[ドウシ・テ]

道志手帖

Winter 2016　no.11

道 志 手 帖

Winter 2016 no.11

Contents

表 紙 写 真

撮影：千々輪岳史

（2016.1.20）

久しぶりに降り積もった雪はいつになく湿った重い雪でしたが、晴れ渡った空の下で青く輝いていました。（野原にて）

［特集］ **道志村地域おこし協力隊の3年間ーこれまでとこれからー**

食・農・森・美　さまざまな挑戦ができた３年間　千々輪岳史…6

人生は偶然の十字路であるがゆえに素晴らしい　大野航輔…8

人生の価値観を変えた３年間　井口陽介…10

ここまで来られたご縁　巡り合わせに導かれて　中嶌拓哉…12

地域があり夢が生まれる　道志村の３年間　香西恵　…14

村の暮らしを振り返るー協力隊座談会ー　…16

［連載］

馬場絵地図　千々輪岳史　…18

食べたい知りたい道志の味　きゅうくちめ「減塩で健康に」【最終回】千々輪岳史　…20

［特別企画］村で出会ったあんな人こんな人　…22

【誤】

【正】

【お詫びと訂正】

『道志手帖』第 10 号 11 頁に誤りがありました。川原畑のウラジロモミとして掲載した写真はスギでした。訂正してお詫び申しあげます。

What's "Doshi-techo"?

「道志手帖」とは？

略して「ドウシテ」。「どうしってどんなところ？」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、おもしろいなとおもったこと、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

［道志村地域おこし協力隊］

gallery

桜流るる沢　室久保川（道志川支流）

撮影：豊田直之（2013.4.15）

本当は、沢の中から満開の桜を撮影したかった。しかし、道志川沿いにはちょうど枝を伸ばすような桜は見つけられなかった。夜に春の強風が吹いた翌朝、たまたま通りかけた際にピンク色の不思議な帯が沢を流れていることに気づいた。風で散ったおびただしい山桜の花びらが流れていたのだ。

豊田直之　プロフィール

冒険写真家。横浜市在住。海底、滝壺の中、山の頂、空撮とありとあらゆる撮影法により、大自然を表現する。NPO 法人海の森・山の森事務局理事長として環境保全活動にも得意のビジュアルを活用して精力的に取り組む。

＊道志の水のさまざまな表情を切り取る豊田直之さんの写真を３回にわたって掲載しました。今回で最終回です。

【特集】

道志村地域おこし協力隊の3年間

ーこれまでとこれからー

道志村に地域おこし協力隊がやってきて3年が経ちます。この春で3名の隊員が任期終了、残りの2名も8月までに任期を終えます。入れ替わりに、4月からは新しい隊員がやってきます。これまでの3年間、協力隊は何をやってきたのか、そしてこれからの地域おこしに向けて、5名の隊員それぞれが思いを綴り、村で暮らした感想を語り合いました。

今ではすたれてしまった、伝統文化の発掘、実用化に向けての道筋など貴重な経験を今後に生かして欲しい。

2014年2月の大雪の折には皆さんに助けて頂きました。

5名の地域おこし協力隊の3年間の活動を村おこしに活かすべきだ。

協力隊へのメッセージ

村民のみなさん対象に「地域おこし協力隊アンケート」を実施しました。回答から一部抜粋して紹介させて頂きます。

草刈りなど大変たすかりました。

村のためになっているか、どうかはあんまり私らにはよく分かりません。井口さんのような方が道志村の中に一人いれば良いのではないかと思います。

村は長細い地域で自分の集落以外のことはわかりにくいことが多いのですが、いろんな地域のことがわかってきた。協力隊と村の人との交流が新旧住民との対話のきっかけになって良いことと思う。

「道志村だけでない」この国の低迷空気。どうぞご自分の力を信じて、思い切りご活躍ください。また楽しみにしています。私ども村民にほしいのは今一番、「元気」です。

早いものでもう3年経ってしまうんですね！　協力隊の皆さんは役場からの募集ということで色々な面で優遇されて居たと思いますが初めての田舎暮らし、慣れるまでは色々大変だったと思いますご苦労さまでした。今までに無い取り組みだったので楽しみでした。協力隊の皆様が来て心強く感じましたよ！　あの大雪の時など一人暮らしなので一週間、門まで辿り着かず、中嶌さんに電話入れて助けて頂きました。（スズメバチの巣駆除も）買い物ツアーの時等も重い荷物を運んで頂き大変お世話になりました。★お年寄りは若い方とのふれあいが楽しいようです。いつもより元気に見えますよ！

財政的に乏しい村であるから、このことをクリアー出来る方策を検討することが求められる。例えばクラウドファンディング、資金調達、横浜市有林の活用。

道志村が好きで集まった皆様（協力隊）が、それぞれの"力"を道志村で発揮してほしい。村は、それを受け入れてほしい。「みんなの知恵でむらづくり」力を合わせて頑張りましょう。

3年間ご苦労様。皆さんの若いエネルギーが確実に刺激の薄い道志村（特に若年層）に注入されたと思います。只、道半ばということで、これからも何らかの形で"道志村"に関わっていけるよう切望します。

知らない道志の地域のことや、これはどうして？と思っていたことの発掘など、村を知る上で道志手帖はとても参考になりました。村の人達も協力隊の人ということでいろいろ話やすかったのではないか、と思いますし、村民の意識も変化してきたように思います。3年間という短い期間に懸命に頑張っていたことを生かし、これからも村に新風を吹き込んで欲しいと思います。

せっかく協力隊の皆様と御縁が出来たので道志村に居を構えていただきたいと思います。良い仕事が見つかりますようにお祈りしております。

新しくやってくる協力隊に期待すること

- 私達新定住者も年々年を重ね交通の不便を感じ、困っています。村内、外の移動の手助け（介護タクシー）をしてもらえると助かります。
- 現隊員と新隊員の引き継ぎの場を設け、先輩として豊富な経験談を後輩に話すことで新隊員の意気込みを喚起させて欲しい。
- 古い考えの人が多かったり、村の歴史も知らない若い人が多いので新しい考えで村の良さや村外への発信をして行ってほしい。
- 人口・空き家対策、荒れた農耕地対策、山林の利活用。
- シルバー他の送迎等をしてもらいたい。
- 道志村を好きになり、力を発揮してほしい。
- ご自分が選んだ協力隊員、ご自分を芯にして思い切って活動してほしい。
- 頑張って新しい血を道志村に入れてほしい。出る杭は打たれてしまいますか？
- パソコンやアイパッド等の指導をやれる方。
- 村内、村外を含めての送迎を考えてください。

●「地域おこし協力隊アンケート」について　実施時期：2016年1月　依頼方法：広報どうしと一緒に全世帯へ調査票配布　回答者数：16名　設問内容：①協力隊を知っていますか？②隊員の顔と名前を知っていますか？③活動内容を知っていますか？④活動内容について気づいた点⑤新しい協力隊員に期待すること⑥道志手帖を知っていますか？⑦道志手帖を今後も読みたいですか？⑧隊員への自由記述欄　（＊誌面の都合により記述式以外の回答結果の公表は省略します）

食・農・森・美 さまざまな挑戦ができた3年間――千々輪岳史

この3年間で自分がやりたいと思った「地域おこし」のかなりの部分をやらせて頂くことができました。予算や時間の制限があるとはいえ、この歳(47歳)で自分の可能性を広げ、やりたいことを選択できるとは思いませんでした。今年7月末まで任期はありますが、私の活動について少し報告したいと思います。

1　食と農

以前より少しでも自ら食べる食べ物を自給したいと思っていたので、小面積ながら多い時で村内6ケ所の耕作放棄地をお借りし、作物の栽培を行いました。米や麦、豆、野菜、キノコ等を栽培しましたが、主食であるお米と村の特産品であるクレソンを栽培できたことは大きな喜びでした。自然農を目指したこともあり、結果として人に売るほどの質も量もできませんでしたが、作業をしていると声をかけ助言下さったり、作物を分けて頂いたり、もともと村にいらっしゃる方のみならず別荘の方ともつながりができました。

夏の間、手が回らず草が生い茂り、己の限界を知ると共に、農業はスピードとタイミングが大切だということを痛感しました。

そして季刊誌『道志手帖』に郷土食について連載しました。郷土食をレシピ化することで若い世代に古里の味を受け継ぐことができればという想いで始め、続けました。

健康には毎日の食が大切であることは多くの人が理解しながら実行は難しいものです。私なりにその解を求め、マクロビオテック（穀菜食）の勉強をし、野菜をおいしく食べる方法の一つとして、「重ね煮」の料理教室を開催しました。講師の「サトケン」こと佐藤賢一さんは全国で引っ張りだこで、日程をおさえるのは大変でしたが、都留市からも参加者があり、好評でした。

2　水源教育と森林

協力隊の募集要項には水源教育や農林業体験がありましたので、かねてより興味のあった森林の勉強をしました。並行して協力隊の大野さんが行っている間伐材の搬出、観光協会が児童向けに行う間伐体験の手伝いや横浜水源林間伐ボランティアに参加しました。

さらに村の竹を使ったおもちゃ作り、サワラ材を使ったミニチュア家具作りをみなもと体験館のイベントとして開催させて頂き、後日、問い合わせが数件あり木工体験の可能性を感じました。また、南都留郡の間伐材を利用した商品作りに参加させて頂き、木材の出口を作るために活動しました。これほど森林が身近で、水と木について考えさせられたことはありません。

⑦野原の畑　開墾前　　開墾後

①久保の田んぼで田植え（2015.6.7）／②野原集落の男衆。４月の祭典にて。これからもお世話になります（2014.4.18）／③長男の小学校入学式（2014.4.3）／④みなもと体験館でおもちつき（2013.12.28）／⑤間伐材の搬出。玉切って木の駅に出荷（2014.11.12）／⑥大雪の雪かきボランティア（2014.2.22）

3　地域の情報発信と集落絵地図

『道志手帖』に連載した集落絵地図はお蔭様で村の方々に好評で、屋号を明記したことから、ＮＨＫやＹＢＳの番組で紹介されました。屋号を聞き、現地の地形を調べ、何度も足を運んで写真を撮り、スケッチしながら集落全体を1枚にまとめるのは大変でしたが、村の魅力を広く紹介することにつながり嬉しいです。

『道志手帖』は私の来る前に着任した四人が作ってくれたものです。これが無ければ絵地図も生まれなかったでしょう。その意味で4人、特に香西編集長には感謝しています。

そしていつの日か道志の人と自然が織りなす美しさを絵で表現できたらと思います。

最後に地域活性化や地域づくり等、地域おこしに似た言葉がいくつかあります。左記のように定義すると（※）、私のしてきたことは④の地域おこしだったのだと思います。

①地域活性化＝六次産業化・地域ブランド化（経済的施策）

②地域づくり＝集落支援・コミュニティー活動（自治的施策）

③地域再生＝住民ワークショップ・他自治体からの移住促進（再編的施策）

④地域おこし＝地域における誇り・郷土愛の醸成（情緒的施策）

この村には都会では巡り合えない美しい話や場所がまだ沢山埋もれていると思います。都会から移住してきた「協力隊」だからこそ村の魅力を発見し、発信できることがあると思うので、残り4カ月を大切に過ごしたいと思います。

※出典：一般社団法人村楽「地域おこし協力隊失敗の本質」https://www.facebook.com/sonraku

特集

人生は偶然の十字路であるがゆえに
素晴らしい――大野航輔

タイトルの言葉は、アメリカの作家エリック・ホッファーの言葉です。

これまで、本当に多くの人にお世話になり、助けて頂きました。ひとつひとつ出会いの積み重ねがあり、自分の全存在を賭けて「いかに生きるか」を見つめ、模索し、実践を重ねていく中、偶然の出会いが必然に変化していく。関係性が次第に濃くなっていく過程の中で、道志村という場所が自分の中で大きな存在になっていく3年間がありました。

それは、いうまでもなく、37年間の人生において最も刺激的で充実した、学びの多い期間でした。仕事中には対立や失敗、挫折も多く、能力の限界や性格面における未熟さについて、正面から向き合う機会が度々あり、私生活では、母の緊急入院と離婚が同時期に重なり、精神的にも非常につらい時期もありました。

しかしながら、困難に直面した際は快く相談に乗って下さり、励ましてくれた方々がいました。特に総務課地域おこし協力隊担当の山口登美（とみ）さんを筆頭に多くの役場や村民の方々、家族に支えて頂いたお陰で、今の自分があります。

村の資源を活かした仕事づくりに向けて

任期中は度々、任期終了後に向けた目標を思い起こし、目標に到達するために何をするべきか、思案を重ねてきました。その目標とは「中山間地で若者が生きていくことができる、魅力的な仕事をつくること」です。

仕事は都市部で、生活は村で、というスタイルもあります。ただ、道志村が持つ豊かな自然資源や優れた景観を活用した仕事を作り、そうした仕事によって、まず、道志村の方々に喜ばれること、また、村外から多くの人にお越し頂き、「道志村はいいところ。また来たい」と言って帰路についてもらえることが出来たら、それはきっと素晴らしい仕事だと思います。

自分の場合、これまで会社で培ってきた経験を活かし、間伐材のエネルギー活用、すなわち、道志の湯における薪ボイラーと間伐材を収集するための「木の駅どうし」を基盤として、横浜水源地である道志村の民有林整備を進める仕組みづくりをＮＰＯ法人道志・森づくりネットワークの一員として実施してきました。

①神地夏祭り（※１）（2014.8.15）／②自身のアウトドアウェディングパーティー in 道志（※２）（2015.6.6）／③学生団体「ルーズリーフ」と川井浄水場（※３）訪問（2014.7.5）／④森林ボランティア団体「道っ木ぃ～ず」と間伐作業（2015.2.25）

間伐をする、間伐材を山から出す、薪として加工する、薪ボイラーで使うという一連の流れを定着させることで、山林所有者や山に関わる仕事をしている方に経済的な対価を還元していくこと。同時に、間伐を継続的に実施していくこと。そして、そのような取り組みの状況を村外の方に見学してもらうため、道志村へお越し頂き、道志の湯へ入り、宿泊をして満足してお帰り頂くこと。また、薪という木質バイオマス利用が経済的な面から見てどのような結果を出しているのかをきちんと分析すること。間伐材でも質の高いものについては、エネルギーではなくマテリアルとして利用、販売ができる方法を探索すること。こうしたことを、3年間を通じて最も集中して行ってきました。

２０１６年、道志の湯がリニューアルオープンしてから、４年が経過しました。

木の駅の運用や木材収集については、まだ課題や改善点も多い状況です。それでも、この３年間、多くの方に視察見学のために道志村へお越し頂きました。２０１３年４月から２０１６年１月までの間、対応させて頂いた団体、個人の方々の合計件数は52件、約４２０名の方々のご案内を行いました。これも、道志村役場産業振興課の皆さん、ＮＰＯ法人道志・森づくりネットワーク事務局長の中島晋さんやスタッフの方々を中心として理事の方々、木の駅へ木材をお持ち頂いた出荷者の皆さん、道志の湯及び株式会社どうしの皆さんのご理解、ご協力なしには成し得なかったことです。改めて、厚くお礼を申し上げます。

新会社設立に向けて

４月からは、新たに会社を設立し、山林の境界など情報の見える化などを行いながら、木材のみならず、山林の総合的な活用を進めることで資産価値を向上させていく事業を行います。そうした事業を軸により多くの方々に道志村へお越し頂く機会を創ることが目標です。今後も皆さんにはこれまで以上のご協力をお願いすることがあるかもしれませんが、どうぞよろしくお願い致します。３年間、本当にお世話になりました。ありがとうございました。

※１神地夏祭りについては『道志手帖』第２号に掲載しています。／※２『道志手帖』第８号に掲載しています。
※３道志川の水が川井浄水場から横浜市に供給されています。詳細は道志手帖第５号に掲載しています。

人生の価値観を変えた3年間 ―― 井口陽介

道志村に暮らし、協力隊として3年の間には多岐に渡る活動を行わせていただきました。今回はこれまでの活動内容を大きく3つに分け、詳しくご報告できればと思っております。

すべての始まりは加工品作り

道志村に来て最初に始めたのが加工品作りでした。道志村にはクレソン以外にお土産になるような名物な商品がなかったので、道志村をPRできるような商品があったらと思いから加工品を作ろうと始めたのがきっかけです。

そこで考えたアイデアが道志の野菜を使ったピクルスです。畑を借りて野菜を栽培し、加工、商品のパッケージデザインを作り、半年で商品が出来上がりました。

出来上がった商品はイベントや、横浜のアンテナショップカフェに置いてもらい、道志村をPRする加工品として村外の人達に道志村を知ってもらうきっかけ作りを行いました。イベントでは商品を通じてたくさんのお客様に道志村を知ってもう機会を得ることが出来ました。

年に1度の食の祭典「D－1グランプリ」

道志村の食の祭典D－1グランプリで3年連続出店をさせてもらいました。

D－1グランプリには道志村の新名物を発掘するイベントコンセプトがきちんとあったので、私が出店した3回とも新名物として道志村の観光名所をモチーフにした商品開発をしました。「的様コーヒーゼリー」「七里太鼓カフェオレゼリー」「試し切石コロッケ」です。味はもちろんですが、「道志村に来た時に道の駅でお土産として買いたい・食べたい」と思えるような商品づくりに努めました。

残念ながら優勝することはできませんでしたが、観光名所をモチーフにした物語のある商品はお客様にも好評で、この物語のある商品開発がお客様に求められているということが分かりました。

来年度は新しく来る協力隊が6次産業化に特化した活動を行うので、ぜひこのアイデアを参考にしてより良い商品開発ができるようにノウハウなどを引き継いでもらいたいと考えています。近い将来、ヒット商品となる新名物が誕生することを願っています。

村民の健康づくりのサポートがしたい

道志村に来て驚いたのは、足腰や肩などを痛めている人が多くいることです。月に2回以上は村外へ出かけ、マッサージや電気治療などをする人がいて驚きました。村外にしかマッサージ屋さんがないのはとても不便だし、もともと健康的な身体作りをすることで、足腰や肩の痛みなどを予防することが出来ると思いました。

また、道志村の健康寿命を延ばして、できる限り病気の少ない道志村にしたいという思いから「足つぼ健康法」を使った村内の健康づくりに取り組もうと考えました。

最初はなかなか「足つぼ健康法」といってもピンとこない人が多かったのですが、お茶会への参加や、健康診断説明会への参加、さらには個人宅へ訪問して実際に足つぼを体験してもらうことで、たくさんの人に「足つぼ健康法」の良さを知ってもらいました。

また、セルフケアをすることで「自分の健康は自分で守る」という健康の意識改善に取り組みました。その甲斐あって実際にセルフケアを実施してもらい、足つぼマットを使った毎日のセルフケアを自分で実践してもらっている人が何人もいます。

私が足を揉み、毎日のセルフケアを実施してもらうことで、様々な症状が改善した結果も出てきました。協力隊の任期中に今までで200人以上の足を揉んできました。任期終了まで300人の足もみを目指し、最後まで皆さんの健康づくりのお役に立てればと思います。

これからも続く協力隊による地域おこし

3年間という短い間ではありましたが、道志村の皆さんにご協力いただき本当にありがとうございました。本当に色々な取り組みをさせていただき、僕の人生にとっても濃密で貴重な時間となりました。

道志村では今後も地域おこし協力隊を採用し、早ければ来年度には新しい協力隊がやってきます。新たな協力隊は道志村の商品開発を中心に活動していくということなので、来年度が楽しみです。地域おこしはこれからも続いていきます。

①横浜のアンテナショップでピクルスの販売／② D-1 グランプリ出店（2013.11.2）／③足揉みのようす

特集

特集

ここまで来られたご縁
巡り合わせに導かれて――中嶌拓哉

振り返ればあっという間の3年間。もうそんなに経ったのかと思いつつも、これまでのことを思い返すと確かに過ごしてきた時間がいくつも浮かんできました。

道志で醤油と味噌をつくりたい

道志村に来てまず興味を持ったのが昔からつくられているという醤油と味噌でした。私にとっては買うものであった醤油と味噌を自給してきたという道志の文化はとても貴重だと感じました。また穴蔵で麹をつくって仕込む醤油と味噌はこれまで食べたことないような風味を持ち、その味に驚きました。

しかし、醤油においては仕込みの手間や費用がかかる、醤油搾り職人の不在といった理由で道志の醤油づくりは先行きが心配される状況でした。

一方で醤油づくりについての思い出話を聞いてまわると、多くの方から「きゅうりをもろみにつけて食べるのが子どもの頃の楽しみだった」「醤油搾りの時期になるとどこからともなく辺りに醤油の香りが漂っていた」など道志村の原風景を思わせる話を聞くことができました。そこでなんとか今後も道志の醤油づくり文化があり続けられるようにと微力ながら活動してきました。

まずは昔から使われてきた醤油搾り器が古く傷んでいたため、新調することにしました。村内の家具職人さんの協力のもと、立派な醤油搾り器をつくることができました。また道の駅どうしの恒例イベントであった醤油搾りの実演を引き継いでおこなうことになりました。

醤油や味噌をつくるという地道なおこないですが、テレビや新聞等で取り上げていただく機会ができ、村外から醤油づくりに関心を持って訪れる方もいらっしゃいました。

昔からあるものには今にはない、忘れてしまっている良さがあります。昔は当たり前のものでも、今ではとても新鮮味にあふれています。温故知新の大切さを道志村に来て学びました。

やってみたからこそわかること

活動中は村内に数カ所田畑をお借りして米、大豆、野菜、わさびをつくることができました。百姓の先生は近所の方々。道志の土地柄にあった作付の方法やその知恵を学ばせていただきました。収穫物は醤油や味噌をつくる材料として使ったほか、直売所やイベント等で使っていただきました。

耕作することでわかることがたくさんありました。天候などにより、毎年同じようにはいかない栽培の難しさと奥深さ、その分の収穫できたときの嬉しさ、農作業のお茶の時間に聞ける村の昔話や思い出話など、田畑は学習の場所であり、コミュニケーションの場でもありました。

まずはやってみる。このことを心がけて3年間過ごしてきました。今になってみればやってみてよかったと思えることばかりです。道志村にやってきたからこその貴重な経験が得られました。

人とのつながりが地域を好きにさせる

3年前、縁もゆかりもなくやってきた道志村。現在は幸せなことに多くの村の方とのご縁が生まれました。出歩いていると村内のあちこちで声をかけていただくことが多くなりました。「今日は何してんだ?」「調子はどうだ?」など何気ない会話ながらも、自分を知ってくれている方がいる、そのことがとても嬉しく感じています。

私は「道志村のどこがいいか?」と聞かれたら、「そこにいる人がいい」と答えます。もちろん自然や環境、風土、歴史、文化など、ほかにもいいと思うところはたくさんありますが、一番は人だと思っています。私にとっては「そこにいる人がいい」ことが道志村をいいと思う、より好きになるきっかけとなりました。

村ではたくさんの方にお世話になりました。先ほどの醤油・味噌づくりや田畑を借りての農作物の栽培、道志手帖の記事づくり、イベントの開催・出店、横浜の飲食店との共同企画など多方面でご協力いただきました。

また村内だけに留まらず、他地域の方々ともたくさんのご縁に恵まれました。人が人を呼び、新たな出逢いを生む、幸せなことでした。まだ25年間の人生ですが、道志村で活動させていただいたこの3年間は今後の人生にとってずっとかけがえのない時間となっていくでしょう。

道志村との素敵な巡り合わせに感謝しています。ありがとうございました。

①醤油搾りの実演。道志の貴重な文化です（2016.1.9）／②横浜の飲食店のみなさんと。水源地のつながりが人とのつながりへ発展しました！（2015.12.22）／③自分のつくった野菜が人に喜んでもらえる。つくる楽しさを知りました（2013.11.3）／④川原畑地区の御祇園祭りの準備に参加。夏こそ祭り！わくわくします（2014.7.19）

地域があり夢が生まれる
道志村の３年間――香西恵

大学を卒業し、右も左もわからないまま協力隊になり、道志村に暮らし、手探りしながら過ごしたこの３年間。活動面でも生活面でも、初めての経験をいっぱいさせて頂きました。失敗もたくさんあり、未熟な自分と向き合う日々でした。４人の隊員を始め人との出会いに恵まれ、多くのかたに支えられ、今まで協力隊を続けることができました。３年間を振り返り、自分がおこなってきたことを２つに絞ってご報告させて頂きます。

地域の冊子をつくりたい――『道志手帖』

地域の冊子をつくることは着任前からの夢でした。道志村に来て、熱意ある執筆メンバーと理解ある周囲の環境に恵まれ、３年間発行を続けることが出来ました。年４回、各１５００部を発行し、村内全世帯と村外希望者にお届けしています。

最初はよそ者の自分たちがつくる冊子が村の人にどのように受け入れてもらえるのか不安でしたが、号を重ねるなかで徐々に認知して頂けるようになってきたかな、と感じています。

冊子を読んだ村の人から昔の暮らしの思い出が綴られたお便りや投稿を頂くときは本当に嬉しいです。読者の皆様からの反応が、冊子づくりの励みになっています。

「道志のことを知りたい」「知ってもらいたい」という思いから始まったこの冊子は『道志手帖〈ドウシ・テ〉』と名付けました。

元から暮らしている人にとっては当たり前のことでも、よそからやってきた自分たちから見ると「どうして？」と気になることや他の人に伝えたくなる発見がたくさんあります。そうした道志村の日常のなかにある魅力を村内外の多くの人に発信することが冊子の目的です。これまでに、道志の行事や郷土食、遊びや思い出、かつて盛んだった産業の記憶など、村の人から聞いたお話を記録してきました。

なかでも好評を頂いているのは、なんといっても連載「集落絵地図」（画・千々輪竹史）です。「次はうちのところを取り上げてほしい」という声をあちこちから頂いています。

①『道志手帖』を届けに伺ったお宅にて。最初は一軒一軒訪問していました（2013.11.11）／②大学生の体験ツアーの受入をさせて頂きました。写真は鳥の胸山登山口にて（2014.8.13）／③猟師さんが獲った角の立派なシカと。猟師のみなさんにはいつもお世話になっています（2013.12）／④道志のシカの革でつくったアクセサリー（2016.2.4）

これまでに取り上げられた集落は村の３分の１程度で、まだまだ描かれていないところがたくさん残っています。

絵地図とともに、今後も『道志手帖』の発行を継続していきたいと思っています。

道志のシカを生かす――「ドウシシカ」

「シカの皮で印伝をつくりたい」。道志に移住することが決まったとき、ひそかに「出来たらいいな」と思っていたことです。

しかし、今までシカに出会ったことも無い、猟師さんとの接点もない、商品開発の経験もない。そんな自分にとって、どうしたらそれが実現できるのか想像もつきませんでしたが、３年が経った今、徐々に実現しています。それは快く迎えてくださり、応援してくださった道志村猟友会の猟師さんたちのおかげです。

畑の作物を食べてしまったり、山の樹木や下草を食べてしまったり、年々シカによる困りごとが増えています。そのため最近では通年でシカを獲る猟がおこなわれていますが、獲ったシカ、特に皮は捨ててしまうことが多く、あまり活用されてきませんでした。

「印伝をつくりたい」という当初の思いは道志に来てから「道志のシカを生かしたい」という目標に変わっていきました。

きれいな革となった道志のシカの皮を初めて手にしたときのことは忘れられません。触ると手に馴染み気持ちよく、これを使ったら何でも出来そうだ、と夢が膨らみました。捨ててしまう皮が、手をかければ、さまざまな可能性を秘めた素材に生まれ変わるのです。

先日ようやく、道志の革を多くのかたにお披露目することができました。東京スカイツリーで開催された「ＭＡＴＡＧＩ展」（全国の産地から獣の革の製品が集まる展示販売会）に「ドウシシカ」という名前で革製品を出展したのです。この名前は「道志のシシ」「道志のシカ」「道志にしかないもの」を生かしたい、という思いを込めました。そのために今後も試行錯誤を続けていきます。

３年間、さまざまな活動に関わらせて頂き、村内外の多くの皆様にお世話になりました。本当にありがとうございました。

３月で任期は終わりますが、これまで携わらせて頂いたことを次につなげていきたいと思います。これからもどうぞよろしくお願い致します。

村の暮らしを振り返る　ー協力隊座談会ー

村の暮らしはどうだったのか、隊員それぞれが思い思いに語りました。司会は役場協力隊担当の山口登美さんです。
２時間におよぶ内容をぎゅっとまとめて掲載します。

●まず一番最初に感じたこと、3年前と今の暮らしのなかで意識が変わったことは？

大野　自分としては村の方に意外に早く受け入れてもらった感じがあります。もっと大変かなと思っていたけど、まずお祭りへの参加、消防団への入団。それを通じて普段は会うことが出来ない人とたくさん知り合うことによって少しずつ自分が村のなかで動きやすくなったかな。それが安心感に結びついているのかなと。

千々輪　ぼくは祭りですね。神地も川原畑も久保も参加させて頂きました。自分の住む久保は子どもが少なく規模も小さい。大変だけど祭りを続けたいという機運があって、自分もそこに加われたのが大きいと思う。最初の年はお客さんだったのが、消防に入ってつながりが広がり、面識が出来ると、地域の一員になれる気がした。もちろん小学校からずっと一緒の人達のなかに入るのは難しいけど、それでも受け入れてもらえる。懐が深いな、と思います。

中嶌　最初はほとんど知らない人ばかりだったけど、いろんな行事とか顔を出せる機会があることが大きかったと思う。ほかの移住者に比べればとけ込みやすくて、良い意味でひっぱりだこにしてもらっています。いろんな組織に顔を出して、知らぬ間にぎゅっと凝縮した人間関係があった。いつのまにかみんな知っている関係になりました。

井口　ぼくは生活の面でいうと、最初は今まで車の運転をしてこなかったので、例えば「買い物40分、すげえ遠い！」と思ってたけど今は「2時間で行けるんだ、近い」みたいな。自分のなかでは驚くべき変わり方ですね。

　あとは、村の人達と顔見知りになって連絡をとりあったりするときの時間の感覚「道志時間」に最初はすごい驚いた。東京ではかつかつでやってたので。朝7時に「足揉んでくれ」という電話が来るのにも今では慣れたし、とにかく思いたったらすぐに電話をくれる人達が多いので出来る限りそれに応えられるようにしています。慣れましたね。

香西　私は村なので住む場所が一軒家とか古民家とかっていうイメージがありました。集合住宅で最初は残念だったんですけど、暮らしてみると快適さ、ありがたさはよくわかるようになりました。

　自治会にも消防にも入ってないし、ほかの人に比べて関わりというのは少ないんですけど、地域との関わり方は自分のペースでいいのかなと思っています。

●思い出深い場所は？

大野　「にいつ（新津商店）」ですね。自分が村に馴染んできたかなというバロメーターなんです。最初はただレジに行って料金を払って店を出ていたのが、今はばあちゃんがライターをおみやげにくれたり。隆平さん（店主）にいろいろ相談にのってもらったりして。道志手帖の取材先とか。長話が出来るようになりましたね。

中嶌　そうですね。「にいつ」に行って買い物がてら話して気づいたら1時間半とか。長話もあれだからってコーヒーもらったりして。宅配便を「にいつ」に預かってもらって取りに行くこともあります。

井口　ぼくは道志村の農道。歩いてみるとキジがいたりシカがいたりヘビが田んぼを泳いでいたりとかいろんな動植物と遭遇して。ほんと気持ち良いですよね。みんなが言う「にいつ」は、ぼくは「上（かみ）デイリー（白井平にあるデイリー）」。

千々輪　野原と久保の吊り橋と遊歩道です。みなもと（体験館）にお手伝いに行く時はその道を歩いて行ったり自転車で行ったりする。国道より安全で気持ちが良いし。植林帯が多いのですが昔田畑だった石垣の跡とか残っていて、野原の人たちが築いてきた歴史も知ることが出来ました。

香西　私は「宿（ドライブイン宿）」です。好きなメニューはカツ丼。最初はトレイルレース（毎年5月に道志で行われるイベント）の準備のときに皆でお昼に行って、カツ丼だったんですよ。初めて食べて、あ、おいしいなって。

●道志に住む時に必要な心がけは？

大野　自分たちはよそものであるという認識を持つというのが大事かなと。村民の人達が思うことが実現出来る形でそれをサポートできればいいなという認識があればきっとうまくいく。というのも結局、お祭りやイベントフラだって何もかも今まで村の人達が長年にわたってつくりあげてきたものですよね。だから恩恵を受けさせてもらっているという感じがあります。

中嶌　人と関わりたくないから人の少ない田舎に来ましたっていう人もいると思うんですけど、田舎こそ人とつきあってなんぼだと思うんです。不便だってあるけど人がいるから解決したりする。まずは挨拶とかそういう基本みたいなことかなと。それがいろいろなことにつながって人間関係の始まりになると思います。

井口　まずは村の歴史的な背景にきちんと興味を持っている人が必要だと思う。村の人でも「的様」は知ってるけど「雄滝雌滝」は見たことない人もいる。村民の皆さんにもひととおり見てもらいたい。そしたら「道志で見るとこないの」って聞かれたときに答えられるし。1回行ってみると整備の状態もよくわかるから、じゃあなんとかしなきゃと感じるし、村に関心を持ってほしい。あと、移住者の方は家の修理など頼んで、村の修理屋さんが約束の時間に来られなくても怒らないことですね。段々仲良くなってくるとちょっとしたことでも助けてくれるので、移住する前に村流のやり方を理解するのが一番最初のポイントだと思いますね。

千々輪　集落のなかに入ってくると段々人間関係が深くなる田舎独自のつきあい方に慣れるのが大事かと思います。あと、親だとPTAに入る。30代40代が中心で、消防もそうですけど、それらの飲み会には臆せず参加したほうが良い。「ノミニュケーション」も大事です。また、集落での会合は年長者からじっくり話が聞ける良い機会です。

香西　飲み会でカラオケで歌うのも大事ですよね。自分はあんまり歌えないんですけど、やっぱり歌えたほうが楽しいと思う。

……住んでみて知る道志の一面。まだまだ話は尽きませんでした。

馬場

ばん　ば

北都留郡大原村（現大月市）より飛来した大きな幟が馬場に落ちた後、再び飛翔し大渡に舞い降り、さらに飛んでいった伝説から、ここは長幡（ながはた）の俗称がある。

（「道志七里」P228参照）

明治8（1875）年に大室八幡神社の拝殿を仮校舎として「長幡小学校」が創立されて以来、小学校は馬場にあり、子供達の声がいつも聞こえている。

道志小学校

現在の校舎は昭和57（1982）年に建設された。
平成11（1999）年、村内の3校1分校がここに統合され、現在の「道志小学校」となった。

地蔵堂

大田屋

石垣は当時の父兄の協力で築かれた。

国道413号　道志みち

馬場 BANBA　竹木本　大栗

大上の上

大上（おおうえ）

扶桑精工(株) 道志事業所

中（なか）

西

東

下原

中西

下中

屋敷

水源の森（そば屋あり）

大室八幡神社

坂下

観音堂

集いの家
学童や地域の集会に使われる

長幡屋

家の下

菓子屋（かし）

中原

下隣（しもどなり）

中

新屋（たりや）

一年毎に代わる代わる花を咲かせていた二本柳（かし）の伝説がある。
（「道志七里」P229）

道志川

通行止

田代 TASHIRO

上（うえ）

馬場の対岸は田代という字名がついている。

（有）オム

ニュー田代オートキャンプ場
ネイチャーランドオム
養老の森

山中湖方面

2016.2　画：千々輪竹史

①小学校親子料理教室にて／②ふれあいサロンにて。お味噌汁について説明／③④推進員の長年の功績が評価され県から表彰されました

連載

「ふるさとの味はやっぱりやしゃー飯。各家によって味が違うんだよね～。」「こんにゃくも各家によって違いますよね」「そうそう。手作りのこんにゃくはおいしい。」「おじや。おばくではないふつうのおじやの味がなつかしい。」「村外からお嫁に来て、お姑さんが庭で薪を炊いて大きな鍋で作った「けんちん」（＝けんちん汁）に驚いた。作った日にちょっと汁も入れ、器に盛れば汁ものなんだけど、煮物でも汁物でもどっちにもなっちゃう。」「私も村外からで、ふるさとの味というか、おふくろの味といえば、お稲荷さん。」

「おいしい」で報われる

最後に食生活改善推進員の活動をやって良かったことをお聞きしました。

「親子料理教室の数日後、参加したお母さんから、子供が料理のお手伝いをするようになったと言われ嬉しかった。」「自分が食に対して意識するようになった。」「ふだん見ることができない、よその家の料理を塩分濃度調査などで見ることができ、とても勉強になった。」「自身が味噌汁や煮物などの塩分を意識して薄くするようになった。具だくさんにしたり工夫して、時間はかかったけど。」「塩分濃度調査で伺った家が、味噌汁の塩分を気にするようになってくれた。」「普段話すことがない人と話せ、情報交換になるのでためになるし、何より楽しい。自分が作った料理を食べた人が『おいしい』といってくれることで全てが報われる。」

おわりに

今回のお話の中に「チンポンパンのコロッケ（＝買ってきてレンジでチンして食べるコロッケ）より自分で作ったコロッケの方がおいしい」「作り方も材料も知っているはずなのに、おばあちゃんの味は何でだせないんだろう」「合成着色料でなく、小豆の煮汁で蒸しパンの色付けをしたのは良かった」等々、ご紹介しきれない多くのお話があり、皆さん食に興味関心が高い女性ばかりだと思いました。

私は横浜出身ですが、この連載で道志の郷土食を再現し、我が家でも作ることができるようになりました。二人の息子はやしゃー飯や酒まんじゅうが大好きです。

子供の時の味覚は一生といいます。各家庭でふるさと道志の味を子供たちに引き継いでほしいと思います。

最後に料理をしてくれる全ての人に感謝！

〈一日の食塩摂取の目標量〉男性９ｇ未満、女性６ｇ未満

食べたい知りたい 道志の味

きゅうくちめ「減塩で健康に」

昨年 12 月 9 日やまゆりセンターで開催された「ふれあいサロン」の時にふるまわれた減塩の具だくさん味噌汁、とてもおいしく感じました。
今回でこの郷土食の連載は最終回です。いつもと味付けを変えて、これを作った食生活改善推進員のみなさんをご紹介します。

地産地消にこだわったお味噌汁

連載

活動はボランティア

道志村食生活改善推進員会は昭和53年に組織され38年の歴史があります。

推進員は現在20名おり、ふれあいサロンでの食事提供、小中学生向けの親子料理教室開催、みそ汁の塩分濃度調査等、地道な食を通じた健康づくりに取り組んでいます。みなさん仕事もありお忙しい中、ボランティアで活動しています。

今回食生活改善推進員5名の方と、事務局となっている役場の担当者に集まって頂き、お話を伺いました。

減塩の取り組み

昨年（平成27年）12月30日の山梨日日新聞によれば、厚生労働省が公表した平成25年の都道府県別調査で山梨県は健康寿命日本一であり、県はその一因を減塩の取り組みの成果とみていました。そこで減塩への取り組みについてお聞きしました。

「本年度の塩分濃度調査では各推進員に5軒分お願いしました。合計で１００家庭分になります。前回調査は38軒だったので、現状を知るための貴重な資料になります。」「調査に行ったら居なくて空振りしたこともありました。」「今回は出しぬけに行きました。力仕事をしている家が濃いと思ったら、意外にもそうでもなかったんです。」

ふれあいサロンでのお味噌汁についてお聞きしたところ、

「何人も薄いという人がいたんですよ。」「地産地消にこだわり、7つの道志産の具（大根・里芋・ごぼう・人参・ネギ・椎茸・豆腐）を使い、塩分濃度は道志の七里味噌を溶きながら0.8％になるようにしました。」「あのだしは天然だしのパックで、味が良いので使ってもらい、みんなにも宣伝したんです。」「健康まつりでは、化学調味料のだしと天然のだし（昆布・鰹節・いわし・焼あなご）の味比べや、塩分濃度を変えたものの味比べをしてもらいましたが、多くの人が化学調味料の味に慣れていました。」「我が家では煮干しと鰹でだしをとっています。旦那は化学調味料のだしを嫌がるんです。」「昆布と煮干しでとっただしで作った味は、化学調味料のだしと全然違う。風味があり、味付けが少なくても良い味になる。」

ふるさと道志の味

続いて道志の味についてお聞きしました。

〈手軽な食の食塩量（食塩相当量）〉カップ麺（各種）約５～７ｇ／ハンバーガー（某チェーン店・チキン味） 2.6 ｇ／納豆定食（某チェーン店） 2.3 ｇ　出典：オールガイド食品成分表 2016

道志村で出会った あんな人　こんな人

現協力隊でつくる最終号の特別企画として、
隊員が村で出会った人たちをご紹介します。

村田充且さん　孝代さん

千々輪家が住んでいる家の大家です。野原に新しい家族が来てくれてよかった。

花上行子さん

百姓するが楽しみだよ。馬場じゃお茶のみを元気にやってるよ。

山口清太郎さん　はる子さん

シカを獲るじゃ任せとけ！
シカ角いじりもやってるぞ。

山口美也子さん

足揉みをしてもらってからは、家でも足つぼマットを使っています。

出羽ひろみさん　池谷譲さん　宇野夏樹さん

みなもと体験館に遊びに来てください！

長田千代美さん

井口さんに足と体を揉んでもらってとても楽になりました。

出羽公昭さん

山作業と狩猟は楽しいよ！笹久根にいるから、遊びにおいで！

佐藤キクヨさん

手間はくっても酒まんじゅうや味噌の麹は自分でつくってるよ。そのほうがおいしいもの！

池谷賢明さん

レストリブレでお待ちしています！

佐藤徳治さん　好子さん

うらがじゃ醤油を買ったこたぁないよ。子どもも孫もうちでつくった醤油を使ってるよ。

佐藤一夫さん

レストランたんぽぽと民宿西山荘を経営しています。ちょっと一服コーヒーでもどうぞ！久保近辺の釣りの情報ならお任せ下さい。

佐藤進さん

若い人が道志へどんどん遊びに来て欲しいね～。

特別企画

道志手帖 [ドウシ・テ] no.11

発行日　2016 年 2 月 28 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 6181-5　道志村中央公民館 2F
TEL：0554-52-2118　E-mail：kyoryokutai@doshi-okoshi.com

この冊子は平成 27 年度地域おこし協力隊活動事業費により作成しました。

創刊号（2013.7）特集：道志村地域おこし協力隊

no.2（2013.10）特集：月夜野

no.3（2014.2）特集：野生動物とのつきあい方

no.4（2014.4）特集：雪を乗り越えて

no.5（2014.8）特集：水

no.6（2014.11）特集：養蚕

no.7（2015.2）特集：炭焼き

no.8（2015.5）特集:道志今昔ー一枚の写真からー

no.9（2015.8）特集：道志と都留

no.10（2015.11）特集：人と木

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。