



お米と地域食文化を考える

米どころ！ 山形おきたま “つや姫”の誘惑

第1部「謎食山形 山形・置賜に伝わる豊穡の食」

対 談 集

（平成27年1月30日開催）

おきたま食の応援団（置賜農業振興協議会）

紹介

コーディネーター



山形大学農学部教授 平 智 氏（山形在来作物研究会副会長）

昭和33年大阪府生まれ。博士（農学）。京都大学助手、山形大学助教授を経て、現在、山形大学農学部教授。専門は果樹園芸学、人間・植物関係学。山形在来作物研究会の副会長として、山形に古くから伝わる在来作物の保存や情報発信に取り組んでいる。庄内地域の食文化を紹介した書籍「はたけの味」や「たんぼの味」等の編集に深くかかり、その人脈の広さや独特の語り口には定評がある。

話題提供者

パネリスト



たかはた食文化研究会顧問 島津 憲一 氏

昭和23年山形県高畠町生まれ。日本大学理工学部薬学科卒、元高畠町立病院薬局長。たかはた食文化研究会顧問として会員への指導の傍ら、シドニー、アテネオリンピックではライフルチームのオリンピック強化食開発等に協力。また、永年山形県内の中毒キノコの鑑定にも協力。現在も食文化や食と健康等について講演等を東北各地で行っている。

パネリスト



（公社）渋谷法人会女性部会副会長 名和 玲子 氏

（株式会社ジェイ・ユー専務取締役 米沢市出身）

日本の伝統文化紹介のためフランス・ドイツ・アメリカ・台湾・スペインなど国内外で多くの公演をプロデュース。東日本大震災では植林の神様、宮脇昭氏の「森の防潮堤 第一号の大槌町」を企画。また、国内外の仕事で得たグローバルな食文化の紹介にも力を入れており、自身の故郷山形の食文化の普及にも尽力している。

パネリスト



株式会社Tw i n代表・山田節子企画室主宰 山田 節子 氏

多摩美術大学卒業。Tw i n代表。東京生活研究所ディレクター。Gマーク選定委員。現場産業振興プロジェクトコーディネーター。フードコーディネータースクール講師。商品企画・店舗企画・展覧会企画・企業戦略立案推進などを通じ、ライフスタイル提案として、もの・人・場のプロデュースを手がける。百貨店銀座松屋のシンクタンクとして40余年ディレクションおよび企画提案を継続している。

米どころ！山形おきたま “つや姫の誘惑”

第1部パネルディスカッション「謎食山形 山形・置賜に伝わる豊穡の食」

【平氏】

皆さんこんにちは。今日は隣にいる島津さんがおいたま、米沢から、僕が日本海側の鶴岡から雪を連れてきてしまいました。申し訳ございません。必ず連れて帰りしたいと思います（笑）。ご了承下さい。

今日は羽田の方が雪が降っていましたね。不思議な感じがしました。無事に到着して皆さんにお目にかかることができて良かったです。

さて、皆さんにいきなり「お米を食べ比べて下さい」ということでしたが、要は皆さんに出来るだけ、沢山食べたり、沢山の種類のお酒を飲んでももらったりする、というのが一番の目的です。現物を味わってもらっておいたまの食文化を知ってもらおうという、そういう風な企画です。

ですが、今日初めて、“おいたま”とか、“おきたま”とか、そういう地域名を聞かれたっていう方、ちょっと挙手して頂けますか？

（挙手）

10人くらいかな。

実は「私、米沢とか山形県がふる里なんです」という方はおられますか？

（挙手）

3、4人くらい？パネリストの皆さん、そういう状況です（笑）。

よろしくお願いします。

パネリストの紹介をすると長くなってしまいます。今日はきれいなパンフレットを作って頂きましたので、名和さんと山田さんについてはパンフレットをご覧ください。その分、お二方に喋って頂く時間を増やしたいと思いますのでよろしくお願い致します。

それでは、地域名を初めて聞いたというような方も10人近くおられましたので、まずは島津さんにおいたま地域の伝統的な食文化をスライドを使いながら10分間ぐらいで解説してもらいたいと思います。まずそれをお聞き下さい。

じゃあパネリストの皆さんは、いったん一応降壇して頂いて…。

（降壇）

【島津氏】

皆さんこんにちは。たかはた食文化研究会顧問の島津と申します。今日10人くらいの方がおきたまを知らないみたいなので、その方達に合わせてお話ししたいと思います（笑）。

スライドを見てもらいたいと思います。パワーポイ



ントを使ってお話したいと思います。

東北におきまして、山形県は人の顔みたいな形になっています。さっき紹介がありましたが、南部の地域、米沢市を中心とした3市5町です。これがおきたまです。

はい、次お願いします。

実はおきたまと東京は“米”で深く結ばれた縁があります。



東廻り航路、西廻り航路という江戸時代の有名な物流航路を皆さんご存じだと思いますが、東京、いわゆる江戸ですね、100万都市になり、米が非常に不足しまして、東北には幕領の年貢米がありながら、江戸に運べなかったのです。

海を越えて運べなくて、運んでも一年もかかっていたのです。これを河村瑞賢っていう幕府の命を受けた江戸の豪商が、東廻り航路、西廻り航路を拓いて、江戸に運んだのです。その最初の米

がおきたまの米です。ぜひ覚えておいて下さい。



それをどこまで運んだかというと、江戸の浅草、御蔵です。今の柳橋から蔵前3丁目辺りです。ここに幕府の米蔵があり、55万石くらい収納できました。このくし型のところに船が入って、蔵がずーとあって、馬も沢山使われていたので厩橋とか、蔵があったから蔵前だとか、縁の地名が残っていますよね。

はい、今はこの江戸浅草御蔵跡などは隅田川テラスという公園になっていますけれども、ここに東

北の米が東廻り航路、それから西廻り航路で運ばれてきたのです。

最初に東廻り航路で幕府の年貢米を運んだ二井宿峠から見たおいたま盆地です。

イザベラ・バードをご存じだと思いますが、イザベラ・バードは、この米沢、おいたま盆地を最大級の賛辞をしているのです。「全くのエデンの園である」、「アジアのアルカディア」と。山形では、よくこれを使って地域おこしを行います。





つや姫、コシヒカリ等が栽培される米どころ置賜の稲田

おきたまの稲田です。ここで日本一高い米も作られています。1俵10万円です。

皆さん存じの特選和牛“米沢牛”もおきたまが産地です。

山形の県民的な行事で“芋煮会”です。おきたまでは盛んですね。



置賜の特選和牛・米沢牛



山形の県民行事・芋煮会

おきたまは先程写真で見ていただいたとおり、周りを全部山で囲まれている盆地ですから、“山菜”が豊富に採れます。ですから、山菜汁をはじめ、豊富な山菜料理があります。



ウコギの生垣

ウコギ飯、きりあえ、おひたし、てんぷら等に



周囲を山で囲まれたおきたまは山菜の宝庫
山菜汁、てんぷら、煮物等々の山菜料理
塩漬け、干し物等の保存食

米沢では、垣根にまで“うこぎ”を植えて、いろいろな料理に使っています。

簡単に足早に話しているには理由がありまして、ここに来て10分という時間制限を受けましたのでご承知置き下さい（笑）。

周りを山で囲まれているものですから、山菜だけじゃなくて、“きのこ”も沢山採れます。おきたまは松茸の一大産地です。松茸をはじめ、色々なきのこの料理がありまして、そしてそれを保存したりしています。

はい、きのこ汁ですね。



周囲を山で囲まれたおきたまはきのこの宝庫
きのこ汁、煮物、炒め物等々のきのこ料理
塩漬け、干し物等の保存食



代表的なきのこ料理・きのこ汁

おきたまは、この盆地の中にイザベラ・バードが称賛したように、ありとあらゆるフルーツが出来ます。皆さんラ・フランス、さくらんぼはご存じだと思いますが、ほかにも、ぶどう、りんご。ラ・フランスなどもおきたまで作られています。ぶどうもデラウエアに関しては生産量が日本一なのです。

これを受けてワイナリーもあります。これは高畠ワイナリーです。東北で一番大きなワイナリーで、ここのワインは国産ワインコンクール金賞も受けています。ここでは試飲してワインを買うこともできます。



米どころのおきたまですから、“蔵元”も沢山ありまして、本当に沢山の銘酒があります。是非来て飲んで頂けたらと思います。今日は試飲はあるかどうか。あるのかな。



【大嶋補佐】

はい、16蔵。

【島津氏】

16蔵！

(会場「わあすごい」(笑))

【島津氏】

郷土食に、こういう「たんぼ餅」っていうものがあります。お米を半分搗いて、木に刺し、くるみ味噌を塗って炭火で焼いて食べます。“秋田のきりたんぼ”も200年前に遡ればこの形になります。



おきたまを代表する郷土食に“^{ひやしる}冷汁”があります。大変贅沢な、野菜を食べる料理です。野菜とか山菜とかを食べる料理ですが、必ず帆立の貝柱と椎茸のどんこ、これらでとった出汁で野菜を浸して食べるのです。一年中食べられています。だから具材は常に変わりますけれども、私なりに言えば、最高なのは山菜の“あいこ”なのかなと思っています。

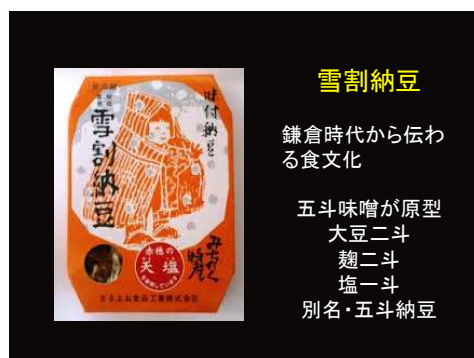
雪菜については平先生が後から解説されると思うので、これは飛ばします。



山形を代表する“青菜”^{せいさい}という野菜がありますが、この“青菜漬け”、今日はこの会社、三奥屋の近社長も来られていますので、後でゆっくりご歓談下さい。ちなみにこれは「どっちの料理ショー」の特選素材にも取り上げられました。山菜や野菜を漬け込んだもので、もう日本を代表する漬物になっていますけれども“晩菊”です。今日来ていると思いますのでご賞味下さい。



発酵食で紹介したいのは、鎌倉時代から作られている食文化の名残で、「雪割納豆」というのがあります。これは、五斗味噌が原型なのです。大豆・麴・塩、それぞれ2斗、2斗、1斗合わせて5斗なのですが、



今頃の単位に直せば900です。発酵しますので五斗納豆という別名があります。今は塩があまり多いものですから、調整して、納豆菌も使っています。味は変わっておりますが、原型になっているのは五斗味噌です。

内陸部なので魚はこういう「鯉」ですね。

これを煮たものが鯉のうま煮です。大変高価なものです。煮るときは砂糖と醤油と酒だけで、水は一切使いません。それだけで作ります。ですから、鱗まで全部食べられます。

それから“からかい煮”です。今日来ていますから、是非味わって下さい。エイなのですが、“カスベ”とも言いますね。その“からかい”を煮たものです。これも大変高価なものです。



足早にお話ししましたけれども、実はおきたまの食は本物の食なのです。ほとんどのものが

おきたまは保存食文化の中心地



茄子干しの煮物



ハシギ干しの煮物

旬。旬のものを使っています。そして、その旬のものを加工・保存しているのが保存食です。ですから、食素材として一番栄養のある最高の時期のものを食べ、残りを保存食にしているということです。これは茄子干しの煮物。これは山菜ですね。そういうものを使います。

うどと鰯の煮物。うどの塩漬けしたものを一年ぐらい保存しておいて、塩を抜いてから使うのです。

ですから、この料理なんかはここまで1年かかるのです。



保存食料理・うどと鰯の煮物

青菜の煮物です。これも塩漬けして保存していたものを使います。



保存食料理・青菜の煮物

和食がユネスコの無形文化遺産になりましたけれども、基本は一汁三菜。先程言いましたように、この一汁三菜には日本人の食文化、本物の食が全部詰まっております。米、汁物、そして主菜の肉・魚、副菜の煮物、それにいわゆる香の物、漬物ですね。素晴らしいのは、四季とか、色々な料理の中に栄養バランスの優れた健康的な食生活を送れるということです。



一汁三菜

和食・ユネスコ無形文化遺産

- ・多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- ・栄養バランスに優れた健康的な食生活
- ・自然の美しさや季節の移ろいの表現
- ・正月などの年中行事との密接な関わり

今、厚労省で健康長寿と盛んに言ってますよね。世界一の平均寿命国でありながら、自立した年齢というと男性は71歳、女性は73歳という非常に厳しいものなのですね。こういったものをきちんと良い方に持っていくのが一汁三菜と本物の食であると思います。

時間の関係で足早になって申し訳ありません。

おきたまの食文化というのは、風土と歴史が築き上げ、継承してきた本物の食文化です。その根底には“もったいない”の精神が生かされており、旬の素材とそれらで作られた保存食の食文化であります。皆さんも是非、おきたまに来て、本物の食を味わって頂けたらと思います。ありがとうございました。

(拍手)

【平氏】

どうもありがとうございました。ちょっと明るくして頂けると・・・。

今のままがいいという方もおられるかもしれませんが・・・（笑）。

では、所定の位置に座って頂いて・・・。

今日の予定はですね、これから4時10分ぐらいまでを目途に、質問の時間も含めて、トークショーといいますか、ディスカッションにお付き合い頂きたいと思います。その後、今、島津さんから紹介があった、おきたまの郷土食の主なものと、あとパンフレットに紹介されています、“山形おきたまの美味しいお酒”、表だけで足りずに裏にもまわっています。置賜には18蔵あるそうです。そのうちの16蔵から4合瓶を1本ずつ提供を受けているということなので。16杯飲めるという計算になりますけれど（笑）。

一人あたり飲む量を考えて頂かないと足りなくなりますので、ご協力願います。

そういうふうに、食べたり飲んだり、実際のものを皆さんに味わってもらう時間を十分に確保したいと思いますので、ちょっと短めの時間になるかもしれませんが、トークショーの方はよろしくお願いします。

今ほど到着された最前列のお二人は、お米を食べ比べながらでも全然構いませんので（笑）。はい、ラップを

外して味わって下さい。つや姫とはえぬきとコシヒカリと。いずれもおきたま地方で生産された非常にいい評価を受けたお米だということです。食べる前から「おいしいぞ、おいしいぞ」というのはあまり良くないかもしれませんが・・・。

今、島津さんから急ぎ足で紹介してもらったんですけれども、おきたまはですね、非常に食文化的に豊かな所だと思います。僕は鶴岡に嫁いで（笑）、いや鶴岡に赴任してもう30年になるんですけど、未だ庄内弁が流暢にならず、まだ関西弁で生活しております。お聞き苦しいかもしれませんが、どうかご容赦下さい。

今日ご登壇頂いている名和さんは、“渋谷っ子”だそうです。18年間くらい、18歳までは米沢に生まれ育ったけれども、それ以降は“渋谷っ子”だと先ほどお聞きしました。

一番向こう側に座っておられます山田さんは、そんなによくおいたまの食文化をご存じないかもしれませんが、その辺りのところ島津さんの解説なんかも聞いて、何かもう少し知りたいこととか、どういう風な印象を持たれたか、というようなところからご紹介頂けるといいかと・・・。

マイクを用意されるのが名和さんの方が早かったので（笑）、名和さんからお願いします。

【名和氏】

こんにちは。“渋谷村”から来ました・・・。（笑）

わたくしは今紹介ありましたように18年間、米沢に住んでおりまして、一番自慢できることは、米沢で育ったことがすごく自分で良かったと思っております。



それは自分の舌に自信が持てるということでしょうか。というのは、人間の五感というのは凄いものがあると思うのですが、まずひとつは、少し前に牛肉の偽装事件がありました。当時渋谷のあるデパートに米沢牛として売っていたお肉を私も米沢人ですから、食べようと思って、そこでずっと買っていましたが何か味が・・・ちょっと味が違うなあ、違うなあと思っていた訳です。そしたら案の定、あの偽装事件が起きてから急遽山形牛に名前が変わっちゃった、ということがありました。今思えば私が在住の頃の米沢では米沢牛しか置いてなかったんですね。輸入牛とか他のお肉が店に置いてなくて、結構高かったのですね。私が東京に来てビックリしたことは、牛肉がとっても安いんですね。私にとって18年間の青春時代は、五感を鍛える意味でも凄く良かったかなと。今になって本当に感謝しております。



【平氏】

一番印象に残っている、伝統食と言いますか、おきたまの食を一つ挙げて下さいと言ったら、名和さんは何を・・・。

【名和氏】

先ほど出てました“冷汁”でしょうか。冷汁はやっぱりお正月はどこの食卓でもお雑煮と共に出ていたという記憶があり、我が家では今もお正月は冷汁を作って食べております。

【平氏】

「我が家では」というのは、帰省してという意味ですか？

【名和氏】

いえいえ、もう“渋谷村”で頂いております（笑）。

【平氏】

“渋谷村”で。渋谷村でも材料の調達はバッチリですか・・・？

【名和氏】

材料は、“凍みこん”が揃いませぬね。凍みたこんにゃく。皆さんわかりますか？凍らせて乾燥したこんにゃくですね。これはちょっと手に入らないので、たまに米沢から取り寄せています。昔私達が食べたあの冷汁には貝柱は入っていない記憶です。高級な食材でしたから・・・。大人になってきて、米沢に戻って冷汁を食べた時に、最近ではそういう高級食材が入ってるってことに「時代は変わったんだなー」という風に凄く思っていますけど、どうなのでしょう？昔から貝柱とか入っていたのでしょうか？



【平氏】

皆さんどうでしょう？

【名和氏】

あら、我が家は貧乏で… (笑)。

入ってなかったんですね…残念ながら…。

【平氏】

何かで変わりをしてたんですかね？貝柱と椎茸で…出汁をとる…？

【名和氏】

出汁をとっていましたね。うちは、にぼしか何かでしょうか (笑)。

【平氏】

やっぱり冷汁が一番、印象に残っている？

【名和氏】

はい、そうですね。

【平氏】

なるほど。

【平氏】

山田さん、どうでしょうか。

【山田氏】

わたくしは、“おきたま”っていうところ…。“おきたま”という、その“賜る”という字がついている地域って一体どんな地域なんだろう？と非常に興味を持ちました。わたくしは全国色々なところをよく歩いているのですね。それで山形県も歩いておりまして、米織であるとか、それから鉄器の問題であるとか、いろいろなことに関わってきたはずですが、どうも食に関して声がかかったことがなかった。これも不思議だったのですけれど、先ほど色々食べさせて頂くことができました。

物凄くつや姫は驚くほど甘い、この甘さは一体何だろう？ここまでの甘さは何だろうかという… (笑)。

旨味とはちょっと違って、口の中に最後甘さが残ったのですね。ここまでの甘さがはたして必要なのだろうか。日常食として、体に良い甘みなのかどうなのか。今、食に関して、各地の素材が注目されていますが、今日は一足先におきたまの野菜も全部食べさせて頂けたのですが、とても特徴的なものがあるのですね。おきたまは“原種”の旨みの野菜が残されていると感じましたね。一般的に“現代の食”に変えてきていると

ことが多いのですが、そこに何かおきたまの秘密があるのではないかと…。おきたまがおきたまのままでいて、今まで名前を聞いたことも無い。そこに、「ベストの米作っているんだよ」という誇り高きお米がある。その秘密が何なのか今日お聞きし、何かわたくしもヒントになるようなことを見出し、お手伝いが出来たらいいなと思います。誇りの稲田が、野菜が現代にどう生



かされていくのか？その伝統を現代にというテーマがわたくしのライフワークなのですが、おきたまはもしかしたら・・・お米は頑張っているかと思うのですが、それ以外のさまざまな事が旧態のまま残されているのではないかと、勝手に想像しています。今日、わたくしは色々勉強させて頂いて、何か次のヒントが見つかったら嬉しいと思っています。

【平氏】

どうもありがとうございます。今日は山田さんにおきたまのことを出来るだけ沢山知って頂いて、全国で色んなイベントなどをやられる時にその一端を紹介して頂けるといいのかなと思います。“おきたま”、あるいは地元では“おいたま”って言ったりもしますが、その言葉、地域名の由来みたいなどころ、これは島津さんが詳しいですので、ちょっと紹介して頂けると・・・。

【島津氏】

おきたまは“うきたむ”・・・。

【平氏】

う・き・た・む？

【島津氏】

“うきたむ”ですね。奈良時代の日本書紀に、おきおたまは「うきたむ」で出てくるのですね。意味は広い湿地、谷地です。山田さんが“賜る”という字がついている地域に非常に興味を持ったとのことですが、おきたまは皇室領なのですね。皆さんご存じの楠木正成は、後醍醐天皇から建武の新政の功で、おきたまの屋代荘（やしろのしょう）を賜っているのですね。“賜る”という字は、そんなことも表しているか思います。

【平氏】

ということで、よろしいでしょうか？お分かり頂けたでしょうか？

“おいたま”と言ったり“おきたま”と言ったりするのは、どういう風に理解すればいいのですか？

【島津氏】

多分全国にそういうことはあるのですね。

【平氏】

うん。

【島津氏】

未だに名前をきちんと決められない。で、おきたま、おいたま未だに二つ併存します。

【平氏】

どっちが新しくて、どっちが古い、っていうことはない？

【島津氏】

ないですね。

【平氏】

そうですか。

【島津氏】

例えばＪＲの駅が“おいたま駅”で。

【平氏】

そうなんですよ。

【島津氏】

正式には“おきたま”って言っているのに、駅名が“おいたま”って言ったりするのですよ。

【平氏】

漢字は一緒なんです。で、山形県としては“置賜（おきたま）総合支庁”という、“おきたま”を使っているんですけど、JRの駅は“置賜”と書いて“おいたま”という。そういうこと、あんまり気にしないんでしょうね（笑）。

いい意味で、あんまり気にしないんだと思います。

もうひとつ在来作物といいますか、在来野菜と言ったり伝統野菜と言ったり、伝承野菜と言ったり、色んな言葉で呼ばれているんですけど、僕は山形大学農学部で、果樹を専門に勉強しているので、野菜といわれると果物が入らないんですね。で、寂しい、みじめな感じになるので…（笑）。

芋もあるし、蕎麦だってあるし。そういう意味で“在来作物”という風にもっと広く捉えるのがいいでしょう、ということで、「在来作物研究会」というのを、今から10年ちょっと前に作りました。これは一般の方でも入ってもらえる研究会として、年に一冊だけですけれども、非常にビジュアルな会誌を発行しております。皆さんの封筒の中に無理やり入会の案内書とか、これまで山大出版会から出したこの



2冊の山形県の在来作物が分かる参考書といいますか、テキストみたいなものの注文書も入っております（笑）。興味ある方は今日中に…（笑）、そんなことはないですけど、ファックスを入れて頂くと届くと思います。

今日味わって頂く食材のいくつかはこれにも載っています。胃と文章で味わって頂くと、思い出されたりしていいかなと思います。

で、私たちが調査した結果ですね、山形県内にだいたい百数十種類くらいの在来作物が現存している。その中にはとっても熱心に作られているもの、これはちょっと庄内地方の話題になりますけれども、例えば鶴岡の“だだちゃ豆”とか“あつみかぶ”とかそういうものがあります。それにもう生産者は一人、しかも高齢で、その人しか作っていないというものもあります。そういうものが無くなってしまうと、たくさんあるものが途端に半減してしまったりするような、そういう可能性もあるんです。

そういうような状況ですけれども、おきたま地域にも数十種類とまでは言いませんが、それに近いくらいの在来作物が現存しています。山田先生は、さっき下見されたのですね。米以外のものも全て。

【山田氏】

はい。

【平氏】



皆さんも後で味わって頂ければと思います。
その中には色んなものがあるんですけども、ひとつだけ皆さんに紹介してみようかなと思ったのが、“雪菜”。

(雪菜の現物を示して)

すみません。島津さんに持たせると申し訳ないかな、みたいな、(笑)。

この雪菜という菜っ葉の一種なのですが、見たことある方どのくらいおられますか？

米沢に生まれたり、訪れたことのある方は知っていると思うんですけど、この雪菜がですね、米沢の在来野菜を代表するものの一つかなと思います。

在来作物の研究を始められた山形大学におられた青葉高（あおばたかし）先生は、これを「野菜の芸術品だ」と言われたんですね。

春先に種を蒔くと、秋には大きくなって、60 cm・・・70 cmぐらいになります。普通ならその頃に葉っぱを食べる野菜になるんですけど、そういうことをせずにですね、掘り採ってまとめて、ちょっと新聞紙で包んだり、藁紐でくるんですね。何をしてるのかというと、雪が降るのを待つ訳です。この作業はあんまり早くやりすぎると、雪が降ってくれないので腐ります。あんまりのんびりしていると、先に雪が降って、これもいけません。それで数十センチぐらいの葉っぱの上に雪が2 m近く積もるんですね。その中で雪菜はじーっとしている訳ですけど、寄せて集めることによってですね、生きていますから呼吸熱で、外気温と同じ温度にはならない。内の温度が少し上がって、雪菜は少しずつ成長するんです。太陽光線は届かないですから光合成は出来ない。なので、周りの葉っぱから養分を摂りながら、中心の、これは花を咲かせる茎なんですけど、その花茎が、花を咲かせよう、咲かせようとする訳です。冬の一番寒い時期に、そういう風になった中身の所だけを1 m近く積もった雪から掘り出したのがこれなんです。もとはこの周りに、このぐらいの・・・、半分腐ったようなべしゃべしゃした葉っぱが付いていた中から取り出した中身なのです。こんなことを、何故やったと皆さん思われますか？

多分雪の降る冬も、若干の緑ですけど、新鮮な野菜を食べたいと、そういう気持ちでやった。それで雪を被せることを始めたのかなと思います。通常の土地なら、雪が沢山降らないところなら、多分雪菜を食べようという発想は無かったと思います。

それだけでもとても不思議なのに、さらに“ふすべ漬け”というのを発明したんですね。よく見えないと後ろの人たちはやきもきするかもしれませんが、なんと今日は皆さんに一袋ずつお土産に付くそうです。ご安心下さい (笑)。これは、この雪菜をですね・・・。あ、雪菜はこのままでも食べることが出来ます、野菜スティックとして。しゃぶしゃぶで食べます、通はね。雪菜のしゃぶしゃぶ。そう、野菜スティックとして食べることも出来て、上品なセロリのような味。若干の苦味とほんの少しの辛味。セロリほど強烈でない独特の香り。これもここにあるということは後で食べることが出来るということです、ご安心下さいね。

それで、ふすべ漬けの話に戻ります。これ、切り刻んであるんですね。切り刻んで、ここか

らが凄いんですけども、刻んだ後に湯通しをするんです。その湯通しの仕方がですね、熱湯に3ないし5秒×3回。そうして冷水で絞めてしばらく密封しておく、かなり強烈な、でも上品な辛味が出てくるんです。

このようなことをおいたまの人はいったいどういうプロセスで発明したのか。非常に不思議だと思うんですけど。また、どうしてそんな辛味が出るかというですね。これのメカニズムは一応説明されていて、雪菜の中にはですね、辛味のもとになる“グルコシノレート”という、そういう物質があるのですね。でその物質の他のところに、まあ他の細胞にと言ってもいいですけど、他の細胞に“ミロシナーゼ”という酵素を含む細胞があるのです。で、切ると細胞が潰れるので、それらがこう混ざり合うんです。大根おろしを磨ると辛くなる、わさびを磨ると辛くなるのと似ていますが、違うところに含まれているところが、雪菜のおもしろいところなんです。しかも、そのミロシナーゼという酵素は、熱湯でさっとやると、表面がだいたい70度くらいの温度になると、そのミロシナーゼが活性化するんです。基質というか、もとになるグルコシノレートと一緒にいるのでグルコシノレートが分解されて“チオシアネート”という、これは辛味物質で、揮発性がありますけれど、そういう物質が出来るんですね。密封したビニール袋の中で。

ちょっと調べたようなことを言ったら、若者たち二人が前で熱心にノートを取ってくれたりして、大学で授業をやってるみたいな気分になりますけど（笑）。そういうメカニズムは一応はわかっているのですが、僕が不思議に思うのは、おきたまの人達はそんなことを考えてこの方法を発明したのかということです。

さっきもちょっと喋ったんですけど、多分、もっと長い期間食べたかったからなのではないかなと僕は想像しているんです。雪の下でもだんだん腐ってくる。掘り出してどこまで捨てるか。もう古老ですけど、雪菜を熱心に作っておられる一人である、吉田昭一（よしだしょういち）さんっていう方が、おられるんですけど、「欲との戦いだ」って。全体の十分の一ぐらいしか出荷できないんですよ。掘り出した、周りは腐ったようになっている。でも、中身はこんなに美しい姿をしています。どこまで削ぎ落とすか葛藤がある、とおっしゃっていますけど、そう考えたら捨てる所を出来るだけ少なくしよう、ちょっと腐敗が来そうになっているけど、もしかしたら加熱すれば食べられるのじゃないかな、っていうことがきっかけになって、加熱したのを味見してみたら、「あれ？なんか熱する前よりも辛いじゃないか」みたいな。そういうことが積み重なって、湯通しするようになった。これをおきたまでは“ふすべる”と言うのですね。山形県には色んな言葉がありまして、おいたま弁があったり、新庄弁があったり、村山弁があったり、庄内弁があったりして、山形県に来るだけで四ヶ国語が喋れるようになる……（笑）。そんな不思議な県なんですけど、そういうふうにして、“ふすべる”ということを発明したのだ、と僕は勝手に思っているのです。



結局何だったかということ、長くて、雪の深い冬にも何か美味しいものを食べたい、というエ

ネルギーが、この雪菜というおいたまを代表する在来野菜の芸術品を生んだのではないかと私は思っています。島津先生はどう思われますか？

【島津氏】

おっしゃるとおりだと思いますね。まあ昔はね、1 m、2 mの雪を掘った訳ですから、大変な作業だと思います。今は重機なんかでね、一気にやりますけど。

でもその大変な苦労をしてまで食べたいっていう凄いものですよね。

【平氏】

今は確かに除雪機とかを上手く使って、雪菜を寄せた所に雪をもう少し被せたりしています。でも、結構な技術ですよ。そうはしても更に雪が積もると、一面雪原になって、どこに雪菜があるか判からなくなるのです。棒をちょんちょんと立てて、生産者は区別しているのですけど。

コートというか防寒着を着て、長靴を履いて、決死の覚悟で畑に行く訳です。で、「ここです」って言われるけど雪原ですよ（笑）。どこにあるのかなと思って歩き始めると、「あ！そこは踏んじゃ駄目！」って叱られたりして…。何故かという、その下に宝物が埋まっているからです。

掘り出す時は、除雪機を入れたりして通路を作ったりしていますけれど、宝物が傷んではいけませんから、やっぱりスコップです。スコップで丁寧に掘り出して、寒い雪原にコンテナを椅子にして、そこで雪菜を調整します。それは、できるだけ鮮度を保つことと、野菜くずを持って帰らないということもあって、畑でやる作業です。哲学の時間でもあると、僕は思いますね。一人で黙々と、不要なところを削ぎ落して真実だけを探す、みたいな（笑）。

そういう作業を畑で黙々とやられている後姿に近づいて行く時っていうのは、何とも言えない気分になります。なんというか、そういう姿は何にもかえがたい、そういう気持ちがします。

というようなものが米沢にはあります。それは、冬場に美味しいものを食べたいという、いい意味であくなき欲といえますか、そういうことがおきたまの食文化をより深いものに行っているのかなと思います。名和さん、どうでしょう？どう思われます？

【名和氏】

わたくしは主婦の立場ということでお邪魔していますが、今先生のお話を色々伺って、小さい頃の母の、主婦の時代のことを思い出してみますと、米沢の人達は、雪で何カ月か閉ざされちゃう訳ですよ。そうすると買い物にも行けませんし、昔は、車もそんなに無かった時代ですから、自分の家でいかに美味しいものを食べるかということを、主婦達は研究に研究を重ねるといいますか茶飲み話でそれぞれの家庭の味を情報交換していたようです。青菜“あおな”と書いて“せいさい”と読む訳ですけど、その青菜を秋になると主婦達は、もうあの冷たいお水で洗う訳です。洗って、あかぎれの手で漬けた漬物は各家庭の味になりました。それから沢庵にしても縄で編まれた大根を雪が降っている中で軒下に毎日出したりしまったり、美味し



く漬けるために、野ざらしにして冷たい風に当てて、そういう主婦の作業というのが、本当に今先生のお話を伺っていて甦ってきました。そういうことを考えると、やはり主婦は家族に美味しいものを食べさせたい、手間暇をかけてとにかく、もうほんとに手があかざれになっても青菜を冷たいお水で洗って…。もう母達の手というのは、みんなひびが入っていたのは当たり前でしたからね。ですから、昔の主婦は結構美食というか食いしん坊だったのかなと。私もそれは血を引いているような気がします。食いしん坊という点で…。

【平氏】

今は冷たい水で調理を黙々とされているということではなくて、ちゃんとおいたまにも湯沸かし器がありますから…（笑）。

山田さんは全国各地で、いい意味での上品な美といいますか、上質の美を追求されるような活動をされているのかなとご本を見せてもらって感じましたが、そういう目から見ると、食文化には雪まみれになったり、泥まみれになったりするところがあるんですけど、僕はおいたまにはそういう、食べ物と人間の関わりの中で生まれるある種の美しさみたいなものが残っているような気がするんです。山田さんはどんなふうに感じられますか？

【山田氏】

はい、和食というのが世界遺産になりましたね。先ほどお話にあった“あく”の問題であるとか、苦味を引き出すとか、そういう微妙な舌の感覚が、日本人が大切にしてきたことの中でも特質されることであって、そういう微妙な感覚が今世界の人達を物凄く感動させている訳ですけど、ただ昔のままではなかなか伝わらないのですね。つい最近、わたくしが感動したのがあります。それはですね、“いぶりがっこ”というお漬物がありますね、あれの間にハードなチーズを挟むんですね。

そうしますとね、燻製同士のね、和洋の折衷なんですけど、そこで微妙に新しい日本の旨みがわかり易く生きてくるのです。伝統と云うものはね、伝統のまま置いておくと陳腐化したり難しかったりすることが多いと思うのです。そこで伝統は常に新しいという感覚を持って、その良さをどうやって受け継いで伝え伝えていくかということが大切なのですね。おきたまのお米にしても、語るだけではなくて、作って食べることが何より大切な事。毎日のご飯を作る人の数が減っていく時代ですが、女の人達も男の人達も平等に仕事をしていく時代ですから、男も台所に入り、女も台所に入り、お互いに美味しいものを作り合っていくような社会状況にならないと、食の財産がただただ失われていくという感じがするのですね。



ですからわたくしたち日本人が、この“自然の実”から生まれた食べ物たちを、未来に向かって見事に調理し続けることが肝心ですね。たとえば天婦羅なんて見事ですよね。どんな苦味であろうとなんでであろうと、本当にまろやかなものに作り上げる、こういう感覚が食文化として、世界を席卷していける可能性を秘めているわけですね。

それから盛りつけの美しさ。これが日本のもう一つの美学だ

と思うのです。例えば、そこにある（雪菜）。雪の中に深く潜っている、これが生で食べられるということですから、教えていただけたらこれを美しく盛り付けて、サラダで食べてみたいと思う人が断然多いと思うのです。ですから、どんな食材でも昔ながらの伝統食もいいのですが、現代食もいいという自在さで、米が持っている、野菜が持っている、果物が持っている美味栄養というものが新たな展開をはじめ、盛り付けの美と共に広がったとしたら、多くの可能性があると思えました。

たとえば今、金沢の食べ物が全国的に話題になっているのですが、江戸加賀藩の時代に「武具を捨てて、戦いをせず、日常として文化を育てる」という命が下され、江戸のように派手な神輿や、京都のように山車を作った雅な祭りはないのですが、その分それぞれの家の中の生活や食が豊かになったとのことですね。その伝統が、金沢では文化として育まれ食が育っていったのだそうですが、郷土にそれぞれ根ざしてきた食が、その次の時代にどのようにその地域の文化の根になって、多くの人が、それを食べに行くような、そのような場が拓かれていくことが、とても大切な時代が来ているのではないかなと思うのです。そのような循環が、おきたまにも起きればいいと思うのですが、わたくしがおきたまに行ったことがないので、あ、行ったことはあるんですね、米沢にも行ったことがあるし……。(笑)

そうそうそう、わたくしは袴地という立派な織物が使われなくなるのがもったいなくて、袴地の再生という仕事もしておりますので…かなり出向いているはずですけど、なぜか地域特有の食と出会っていないのですね？

郷土食と出会えるような場や食材とも出会いがなかったように。

【平氏】

おっしゃるとおり、おきたまに限らず山形県全体が、今そういう方向ですね。これからその方向に向いて行こうというので、時々さくらんぼになる吉村知事が、さくらんぼになるって、さくらんぼの被り物を被る…(笑) 吉村知事が、山形県を食産業王国にしたい、皆さんに美味しいものをこちらに来て食べて頂きたいというようなことを熱心にやられています。

山田さんのお話の中にあった、食材と食材の組み合わせ、地元のもの同士であったり、これからはもっと外のものも怖がらずに導入して、新しい食文化を創造していくという方向は、僕もその通りだと思います。島津さん、例えば“冷汁”なんていうのは、食材の“ハーモニー”ですね。そういう見方をすると、おいたまの食というのはどんな風に位置付けられますか？ 地元のもので、いいハーモニーを出せる冷汁のようなものは、他にもあるでしょうか？

【島津氏】

郷土食の食文化ですね、今は世界中が“旨味”っていう点に注目していますけれども、先ほどの“冷汁”も帆立の貝柱から主にコハク酸というのがあるだろうし…。

【平氏】

コハク酸ね。

【島津氏】

椎茸、どんこからはですね、グアニル酸というのがあるだろうし、多分この組み合わせで食べる食文化というのは、日本にあんまりないかもしれませんね。

ですから食べた人は非常に感動するだろうし、春の野菜、山菜から食べ始めますが、冬の間

は、キャベツでもいいのです。ゆでた野菜をそのまま出汁で食べるものですから、一年中楽しめるわけです。

何通りにもなるんです。

【平氏】

うーん。

【島津氏】

手本というのは、あるようで無い。ただ旨味の出汁が、郷土食として培ってきたのでしょうね、確かに。

【平氏】

出汁はやっぱり帆立と椎茸でないと冷汁ではないと…。

【島津氏】

だと思います。

【平氏】

でもそうではないという家庭も。ねえ、名和さん…。

【名和氏】

いや、ただ単に貧しかっただけだと…（笑）思うんですけども。

【山田氏】

貝柱と云えば、山形の隣に会津の“こずゆ”というのがありますね。貝柱の出汁で、豆や野菜を細かく刻んで炊く、今でもこずゆを食べたいと帰る人が沢山いるくらいね。どの家に行ってもこずゆの味付けが違いますね。そこがまた微妙に、楽しいところで。ですから、北前船がまわったところは昆布や貝柱か、何らかの形でそれぞれに旨く生かされて、こんなに日本の地域には美食という文化財産が育まれ、食探検には本当にいい国ではないかと。今、海外の方も地方に入り始めましたね。東京や京都はもちろんですが、こんなところまでと思うところまで多くの人々が来る時代が始まっています。地域には地域ごとの凄い財産が埋もれているのだろうという風に思います。それを見えるように味わえるようにすることが大切ですよ。

【平氏】

はい。そういうふうに伝統的にいいハーモニーを醸し出しているものもあれば、先ほど山田さんは新しい食べ方の提案も忘れてはいけないと言って下さいました。鶴岡市に今は有名になった奥田政行というイタリアンレストラン「アルケッチャーノ」のオーナーシェフがいるのですが、彼はこの雪菜をですね、どうしたと思いますか？まず、生で食べました。何でも生で食べる癖がありますから、食べたんですけど。それから発想した料理の一つがですね、雪菜を軽く焼く。そして生ハムと一緒に食べる。この組合せが絶妙なんですね。物凄く簡単ですよ、僕でも出来そう。いい生ハムさえ、手に入れることが出来れば。そういうところから広がっていく世界がまだまだいくらでもあると思います。しかも山田さんはまだおいたまの食材をあまり十分に味わったことがない。大変幸せな状況です（笑）。

この中にも、まだおいたまに来たことがない、山形県にも来たことがないという方が何人かいるとすると、その方たちはどうか幸せを感じて下さい（笑）

幸せな世界が、未知の食の世界がみなさんを待っているのですから。山形新幹線で2時間で来ることが出来ますので。

とかなんとか言っていると、だいたい4時を過ぎましたので、ここから先は質問の時間にあてたいと思います。先程、ちょっと遅く来たから一番前の席でお米を食べ比べた若者お二人さん、どうでしたか？感想などをまず聞かせて頂けると…。味の違いつて分かった？正直に教えてくださいね（笑）。

【会場（女性）】

私は、家ではほとんど“はえぬき”しか食べていなかったもので…。

【平氏】

家ではえぬきを食べているんですか？

【会場（女性）】

はい（笑）。

【平氏】

それは、ありがとうございます（笑）。

【会場（女性）】

私、ほんと、全部おいしくなっちゃったんですけど…。

【平氏】

今、何かとても重要なことを言いましたね（笑）。

【平氏】

全部おいしいな、と思った？

【会場（女性）】

はい、美味しかったです。

【平氏】

三つの違いつていうのは、どんな風に感じました？

【会場（女性）】

…違いですか？

【平氏】

違いについては、隣の彼が語りますか？（笑）

どうでしょう？何か感じた？

【会場（男性）】

ええと…、おにぎりとか、コンビニで買って食べるのはやっぱり違うなあ、と（笑）。

おいしいなーという風に感じました。

【平氏】

それはもっともだという感じはするけど…。



【会場（男性）】

はい。どれも、普段食べているのよりは甘くて、おいしいなあと思いました。

【平氏】

他の皆さんは、どうでしたか？三品種の違いがよく判ったという方は、どのくらいおられますか？

正直に手を挙げてください。あまり判らなかったという人は？

(……)

コシヒカリとつや姫の違いは判りにくかったという人はおられますか？

(……)

うーん、じゃあ、はえぬきだけはちょっと違うなって思ったという方いますか？

(……)

はい。つや姫が一番美味しかったと思う人？

(……)

はい、どうもありがとうございました。今の質問は大嶋さんが参考にするために聞きました(笑)。

【大嶋補佐】

ありがとうございます(笑)。

【平氏】

おいしいですね。どれも非常にレベルの高いお米なので。つや姫は粒が大きくて、ひと際白いので、見た目でも区別出来るかなと思うんですけど。

すべて一定レベル以上にうまいお米なので、個人的にはやっぱり“何に合うか”が大切かと思います。また、白いご飯だけを食えるときは自分の好きな品種を見つけられるといいですね。あとはやっぱり“何と合わせて食べるのか”。もっと具体的に言うと、カレーライスには何がいいのか、チャーハンには何がいいのか、おじやには何がいいのかというような捉え方をして、お米もコシヒカリ一辺倒とかにならないような、そんな和食文化をこれから創っていくのがいいのかなあと感じている訳です。

何か他にご質問は？今日は、ここにおいたまの食文化の重鎮がおられますので・・・(笑)。

よく観光に来られて、「どこに行ったらそういうものが食べられるんですか？」という話になるんですね。

おいたまにしろ、米沢にしろ、鶴岡にしろ、決め手はないんですね、今のところ。何故かという、それは基本的に各家庭で代々受け継がれてきた料理が主体になっているので、外食の際に地元の人はそのようなものを食べたいと思わないから、出す店が少ないんです。この辺は発想を変えて、これからはおもてなしの文化として、来て頂く人にそれらを食べてもらえるような、“地場ファミリーレストラン”みたいなものを、地元のお母さんたちがうまく運営してくれるといいなと思います。おいたま弁当もセットで、味わって頂けると嬉しいです。

今日、後ろの方に緑色のバンダナとオレンジ色のエプロンをして下さっている人たちは、殆



どの方が東京在住だそうですが、いずれもふる里がおいたまだということで協力して下さっています。

今か今かと待ち構えておられるようですし、皆さんももう終わる時間じゃないかと思っています。繰り返しますが、おいたまの、食文化は、沢山降る雪と長い冬が育んだ素晴らしい文化だと思いますので、皆さんには是非冬にも足を運んで頂けるといいかと思っています。酒蔵はこれからが新酒の季節を迎えます。それとも組み合わせて頂けると、おきたまの食文化の本質がより深く分かってもらえるのではないかと思います。

短い時間でしたが、熱心に聞いて頂いてどうもありがとうございました。

(拍手)



