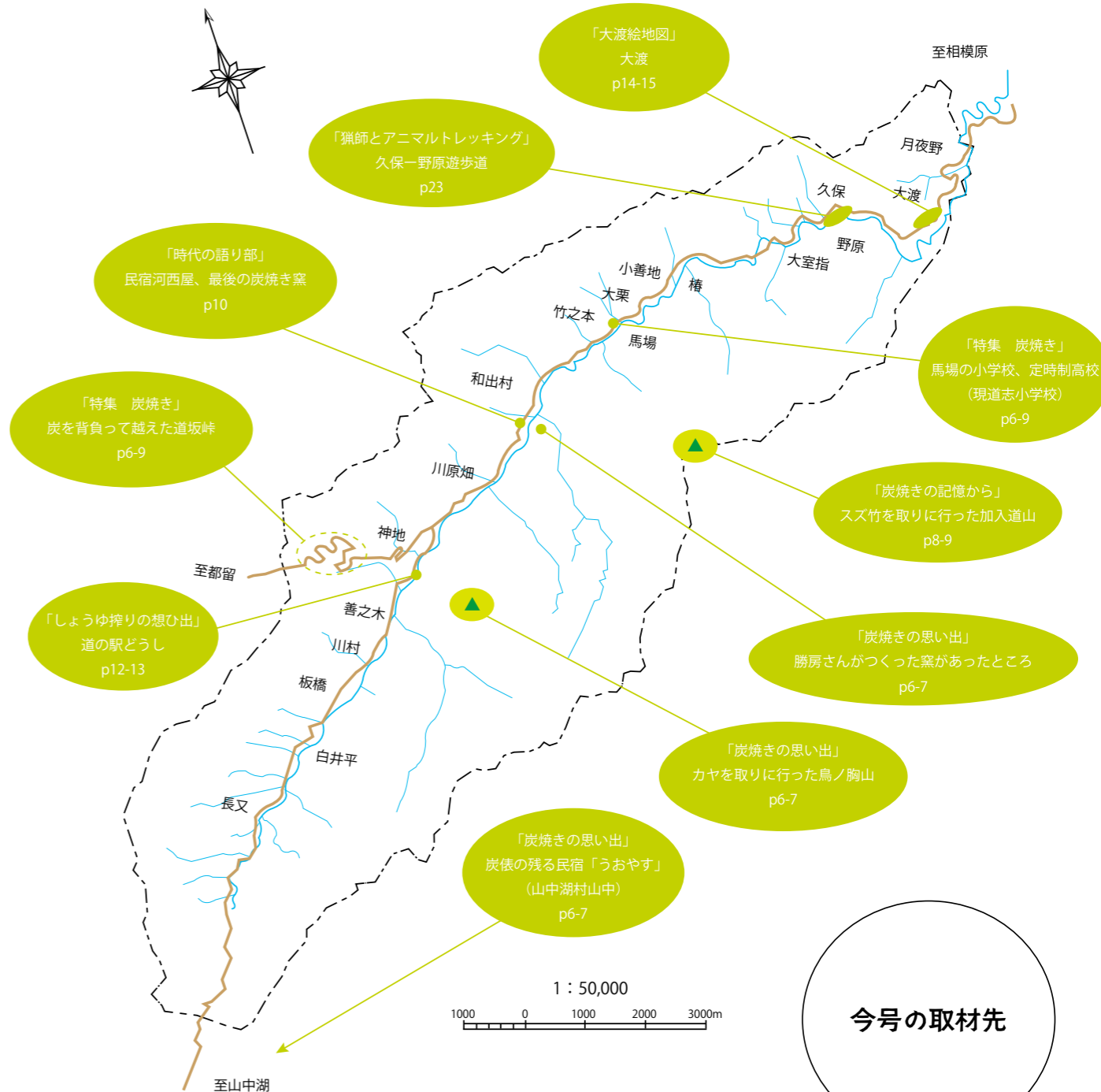


木炭品評会の様子
おそらく大月での品評会の様子と思われる。木炭の品質向上と木炭産業発展ため品評会が行われていた

男は毎日窯へ通う
女は炭俵用の茅を刈り
縄をない 炭俵を編み
その上 馬の手綱をひいて谷村町に炭売りと
休む日もない多忙の毎日である

光さんは平成6年(1994年)にお亡くなりになりましたが、所蔵していた大月林務事務所庁舎新築記念アルバム(昭和36年3月)には貴重な写真が残されていました。(千々輪岳史)

山梨県全体の木炭生産は昭和31年(1956年)の約3万4千トン/年がピークでした。その時代に西出村の山口光(あき)さんは山梨県木炭協会会長を4年務め、木炭とのかかわりが深かった方です。昭和33年から37年まで村長も務めました。



今号の取材先

Where's "Doshi-mura"?

道志村へのアクセス

- 富士急行線 都留市駅から富士急バス 30分
旭が丘(山中湖経由)から富士急バス 20分
- 中央自動車道 相模湖ICから50分(30km)
- 中央自動車道 都留ICから30分(20km)
- 中央自動車道 河口湖ICから50分(38km)
- 東名高速道路 御殿場ICから50分(35km)
- JR 横浜線橋本駅から1時間(40km)



きちんと形が保たれた炭俵は作った人の几帳面な人柄が表れているようでした。すだれは再利用していました



榎屋さんの倉庫に保管されている炭俵。最初は炭俵で納入していましたが、その後ダンボールになりました

炭焼きの思い出

村内で炭焼きのお話を伺うと共に、一つの新聞記事を頼りに山中湖まで取材の足をのばしました。



既に炭焼きを「冬の稼ぎ」として生きてこられた世代の方も少なくなっていますが、炭焼きの思い出話を村内の三つの集落の方々からお聞きしました。

いずれも炭作りは家中が大変で、男は炭焼きで山に入るのももちろんのこと、夕食が終わると子供は縄跳び、女性は俵編みをしました。車が村に通るようになるまでは馬の背に載せて炭を都留や上野原に売りに行っていました。

月夜野

山のいたるところで炭焼きが行われていた。山を多く持つている人は炭焼きをする人に貸していた。その場合現金や現物で地主は半分もらうことができたので、地主は楽に稼ぐことが出来た。

一方で焼く人はあらかじめどの木を切るか決め、そこから生産される俵数を換算して地主に現金で事前支払すると、根本ぎりぎりから伐って生産数を増やしたり、創意工夫をして、より多くの炭を焼いた。出荷先は主に藤野（相模原）方面だった。

大栗

太平洋戦争がはじまると村は子供と老人だ

里帰りの道志村の炭俵

山中湖村で民宿「花の宿うおやす」を営む榎屋勝三さんの倉庫に道志で焼いた炭俵が残されています。山梨日日新聞平成26年（2014年）2月6日の記事によれば、山中湖が全面氷結した当時、ワカサギの穴釣りの客が火鉢で暖を取るために使っていたものだとのこと。この記事だけを頼りに突然お伺いしたにも関わらず、快く現物を見せて頂くことができました。カヤで編んだ四角い俵は当時の形を保っていました。

榎屋さんによればお母さんが道志村谷相の小林時治郎さんの妹だった縁で買っていたとのこと。炭俵を特別に一俵お借りし、時治郎さんのご自宅にお伺いしました。時治郎さんはお亡くなりになっていましたが、娘のカツエさんとお嫁さんの千代美さんにお話を伺うことができました。

お二人とも俵に使うすだれを編んだといいます。千代美さんがお嫁に来た約40年前、子育てと家事のかたわらで時治郎さんの要望する数を作るのですが、一日に二、三俵分のすだれを編むのがせいぜいだったとか。

材料となるカヤは鳥ノ胸山まで取りに行ったこともあるといいます。炭を詰めて、炭俵

けになった。昭和19年（1944年）、小学校五年生になると夏は畑作業、冬は木炭運びがあった。一日二俵の白炭を大室指にあった木炭倉庫から馬場の小学校まで背負ってこなければならなかった。高等科の兄さんたちは一度に二俵運べたが一俵すつしか運べなかった。そのうち炭を焼く人も少なくなり、現在の小学校に黒炭の窯を作らされ、裏山の雑木を伐って炭を焼いた。最初だけ村のおじいさんの指導があったが、後は子供だけで木を伐ってきて焼いていた。

黒炭は白炭に比べ冷ましてから窯から出すので安全で技術も白炭より要らないが、窯の後ろにある煙を出す口から炎が出て炭焼き小屋の屋根を焼いてしまったことがあった。

川原畑

50年くらい前まで炭焼きは行われていた。神奈川県との境の山奥まで炭焼きに入っていた。炭焼き窯から男は三俵、女でも二俵背負って馬のいる道まで山を下りた。山から炭を下るすのを請け負う人もいた。村内に検査員（※1）がいて、目方と質を管理していた。売り先は谷村（都留市）で道坂峠を越えて馬に六俵、人の背中で一俵背負って売りに行った。（※2）

に仕上げたのは時治郎さんでした。

意外なことに時治郎さんが炭焼きをはじめたのは炭焼きが全盛期を過ぎた昭和50年頃だったようです。本業は大工で、炭焼きは大工を辞めて百姓をしながら、中学校の体育館の隣にあった窯で焼いていました。

山中湖の「うおやす」に売る他、自宅の掘りごたつでも使っていました。バーベキュー用の薪と違い煙が出ないので誰にあげても喜ばれ、特に今回お借りしてきた櫓の木は暖かく長持ちするそうです。

そしてこの炭俵は佐藤勝房さん（次頁に関連記事）と結びつけてくれました。中学校の体育館脇に窯を作ったのは勝房さんで、およそ50年前、中学校の先生に頼まれて2週間かけて作り、4〜5年炭焼きを教えていたそうです。勝房さん自作の背負子に炭俵を付けてもらい背負ってみました（右写真裏）、三俵を背負って山から下りてくるのは重労働だなと感じました。（千々輪岳史）

※1 『道志七里』によれば1943年（昭和18年）

木炭生産組合が結成され、会長、理事、各集落の組合長の他に技師補と検査員を置いていた。村内で聞いたところでは、上、中、下で3名いたとのこと。

※2 『道志村と私』（西川鏡著）140頁には明治時代の谷村への炭売りの様子が書かれている。

炭焼きの記憶から

「山じゃ苦労した。だけど、植えた木が大きくなるのを見ると嬉しい」

今回のお話で中心となる時代は、昭和27年から30年頃（1952年から55年頃）。現在から約60年前だ。日本は戦後復興から経済成長の道へ飛躍しようとしている頃。ちょうど、燃料革命の時期と重なってくる。それまで、暖房や調理に欠かせないエネルギー源だった木炭は少しずつ歴史の表舞台から姿を消し、その座を石油に譲ろうとしていた。

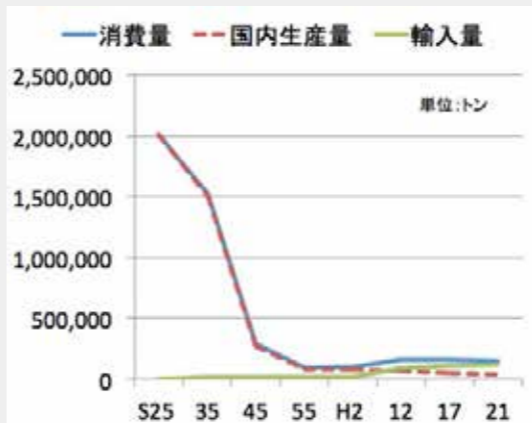


図1. 戦後における木炭の消費・生産等の推移
(出典：林野庁業務資料及び貿易統計を参考に筆者がグラフ作成)

【昭和初期の木炭】

昭和37年に原油の輸入自由化が開始され、木炭の時代はほぼ終焉を迎えることになる。図1に示しているが、昭和25年には200万トンの国内生産量を誇っていた木炭が、昭和55年は7万トンと、28分の1の量に激減している。

『道志七里』には、元禄8年（1695年）に「越後屋」（日本橋三越の元祖）が道志へ木炭を買い付けに訪問したが、炭焼きが行われていなかった。そのため、技術者4～5人を連れ、技術指導を行ったと記載がある。

この記述が確かであれば、道志における炭の製造は、1695年から1955年頃まで260年間継続したことになる。26世紀に渡り存続した産業が終わった後、どのように新しい産業が生まれ、仕事や生活が存続し、人間はどのように対応してきたのか、とても興味深い。木炭の時代が終わり、国内の産業や生活も急激に変化していく時期、道志では炭焼き、養蚕という二大産業の衰退から次の産業、仕事へ変化の波が押し寄せていた。

道志村にて現役で炭を焼いた最後の世代となる佐藤勝房さん（87歳）と幸子さん夫妻（竹之本在住）にお話を伺った。

大きい石を、黒炭は小さい石を積み上げて作る。黒炭は延長が十尺で約3m。四十俵くらい製造出来た。窯は木が集めやすい沢筋などに作る。周囲の木がなくなると、木がある所に移動し新たに窯を作った。村内には炭窯職人が沢山いた。職人に依頼すると、上手な人は一日で窯を作ってしまう。

炭の原料

ナラやクヌギなどの広葉樹が主な原料。大体、12～15年で伐採する。直径は15cmくらい。大きなノコギリで木を倒し、さらに三尺五寸（約1m）に伐る。その後、窯の周辺まで手でなぐる（転がして落とす）。手袋もしていなかった。幸子さんと一緒に作業を行った。

炭の価格

製造した炭は馬方が都留市の商店街へ運び、販売した。価格は一俵350円。昭和27年は、たばこが30円、映画122円、米10kgが620円といった物価。現在の価値から換算して1円を7.7円とすると、一俵は2695円。三俵で8085円となる。一日に一人が山から出すのが三俵だった。都留市駅まで馬を引いて歩く場合、朝暗いうちに提灯を持って家を出ると、神地のあたりで夜が明け、提灯の火を消す。それから道

炭焼きを志す

昭和27年頃、定時制高校（現・道志小学校）を卒業した勝房さんは20歳。一家の長男として村内で働くため、横浜市有林の造林監督員だった父が行っていた炭焼きを手伝うことになった。父はそれまで白炭を専門に焼いていたが、当時、北都留の笹子（現・大月市）から黒炭職人が来村し、黒炭の製法を教わった。それを機に、黒炭を専門に生産するようになった。

山へ通う日々

毎日、朝7時15分頃に家を出て山へ向かう。日が暮れないうちに帰宅し、平均10時間くらい作業を行った。まず、山に入ると窯へ行く。窯から出した炭を俵に詰め、一日に一人あたり三俵ずつ炭小屋へ下ろす。量が多い時には幸子さんも手伝い、二俵を背負子で背負った。

炭と重量

炭俵は一俵あたり四貫目で取引された。一貫目は約4kg（3.7kg）なので一俵は16kg。三俵を背負子に背負うと、48kgとなる。女性も二俵で32kgを背負った。また、河口湖の小立村（現・富士河口湖町）へ竹ザルの原料となるスズ竹を出荷したこともあった。加入道山の頂上からさらに山北町側へ下ったところで

坂峠（トンネルの左側上部の峠）を越え、都留を目指す。途中、人家の縁側に座り、疲れを癒すこともあった。片道4時間。往復8時間の道のりだった。

女性の仕事

当時、道志では女性も毎日山へ入り作業を行った。主にチェーンソー等機械を使わずに出る仕事をした。特に炭俵を編むのは女性の仕事で、品質が高かった。幸子さんは炭焼きを手伝う傍ら、アカマツ苗の育成や養蚕も行う。四人の子供をおばあさん二人とともに育てた。

山で仕事をしていると、子供をおぶったおばあさんが山道をのぼり、母乳を飲ませに来た事もあったと言う。

勝房さんは炭焼きの仕事をして昭和31年3月まで続け、4月から横浜市有林の造林監督員として昭和60年まで道志の山に生涯を通じて関わられた。そんな勝房さんが仕事に楽しさを感じるのには、「自分が植えた木が大きくなるのを見た時」だと言う。今後、道志の山について思う事は何かと尋ねると、「とにかく、今のうちに、間伐を進めて欲しい」と力強くお答えになった。（大野航輔）



伐採に使用したのこぎり

竹を伐り出し、背負子で運ぶ。重さは十貫目（40kg）だった。

白炭と黒炭

白炭は毎日窯から炭を出し、木灰をかけて火を消す。翌日、冷めた炭を俵に詰める。燃えている炭を鉄棒で取り出すため、大量の汗をかく。黒炭は窯の煙突を塞ぐことで、空気を調節し、窯の中でいぶすように作る。八日に一回の窯出しとなるので、白炭よりは楽だった。しかし、空気の調整がとても難しい。白炭の方が火力は強いが、着火しやすい黒炭が好まれた。

炭窯

窯は白炭が小さく、黒炭は大きい。白炭は



シラカシ (シカの食べ跡) 久保 2015年1月25日
シカが届く高さまでの葉がきれいに食べられています



食べ跡 田代 2015年2月3日
リスカムササビがアカマツの種子を食べた跡です



フクジュソウ 竹之本 2015年2月2日
日差しを浴びて花が開きます



シカのフン 久保 2015年1月25日
俵型の形状からオスとわかります



シカの足跡 久保 (撮影:中島拓哉)
2015年1月25日
雪上にくっきりと残っていました



オオイヌノフグリ 久保 2015年1月25日
一足早く咲いていました



テントウムシ 大栗 2015年2月12日
集団で越冬します



ハンノキ 椿 (撮影:千々輪岳史)
2015年2月5日 実が特徴的です

第5回

道志 生きもの写真帖

村内で見られる生きものやその痕跡を紹介します。
写真=香西恵



時代の語り部 ~最後の炭焼き窯~

国道413号線沿い、道志川を眺めるようにひっそりと炭焼き窯は佇んでいた。つくられたのはおよそ半世紀前。時代の流れのなかで、窯はただ一人炭焼きの歴史を物語っているようだった。民宿河西屋のご主人である山口恒雄さんにお話を伺った。

炭焼き窯が使われていたのは5年前(2010年)。恒雄さんの義兄である山口安市さんが焼いていた。炭焼き窯としては小さいもので、一回に黒炭を四俵(60kg)程度つくることができたそうだ。

安市さんは本職であった山師の仕事をしたがら20年近くに渡って炭焼きをしていた。安市さんのお父さんの時代から受け継いでいたという。炭はキャンプへ来た観光客や村内の施設等へ販売していた。雑木(クヌギやナラなど)からつくられる炭のため、市販されている安価なマングローブ炭よりも火持ちが良く重宝されていた。

しかし、2011年秋の台風による洪水で炭焼き窯は損傷してしまった。今は炭焼き窯としての形をかるうじて残すのみである。

「炭焼いてるときはなあ、煙が辛くてよお」と恒雄さんは当時を懐かしんで話していた。

(中島拓哉)

山も窯もさようなら 冬中お世話になりました さて秋にはどの辺りに窯を築こうかと物色しながら窯に別れを告げ 通いなれた山道をおりて行くのである 『道志村のしきたり風習』(山口大八著)より

*「辛い」……木酢液の鼻をつくような燻した臭いのこと



道志村最後のしょうゆ搾り職人
故 山口勝茂さん(2011年1月撮影)
(写真提供=道志村観光協会)

道志村しょうゆ搾りの想ひ出

2015年1月4日。今でも道志村の方々の記憶に強く残るしょうゆ搾りを道の駅どうしにておこないました。これまで村内で聞いたしょうゆにまつわるお話を交えながら、『道志村のしょうゆ』を紹介いたします。

道志村ではもろみのことを「みそ」と呼んでいます。みそ汁に使う一般的な茶色っぽい味噌も「味噌」と呼ぶため、「みそ」に二通りの意味があることになります。これには道志村の風土が関係しているようです。

昔から道志村は冷涼な気候のため、稲作には不利でした。代わりに寒さに強い小麦や大麦、雑穀、大豆などを主な穀物として栽培していたそうです。

みそ汁の「味噌」の原材料は地方によって異なりますが、「大豆・米・塩」が一般的です。比べてもろみの原材料は「大豆・小麦・塩」となっています。このことから自給自足が当たり前の時代、道志村の栽培条件では米を使った「味噌」よりも小麦を使ったも

ろみが一般的に使われていたのだと思われる。村のお年寄りのお話だと昔の晩ご飯は「ごみ」(煮込みうどん)、もろみを溶いて味付けをしていたと聞きます。うどんのおつゆはしょうゆ色ながら、見た目は山梨の郷土料理「ほうとう」に近かったようです。

お年寄りのなかにはみそ汁の「味噌」のことを「しろ味噌・なめ味噌」と呼び、もろみを単純に「みそ」と呼んで区別している方もいらつしやいます。



①しょうゆの素「もろみ」

今回搾ったもろみは昨年(2014年)に仕込んだ1年ものです。(※2)夏場は頻りに攪拌をおこない、大切に発酵させてきました。水気の多い味噌のように見えます。

冬

の風物詩、しょうゆ搾り。

その昔、道志村ではこの時期になるとしょうゆ搾り職人が家々を回り、各家庭で仕込んだもろみ(※1)を搾っていたそうです。搾り出されたしょうゆの、ちよろちよろと流れる様子、辺りの家から人を招き寄せるほどの食欲をそそる香り、多くの人が「これがしょうゆ搾りの楽しみ」と口をそろえる絶品の泡漬け。



②もろみを布袋に詰める

半液体状のもろみは濾すために布袋に詰められます。手についたもろみをなめるとたしかにしょうゆの味が口に広がり、同時にご飯を欲しくなるような旨味が感じられました。

③圧搾・火入れ

圧搾して二番搾りまでとったしょうゆに火を入れます。ここがしょうゆ搾り最大の見せ所。熱が加わってだんだんしょうゆの泡(アク)が出てきます。捨ててしまえばこの泡がおいしい漬け物に変わります。



この日搾り出したしょうゆは100ℓほど。昔はこうして大人数の家族が食べていたしょうゆを自給していました。今でも「道志で搾ったしょうゆしか使わない」という方もいらつしやいます。またかつて市販のしょうゆに慣れるまでは道志のしょうゆの味が恋しかった、村外に出て初めて市販のしょうゆを口にしたときは塩辛く味の違いに驚いたというお話も聞くほどです。

くると「味噌蔵」と呼ばれる貯蔵場所へ行き、大きな木桶のなかのもろみをよくかき混ぜます。このときに子どもは親の目を盗んでキュウリをもろみに突っ込み、もろきゅうを食べるのが楽しみだったといえます。その味がなんととも美味。もろみだから出せる味わいのもろきゅうは思い出の味だそうです。

『近所からしょうゆの匂いがしてくると野菜を切って持ってって「泡漬け」をつくってもらった』こんなお話を聞きます。煮えたしょうゆの泡は拍子切りにした大根・ゴボウ・ニンジンにかけられます。これがしょうゆ搾



「しょうゆ」ひとつで村の方々が皆同じ想い出を語ります。それほどに道志村ではしょうゆ搾りが風物詩、文化、生活と言えるほどに密着してきたものでした。しょうゆ搾りを通して村の歴史の一片を感じました。

(中寫拓哉)

※1 大豆・小麦・塩でつくられたしょうゆの素となるものを「もろみ」と呼びます。
※2 『道志手帖』第5号14〜15頁参照。



中沢

高見

あち村

道上

大室神社



旧道を月夜野方面に登ると寝の神、続いて二十三夜塔等の石塔、石仏が並んでいる。



馬頭観音 地蔵尊
2つの石仏が静かに並んでいる

中原

大渡の水くみ場
昭和32年に故出羽景正氏の発案で地区九人の男衆たちの協力のもと、一ヶ月の間、自らの仕事を休み、大室山からこの大渡の地に水を引いた。

大渡の直売所

どうし道

高下

色天神

旧道
月夜野
大渡キャンプ場

地蔵の前

たつみち

せとみち

大下

大渡

大渡の地名は大きな中哉(はた)が飛来してきた伝説による。
『続道志七里物語』(P10)

画：千々車倫竹史
2015.2

食べたい 知りたい 道志の味

！ ごくちめ 「こんにやく」

！ こんにやく レシピ 【6個分】

- 【材料】
 こんにやく芋：200g
 凝固剤（炭酸ナトリウム）：6g
 水：1ℓ
 塩：ひとつまみ



▲左：重曹 右：炭酸ナトリウム
 ◀こんにやく芋

- 【作り方】
 ①こんにやく芋を適当な大きさに切り皮を剥く。
 ②こんにやく芋と水をミキサーにかけるか、おろし金ですりおろす。
 ③鍋に入れ、火にかける。煮立ったら火を弱めて焦がさないようにかき混ぜながらのり状にする。
 ④火からおろして凝固剤を入れてよくかき混ぜて四角い容器に入れて冷やす。もしくはそのまま鍋を一晩おいて冷やす。
 ⑤包丁かヘラを入れて適当な大きさ（市販のこんにやくの半分くらい大きさ）に切り、塩をひとつまみ入れたお湯を沸かし、1時間ほどゆでてあくを抜く。
 ⑥流水で冷やす。

- 【所要時間】 約3時間～
 【保存】 すぐに食べない場合は冷蔵庫に保存



左：重曹使用。ゆでるうちにドロドロになり形がなくなってしまった。右：炭酸ナトリウム使用。ゆでても形は保たれたまま



生芋をすりおろす



のり状になるまで練る



容器に入れて冷やす



ゆでてあくを抜く



こんにやく芋は育つまでに3年かかるとい
 います。低温に弱く寒冷地では大きく育た
 ず、保管も難しいので、日本で安定した栽
 培方法が確立されたのは昭和30年代でし
 た。（※）道志村ではかねてより冬の食べ物
 として生芋からつくるこんにやくが家庭で
 作られてきました。

！ 久保地区での話

師走のみなもと体験館のイベントは恒例の
 生芋から作るこんにやく作り。今回の先生は
 佐藤ひさよさんと佐藤輝子さん。お客様と一
 緒にこんにやくを作りながら、久保地区での
 お話を伺いました。

以前はどの家庭でもお正月を迎えるにあた
 りこんにやくを作ったのだとか。こんにやく
 芋の収穫は10月から11月で、お正月前後にも
 お祝いの時などに食べていたとのことですが、
 毎年11月20日の「農休み」を過ぎ農作業
 が一段落すると、今度は正月の現金稼ぎで相
 模原方面に土木作業の日雇いに行くのが当
 り前の時代でした。結局こんにやく作りは年
 末のことが多かったとのことでした。

時間と手間のかかる料理で、お二人曰く「気
 が短い人はこんにやく作りには向かない」の
 だそうです。また、こんにやくが固まらず流
 氷のようになることもあり、忍耐のみならず、
 経験も必要な料理です。

！ 川原畑地区での話

佐藤丸子さんと杉本富代さんはお二人で5
 年前からクレソン入りこんにやくを道の駅に
 出荷しています。

連載

の硬さが好きだという人もいるとのこと。
 この地区でも以前はどの家庭でも冬に生芋
 からこんにやくを作り、お正月には親戚にふ
 るまつたりしていました。こんにやくの硬さ
 は練りながら手の感覚で調整したそうです。
 お二人の前の世代では凝固剤として囲炉裏
 の灰を使ったといいます。昭和37年から40年
 頃はこんにやく芋が高値で売れて現金収入に
 なった時代もあったとのこと。いろいろなお
 話を聞くことができた上に、こんにやく作り
 の現場まで見せて頂きました。

！ 自宅で再現

生芋とこんにやく粉の両方で作ってしまし
 た。やはり生芋の方が芋そのものの味が生き
 ていると感じたので、そのやり方をレシピに
 しました。あえて手軽に薬局で入手できる重
 曹（炭酸水素ナトリウム）を使うやり方を試
 してみました。4回やってもあく抜きでゆ
 でした時に形が崩れドロドロになってしまい、
 結局炭酸ナトリウムを使用しました。

材料も少なく簡単そうですが、生芋から作
 る場合、柔らかさや味をおいしく仕上げらる
 には経験が必要と感じました。（千々輪岳史）
 ※財団法人日本こんにやく協会の資料による

昔おばあさんは冬の仕事でむしろや俵を編
 んでいたが現在はそれもなくなり、近所の行き来
 も少なくなりました。このこんにやく作りが良い
 生きがい発揮になっている。昔から作ってい
 るものなので苦にはならないとのこと。
 当初クレソンをパウダーにして入れたら苦
 みが出るので、試行錯誤の末、ミキサーにか
 けた生のクレソンを使う現在の形にしたそう
 です。品質の安定のため現在は生芋ではなく
 こんにやく粉から作っています。粉で作られ
 たものはさしみで食べるのがおいしく、煮物
 に入れると少し硬めだそうです。とはいえそ



①②クレソンと完成したこんにやく。③丸子さんのこんにやく煮物。④こんにやくを流し込むお手製のトレイ

□こんにやく粉から作る手軽な手作りキットが道の駅どうして販売されています。税込491円

道志林業人列伝② 頓所和也さん(31)

「自然の中で仕事が出来ることが、幸せだと思う」



横 浜市戸塚区出身。道志在住。福祉系専門学校を卒業し、就職活動を進める中、

神奈川県が主催する森林塾への参加がきっかけとなり、平成23年4月有限会社七里緑化に入社しました。入社後、4年目です。
なぜ、林業を希望しましたか？

道志に住む事を深く考えていたわけではなく、横浜からも車で2時間とそんなに遠くはないし、いいかなと。

高校の時、山岳部で丹沢などの山へよく登っていたので興味が湧いて。もともと身体を動かすのが好きだったし。それまで、林業の情報や知識は全くありません。
この仕事の楽しさや、つらさは何ですか？

一番好きな作業は枝打ち。高い所が好きかも。眺めがいいし。上手に作業をするのは難しいけど奥が深い。やっぱり、最初暗かった山が明るくなると、達成感を感じます。現場作業が続くと体力的につらい時もあり

ます。怪我は屋前や作業終了前に気を抜かない

よう気を付けてます。また、現場までの距離が遠い時や、天候の変化も大変です。特に雪の日は。

気がついたらヒルが10匹くらい指やふくらはぎ、首などについている時もありました。去年、伐倒した木に巣を作っていた地蜂に刺されたな。20m以上、追ってきました。
将来について思うこと

まだまだ山のことについて勉強、経験が足りないなので、早く一人前になりたい。資格も取りたい。道志の山については、暗い所が多いので、手を入れていければいいと思います。
(聞き手・大野航輔)



協力隊・井口が伝える
足揉み健康法
「高血圧」とは

足裏を刺激して
病気を予防、体質改善



● 高血圧とは・・・

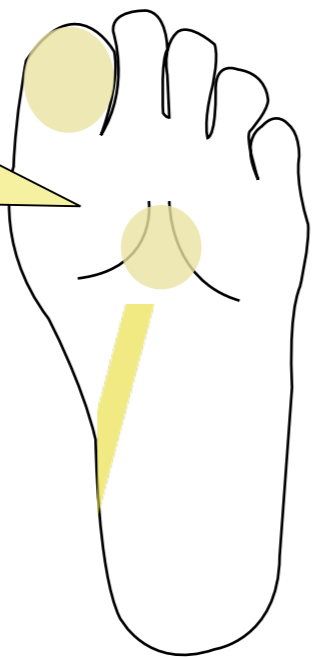
道志村でも高血圧の人は多く、血圧を下げる薬を服用している人が多いようです。しかし、高血圧の90%以上は、原因が不明なのです。ご存じでしたか？

でも、血圧を上げる要因は明らかにされています。ストレス、塩分の摂り過ぎ、血管の老化などです。緊張すると、血圧が上昇します。その典型が「白衣高血圧」です。医師や看護師の白衣を見ただけで、ストレスとなって血圧が上昇する現象です。

それくらいストレスに敏感な血圧ですから、日々のストレスで血圧がどれだけ高くなっていることでしょうか？ 足揉みをするとりラックス効果が得られストレスが緩和されて、高血圧も良くなる可能性があります。足揉みで楽しく健康になりましょう。

<レッスン2>高血圧にオススメな反射区はココ！

右の足図に色付けした部分を丁寧に5回ずつ左右の足を揉んで下さい。高血圧予防にオススメです。



今日から実践
若石健康法

自分で足を揉んで
疾病予防&リラックス！

【国際若石健康研究会認定プロ】
ご自宅に出張！足揉みサロン
ご依頼は井口までお電話ください！
皆様のご自宅に伺います
TEL 080-3090-2460

初回 30分 3,000円(税別)
無料 60分 5,000円(税別)



声

「道志手帖 読者アンケート」でご回答頂いた内容の一部と読者からのお便りを掲載します。

Ｅメール・・
kozai-kei@vil.doshi.yamanashi.jp
〒送：〒4020209
山梨県南都留郡道志村6181-5
道志村地域おこし協力隊 香西まで

投稿を募集しています。道志にまつわるお便りをぜひお寄せください。



○感想

○道志村へのアクセスは村外の読者にとっては「絵地図」と共に道志村への関心をひき、毎号みているうちに村全体のオリエンテーションが少しずつ頭に形づくられるようとてもよい。何よりも毎号の写真が見えますね！

○10月に一年ぶりに道志村を訪れました。季節によって村の雰囲気も随分かわりますね。森の木の実の種類が豊富で驚きました。

○蜂塚碑の事は初めて知った。道志の里にこんな心温まる物語があると素晴らしい。

人が主役！ 薪のエネルギー利用 第6回

大野航輔

平成25年～26年 道志の湯への月別薪材出荷量

道志の湯で稼働する薪ボイラーの燃料となるのは、村内の民有林から木の駅へ運ばれた木材達。毎月、どれくらいの量が木の駅から出荷されているのでしょうか？平成25年4月から平成26年12月まで、毎月の出荷量をグラフにまとめました。

全体的な傾向として、冬が少なく夏が多い傾向です。利用客の状況と比例しています。最も多いのは、平成25年6月の53m³。最も少ないのは平成26年5月の23m³です。平均すると毎月20m³くらいが薪として供給されています。

H25～26年度 道志の湯への月別出荷量

・H25年の4月から12月の合計は398m³、H26年は315m³。
・前年と比較し、21%減。

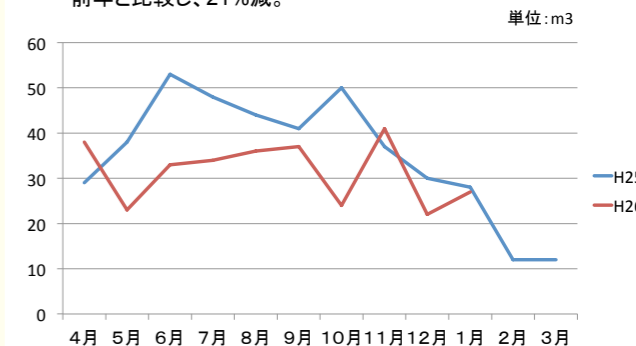


図1 道志の湯への月別出荷量

現在進めている山林境界の確認と森林経営計画の作成を進めて行く事で、間伐を実施可能な民有林が増え、間伐を実施出来た場所からは間伐材が発生することになります。このような材を木の駅へお持ち頂ければ、大変助かります。

今後も安定した供給に向けて努力致しますので、よろしくお祈りします。

特集炭焼き・こぼれ話

みなもと体験館の炭焼き体験



みなもと体験館（久保）では、建物の脇に小さな炭窯を作り4月から随時炭焼き体験ができるよう準備中です。かねてより直径15cmほどのスチール缶を使った花炭作りを行っていましたが、好評を得ていることからより本格的な炭作りも体験できるようにしました。窯は大月市にある黒炭の窯を参考に1/6サイズのを耐火レンガとコンクリートで作成し耐久性を持たせました。（千々輪岳史）

特集炭焼き・こぼれ話

谷村へ運ばれた道志の炭

道志から炭俵を積んだ馬が通った都留市の旧鍛冶屋坂トンネルは当時「馬糞トンネル」と呼ばれていたとか。道志と都留の行き来が盛んだったことを物語っているようです。都留から道志へ炭を取りに来ることもありました。昭和15年頃、谷村の旧制中学校の学生は勤労奉仕で川原畑の小学校に集められた炭俵を1日3俵運ばなくてはならないノルマがあったそうです。2俵は峠を越えたところへ、1俵は菅野の木炭倉庫へ運びました。（香西恵）



新しい鍛冶屋坂トンネルには炭俵を運ぶ馬と娘の姿が描かれている



道志村の珈琲ブレイク…

井口陽介

自家焙煎をしていると、コーヒーの心地よい香りに包まれて嬉しくなります。今年は寒さが早く訪れ、ホットコーヒーもいつもより多く飲んでしまう日が続いております。

皆さんはどんなカップで珈琲を飲んでますか？先日、ニュースで白いコーヒーカップで飲むコーヒーは苦味・濃さを感じやすくなるという研究発表がありました。あとティーカップとマグカップでも感じる味わいが違うと言われています。

いつも私はタイのドイチャンコーヒーのマグカップでコーヒーを飲んでます。

色々なカップを使ってコーヒーの飲み比べも面白いですね。ぜひ試してみてください。



このページでは、地域おこし協力隊の活動を報告していきます。



野原のどろんどろん焼き (1.14)
生き生き作品教室 腕力パーづくり
(みなもと体験館) (2.13)
プロジェクト・ワイルド(環境教育体験会)
(みなもと体験館) (2.14-15)

地域おこし協力隊の任期は残り1年となりました

道志村に地域おこし協力隊として移住してきてから、ちょうど2年を迎えようとしています。

協力隊の任期は3年ですので、協力隊として活動できるのも残り1年となりました。

長いようで短かった2年間で様々なことに取り組んできました。足つぼマッサージの村内への普及、新商品の開発、D-1 グランプリへの出店、村外へのイベント出店などなど。これらの取組みを通じて道志村を全国にPRしながら、村内の健康推進も行ってきました。また、協力隊任期終了後も道志村に住み続けるために必要な収入源の確保に向けて、「仕事」作りについても模索してきた2年間でもありました。

最後の1年。道志村に住み続けられるような「仕事」を産み出せるように邁進してまいりたいと思います。(井口陽介)

猟師とアニマルトレッキング

1月末に道志村では初の試みとなる猟師体験のイベントを開催しました。当日は県内外から11名の方に参加いただき、野生動物の痕跡探しや生態を学び、山の恵みであるジビエ料理に舌鼓を打ちました。

現役猟師さんによる山の案内はハイキングや登山とはまた違った魅力に溢れていました。残雪に付いた足跡から野生動物の行動を推測しどこへ向かっているのかを探したり、足跡やフンから個体の大きさ、雌雄の判別、実際の猟場となるポイントの解説など何気なく通り過ぎてしまいそうなど

ころにたくさんの野生動物の情報が散りばめられていました。参加者の方々は猟師さんの話に注意深く耳を傾け、好奇心に溢れた表情がとても印象的でした。

山歩きを終えたあとは道志村で獲れたシカ・イノシシの料理を味わいました。猟師さん直伝のレシピでイノシシ肉の煮物をつくり、シカ肉は薬味をもみ込んだものを焼いてパンに挟み、ホットドッグ風にしてみました。どちらも好評をいただき、ジビエ料理を身近に感じてもらえたようでした。

全国的に獣害が深刻となり、厄介者扱いされている野生動物たち。増え過ぎた動物たちはたしかに被害を与えていますが、動物の生態を知るとは純粋におもしろく、興味や関心が湧いてきます。奥深い狩猟の世界を紹介できたい機会となりました。(中嶋拓哉)



「猟師見習い」ながら、猟のやり方や簡単な野生動物の紹介をしました！



動物の行き先を辿って「けもの道」を歩く。ふだん的生活では体験できません！

山梨県立大学での演習に参加

1月24日山梨県立大学で「道志村の健康と生活に関わる演習」が行われ私達協力隊5名も参加しました。これは山梨県立大学と道志村の連携で3年間にわたる調査の総まとめに位置づけられ、福祉と看護を専門とする学生たち148名と村民32名が24のグループに分かれ意見を交わしました。子供の肥満の多さ、高齢化により交通問題が今後深刻になる等、健康と生活の様々な問題点が浮かび上がり、学生から改善のアイデアが出されました。

長く村で生きてこられた方々から豊かな自然と地域の人の結びつきが本村にとっての一番の魅力であり、強みだという意見を聞くことができました。これは私が感じているところと全く同じで、この魅力を後世につなげるような生活と仕事をしたいと思いました。(千々輪岳史)

木質バイオマス発電の課題

先日、2月17日(火)にNHK総合クローズアップ現代で木質バイオマス発電が特集されました。NHKで木質バイオマスが大体的に取り上げられるとは、時代が変化した気がします。北海道下川町の森林組合で働く友人や、前職でお世話になった熊崎先生がゲスト出演しており、興味深く拝見しました。

主題は大規模木質バイオマス発電の設立ラッシュの今、持続可能な燃料の供給は可能なのかという点です。発電所が林立すると燃料の争奪戦になる可能性が示唆されていました。

熱利用と異なり、発電は大量の木質バイオマスが必要になります。やはり、小規模から中規模(500kW~2,000kWくらい)で、電気の製造時に発生する排熱を有効利用する「熱電併給」の普及が重要だと思いました。木質バイオマスの利用は、とにかく「熱」をうまく使えるかがポイントです。(大野航輔)

編集後記

今号も多くのかたにお世話になり出来上がりました。いつもご協力をありがとうございます。

特集では炭焼き(白炭)の工程について一部しか取り上げられませんでした。『大正時代に使われていた道志村のしきたり風習』(山口大八著)にその様子が詳しく描かれています。

取材を終えて印象深いのは、昔は山が直接暮らしの豊かさに結びついていたということです。また、城下町・谷村との関係性です。

道志から炭を売りに行った一方で、谷村からも道志に炭を取りに来ていました。炭がどれだけ谷村から必要とされていたかがわかります。やはり炭は燃料としてなくてはならない必需品であり、それを生産できるのは山を持つ地域でした。山のない町だけでは生活が成り立たなかったということです。今でも同じことが言えるのではないのでしょうか。

また、道志村の炭俵は天下一品の評があったと『道志七里』に書かれていました。その理由は道志で採れるカヤの質が良かったからだとか。私はそれだけではなく、編み手の技術によるところがあったのではないかと思います。そのあたりについていずれ確かめられたらと思います。(香西恵)

道志手帖

no.7



わらはこのために手刈りでとっておいたもの。次々に見事な縄が完成

道志村の行事 しめ縄づくり

年末になると新しい年を迎える準備が始まります。2014年12月24日、「郷土史を語る会」によるしめ縄づくりの会がひらかれました。出来たしめ縄は神棚や門前に飾り、小正月のどんど焼きで燃やします。



①わらを3束にわけます



②2束を左衯いにします



③のこりの1束を巻き付けます



撮影：千々輪岳史

文・写真=香西恵



最後にハサミでけばを切りそろえてできあがり。太いほうを右にして飾ります。左の写真ではふたつの縄を組み合わせてアレンジしています



道志村地域おこし協力隊

協力隊へのご意見や本誌のご感想をお聞かせください。
お気軽に左記の宛先へご連絡ください。

発行日 2015年2月23日 発行 道志村地域おこし協力隊 編集責任者 香西恵
〒402-0209 山梨県南都留郡道志村618-1-5 道志村中央公民館2F
TEL: 0554-52-2118 E-mail: kozai-kei@vill.doshi.yamanashi.jp