

「故郷不足」なみなさまへ贈る

青森県の 暮らしぶりを 訪ねる旅

南部・下北編



体験すべき「暮らしぶり」 in 青森 (南部・下北編)

名馬の産地ならではの馬にまつわる衣食住……03-06	地域の暮らしと融合した現代アート……23-26
港と市場を中心に営まれる“浜”の暮らし……07-10	ヒバの木を軸にした日々の暮らしと精神性……27-28
独特な気候のもとで育まれた食文化……11-18	青森風に進化を遂げた異国の文化……29-32
使われ続けて今に残る工芸品のテーマとヒマ……19-22	街歩きで巡る地元ならではの飲兵衛の時間……33-34

すべての“故郷不足”なみなさまへご提案。
青森県の“暮らしぶり”を目指して旅しませんか？

の食材や料理の担い手と接すること。県内で開催されるイベントや祭りを鑑賞するだけでなく、それらを企画し運営する地域おこしに取り組む人々と話し、ときには盃を酌み交わすこと。そうすることで、地域は単なる旅先から心に残るストーリーへと昇華し、旅の文化度と満足度は飛躍的に上昇するはず。青森県はこの「暮らしぶりリズム」の実施に向けて準備を進めています。現地着地型のツアーをいくつも商品化することを想定に入れ、観光コンテンツとして活躍する人やコーディネーターのネットワークづくりにも着手しています。

主な市場は県外の都市部です。ここ数年、都市部には故郷が欲しくても手に入らないままに「故郷不足」な人々が顕在化しています。そこで「故郷が無いことで人生を少しだけ損している」という問題を投げかけ、青森が受け皿となって「故郷」を提供することで、新たな価値と市場を生み出します。

県外在住の青森県出身者は「青森に帰省する」ことを「帰青」と表現します。どなたでも、まるで「帰青」したかのような感覚を味わえる新しい旅を、大切に展開していきたいと考えています。

本州最北端の青森県。東京などの都市圏から遠いぶんだけ気候風土に根ざした独特な文化や風習、そして産業が脈々と受け継がれ、青森県ならではの暮らしぶりとして、色濃く残っています。

いわば文化的なガラパゴス。「食」や「手仕事」や「祭り」など、衣食住のあらゆるシーンで目にするのは、ときに独特な暮らしぶり。外から眺めると、奇妙に見えることも少なからずあるでしょう。しかし、地元では当たり前だと思われている普段の暮らしぶりにこそ、実は青森の大きな魅力が隠れているのではないのでしょうか。

そう、それらは観光の対象としてうってつけなのかもしれません。大切なのは「人」を観光資源と捉えること。県外から訪れるみなさんに「青森の暮らしぶり」と出会っていただくというこのツーリズムに欠かせないのは、県内で暮らしを営む地元の人々に他なりません。近い将来、青森県で暮らす人々が「観光コンテンツ」として活躍する状況を生み出すことが、このツーリズムが目指す到達点です。伝統工芸品ではなく、その作り手と出会うこと。郷土料理に舌鼓を打つだけでなく、そ



種差海岸

かつてはここも牧場だった！？
胸のすくような絶景！

「どこかの天体から人がきて地球の美しさを教えてやらねばならないはめになったとき、一番にこの種差海岸に案内してやろうとおもったりした」

視界を埋め尽くすほど広大な芝生の絨毯の向こうで、太平洋の海原が青く輝く…。そんな絶景を目にした時の司馬遼太郎の感想が、名作『街道をゆく』の中に残っています。古くか

らの名馬の産地だったこの地方では、海岸部でも馬の放牧が行われ、馬が踏みしめ草を食むことで草原が維持されていたとも。訪れた人々と馬とが混在しているという光景は、1965（昭和40）年ごろまで種差海岸の風物詩でもありました。

ニッコウキスゲやノハナショウブなどの高山植物と、ハマナスなどの海浜植物が自生するこの海岸は、季節ごとにさまざまな表情を見せてくれます。

20 種差海岸インフォメーションセンター
◎ 八戸市鮫町棚久保14-167 ☎ 0178-51-8500
◎ 9時-17時（12～3月は～16時）年末年始休 <http://taneshashi.info/>

青森 馬を巡る旅

古くは平安時代から名馬の産地として名を馳せた、青森県、南部&下北地方を放すれば、数々の文豪が愛した絶景の景勝地から、一風変わったアートイベントに至るまで、気づいたら“馬”の面影がそこかしこに。
馬とは切っても切り離せない、青森県ならではの暮らしぶりを、まずはご案内。

馬肉鍋



ちょっと申し訳ないけれど、美味しくいただいています。

南部地方は馬肉食も盛んです。馬肉料理を青森県で食べるようになったのは第二次世界大戦後。陸軍の軍馬補充部が解体され、軍馬の活用のために食肉が奨励されました。

馬喰（馬の仲買人）が多かった内陸部の五戸町に、馬肉料理屋が登場したのも同じ頃。かつて馬喰だった「尾形精肉店」が、自宅を改造して馬肉の精肉店と料理店を営み始めたことがきっかけとなり、競走馬の繁殖を手がけていた牧場で肉用馬の肥育を始めたのは戦後20年ほどたった頃だとか。自家製の味噌で煮込む「桜鍋（1080円）」や、生のしょうが&にんにくが利いた特製のタレで味わう馬刺もぜひ。

37 尾形 五戸本店
☎ 0178-62-3016 ◎ 五戸町博労町18-1 ◎ 11時～21時半（L.O. 21時）無休
<http://www.banikuya-ogata.com/>

「ウマジン」かぶればみな友達。
地域おこしのために誕生した、コミュニケーションツールも馬！

高さ約80cm厚さ3mmのプラスチックで象った馬の頭のかぶりもの「ウマジン」。これをかぶって夜の町を練り歩いたり、バーのカウンターでグラスを傾けたりする行為も「ウマジン」。アートと街との関係を研究する「安斉研究所」が、十和田の伝統芸能「南部駒踊」をモチーフにデザイン、十和田市を楽しくするコミュニケーションツールとして活躍中です。普段は出せない自分になれる！なんて効果もありそうで、街中がコスプレする、あのヴェネツィアのカーニバルのような状況も楽しめるかもしれません。ちなみに2014年「グッドデザイン賞」を受賞。

27 ウマジン <https://www.facebook.com/Umagin2012>
27 安斉研究所 <http://anzaimasaru.wix.com/anzai-lab>
<https://www.facebook.com/anzailab>

大地を揺り起こす、新春の神事にも“馬”が。

毎年2月上旬から中旬に、南部地方の市や町で行われる「えんぶり」。太平洋からの冷たい季節風「やませ」によって、冷害や凶作による被害を受け続けてきた農民たちが「豊作への切実な願い」を込めた民俗芸能で、約800年の歴史を持つ豊年祈願の行事です。

えんぶりのテーマは種まきから始まる稲作ストーリー。黒い羽織を身に付けた舞い手（太夫）が「えんぶり」と呼ばれる農具を模した棒手に、ワラ靴を履いたその足で、頭を振りながら田んぼの土を平らにならす動作（これを「摺る」と呼びます）をするのが特徴的。太夫が頭にかぶるのは、たてがみの付いた馬の頭を模した烏帽子です。

◎ 八戸観光コンベンション協会 ☎ 0178-41-1661

えんぶり



ウマジン



風を受け、吹雪に耐える姿に生命の息吹を感じる寒立馬

本州の最北東端に位置する東通村の尻屋崎で周年放牧されている「寒立馬」。南部馬を祖として、藩政時代から昭和にかけて軍用場として改良されてきた田名部馬を、尻屋地区でフランスのブルトン種と掛け合わせ、農用馬として200年以上も人々と生活をともにしてきました。

もともとは「野放し馬」と呼ばれていたようですが、昭和40年代に、尻屋小中学校の校長が「東雲に勇みいなく寒立馬 筑紫ケ原の嵐ものかは」と詠んでから「寒立馬」と呼ばれるように。愛らしく草を食み、吹雪に耐え忍ぶ姿を通じて、訪れる人々に生命の力強さを教えてくれます。

49 尻屋崎 ◎ 東通村つくり育てる農林水産課
☎ 0175-27-2111 ゲート開放時間：7時～16時45分（4月は8時-15時45分）
12～3月閉鎖（アタカで放牧）

寒立馬



モニュメント遊具UMA

すべり台とジャングルジムが一緒になったとってもアートな遊具。馬のシッポ部分のすべり台が急なので迫力満点です。



28 十和田市馬事公苑 (駒っこランド)
 ④ 十和田市深持梅山1-1 ☎ 0176-26-2100
 ⑨ 8時半～18時 (11～3月は～17時)
 月 (祝日の場合は翌日)、年末年始 休

馬そり体験

雪国だからこそ体験できる馬そり。ニンニクやナガイモを作っている農家のお父さんやお母さんたちが、故郷に戻ったかのように迎えてくれます。馬そり体験の他にも、田舎体験メニューが豊富です。



34 七戸町かだれ田舎体験協議会
 事務局:七戸町農林課 ☎ 0176-68-2116

称徳館

全国でも珍しい馬の文化資料館。テーマごとに8つの施設に分かれていて、その施設の形を上から見ると、馬の蹄鉄の形に見えます。隣接する牧場で飼育されている馬とふれあうことができる様々な体験メニューも準備されています。



28 十和田市馬事公苑 称徳館
 ④ 十和田市深持梅山1-1 ☎ 0176-26-2100
 ⑨ 9時～16時半 (最終入館16時)
 月 (祝日の場合は翌日)、年末年始 休
 大人300円、高大100円、中学生以下は無料

三本木バオリ

十和田市の旧軍馬補充部に勤めていた女性たちが農作業時に着用したという伝統の編み笠。笠の形状を絞ることで、帽子のようにかぶるのではなく、頭に掛けて使用する女性らしいデザインが特徴。

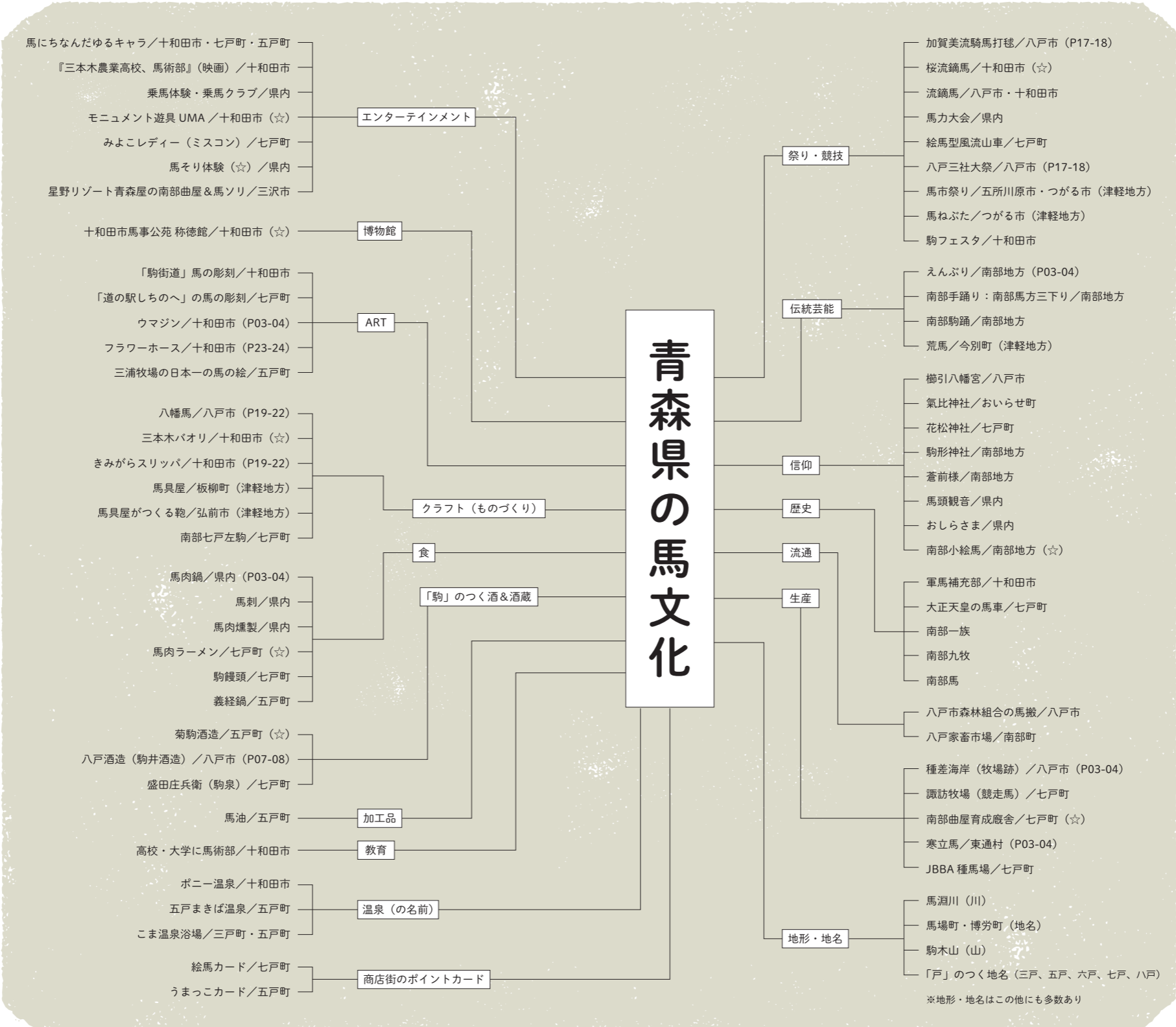


馬肉ラーメン

地元客でいつも賑わっている「道の駅しちのへ」にある「レストラン絵馬」の人気メニュー。馬肉の旨みが味噌汁立てのスープと相性抜群。もちろんラーメンに入っている馬肉もとっても美味しいです。



32 レストラン絵馬 (道の駅しちのへ)
 ④ 七戸町荒熊内67-94 ☎ 0176-62-5777
 ⑨ 10時～18時 3/31 休 (土・日・祝の場合はその前後に変更あり)



29 桜流騎馬
 全国で唯一の女性限定の流騎馬競技大会。毎年4月末に、桜並木の下を華麗な乙女たちが次々に疾走していく光景にお客さんはクギ付けです！

📞 桜流騎馬実行委員会 ☎ 0176-26-2945
<http://www.jtng.com/sakurayabusame/info9.html>

南部小絵馬

南部地方の寺社で目にするほとんどの絵馬は、馬の装飾や動作の図柄がパターン化されていて、絵馬全体を厩(うまや)に見立て、紐で繋がれているのが特徴的で、これらを総称して、「南部小絵馬」と呼んでいます。



31 鷹山宇一記念美術館内 絵馬館
 ④ 七戸町荒熊内67-94 ☎ 0176-62-5858
 ⑨ 10時～18時 不定休 大人500円(学割あり)

南部曲屋育成厩舎 (ハッピーファーム)

明治45年に建築された南部曲屋風厩舎で、現存する国内最古の軽種馬育成厩舎(きゅうしゃ)といわれています。3年の歳月をかけて修復された厩舎内には、馬具や資料などが展示され、馬も飼育されています。



33 金子ファーム
 ④ 七戸町立野頭69 ☎ 0176-62-6393
 ⑨ 10時～17時 無休

右を向いても左を見ても馬だらけ！

鎌倉時代から江戸時代まで続いた武士の時代に良馬の産地として全国に名を馳せた南部地方。明治時代以降も膨大な数の軍馬を供給し続けました。戦後はニーズの減少とともに馬の数は激減しましたが、長い歳月をかけて馬とともにあったこの地方には、暮らしぶりの端々に「馬」の面影が見え隠れします。

平安時代末期、平家の滅亡を招いた源平の合戦で、源氏の武将が乗った馬の多くは奥州(南部)産だったといわれ、あの源義経が難所「鶴越」を鹿のごとく越えたときに乗っていた馬も南部の馬とされています。人々にとって、馬は兵力であると同時に、移動手段や農作業の動力としても活躍したインフラでした。馬の産地として一大ブランドを築き上げたこの地域は、今でいうところの、エネルギー産業や自動車産業のメッカとして、時の為政者が必ず押さえておきたい土地だったことでしょう。

名馬の産地として全国から羨望を受け続けてきた歴史もあるため、馬を丁重に扱い、馬に感謝するという精神が育まれたのかもしれない。そのため、南部地方の暮らしぶりを眺めてみると、いたるところで「馬」と出会うことになるのです。

祭り、神事、芸能などの伝統行事はもちろんのこと、玩具や工芸や郷土の菓子など庶民の暮らしぶりの中にも「馬」の面影が。最近では、馬をテーマにした現代アートやゆるキャラなども増殖中で、馬にまつわるコンテンツが無尽蔵。「馬」を入口にして旅すること、南部地方の暮らしぶりが一歩身近かに感じられるのではないのでしょうか。

菊駒酒造

かつて博労の町として賑わっていた五戸町にある酒蔵。当初の銘柄は「三泉正宗」でしたが、菊作りの名人でもあった4代目久次郎が、五戸名産の馬(駒)と菊の花を組み合わせた「菊駒」に改名したそうです。馬肉鍋との相性もバッチリです。



36 菊駒酒造
 ④ 五戸町川原町12 ☎ 0178-62-2323 ⑨ 8時～17時
 見学可(要予約)

浜の暮らしに“文化”あり！

早ければ、深夜の2時から始まるという八戸の市場の朝。ようやく一日を終えようかという人もいるかもしれない時間から稼働する、港の朝の活気ある風景も八戸名物。そのエンジンには間違いなく「イサバのカッチャ」と称される人々です。都市部の出勤時刻が8時だとしても、その時差は6時間ほど。イサバのカッチャの暮らしぶりを解析すればするほど、異国情緒すら感じるから不思議です。

背負カゴ

売り物や商売道具を運ぶために欠かせない商売道具。この上に発泡スチロール箱を3段ほど積んで背負うケースも。竹で編んだものが多く、裏側に布を貼って補強するという進化系も。ちなみに肩パッドはオプション。

ほっかむり

耳や首を寒さから守るといって機能が支持され、マストアイテムに。サイズは大小ふた通り。人気は大きい方の78cm×78cmサイズで、ウール製が俄然人気だそう。人気は暖色系の派手な色。自ら手編みするケースも。



割烹着

水濡れや魚の汚れから衣服を守るために皆が着用。腕まくりしやすいように袖はゴムのリブ付きで、襟は「V」ネックのほうが苦しくない。「生地は乾きの早い化繊で細かな小紋の花柄、着丈は80～85cmが売れ筋」(河村呉服店)とか。

長靴

水だけでなく寒さからも守ってくれる機能的な長靴。「特に中が蒸れにくい裏張り素材のタイプが人気」(靴のミウラ)とのこと。1足7000円から9000円ほどと高価だが、商売道具に妥協は不要。冬用はソールにスパイク付きがマスト。



今回の指南役

ファッションチェックにご協力くださったのは、佐々木留美子さん(佐々木商店)、種市スミさん(スミ商店)、沼館るり子さん(沼館商店)ほか。



ほぼ1コイン！

店頭に並ぶ、200～300円程度の刺身のパック(6～10切れ入り)を購入し、食堂でご飯と味噌汁(各100円)をゲットすれば、素敵な朝ごはん。



笑顔こそが威勢の良さのエンジン！

「威勢がいい」といわれるイサバのカッチャの動力源は、やっぱりこんな笑顔。黙々と仕事していても、声をかければみなさん朗らかに迎えてくれます。



本拠地はここ！

「陸奥湊駅前朝市」の中心となるのが「八戸市営魚菜小売市場」。早朝3時から営業が始まり、イサバのカッチャたちが季節の鮮魚や手作りの惣菜を販売。

イサバのカッチャの住む国へ！ ファッションから眺める、 浜のオンナの暮らしぶり。

イサバのカッチャ。聞きなれない言葉ですが、イサバとは「五十集」と書いて「品物が集まる場所」という意味。広辞苑によれば「市場」のことです。そしてカッチャとは想像通り「お母さん」「市場のお母さん」です。が、実はそう単純には割り切れない「固有性」が、その暮らしぶりから見えてきます。

まずは生活時間の時差。都市部の平日のビジネスパーソンと比べても数時間、祝前日だけで比べれば12時間近くの時差が発生するケースもあるでしょう。彼女たちはトルコやアメリカとの時差の中で暮らしているのです。

そして、人数が多い。市場に行けば世界の9割がイサバのカッチャ。次いで、そのファッション。割烹着に身を包み、長靴を履き、カゴを背負い、頭にはほっかむり。身に付けるアイテムの、色や柄や材質こそバリエーションがあるけれど、ファッションの方向性は皆同じ。なのですが、制服のような機能性の中に個々の自由な芸術性が光ります。初めて日本を訪れた15世紀のポルトガル人が、和装の日本人を目の当たりにした時と同じぐらいのインパクトを感じる旅行者もいることでしょう。そして、観察すると彼女たちの

細やかなこだわりと、自己主張が見え隠れするのです。ちょうど、和装の帯やかんざしのように。

ストイックに機能のみを追求した服は、おそらく宇宙服。そこに「個」を主張する余地はありません。イサバのカッチャのファッションも十分に機能的なのですが、実は女性ならではの美意識も見え隠れするし、何よりも「単純に市場で働いているのではない」という主張すら嗅ぎ取れる。で、結論。イサバのカッチャの暮らし世界は面白そう！

- 10 八戸市営魚菜小売市場** (陸奥湊駅前朝市)
⑧ 八戸市湊町久保38-1 ☎ 0178-33-6151 ⑨ 3時～17時(頃) 日・第2土・1/1～2 休
※鮮魚店はお昼前には閉店するのでお早めに
- 11 靴のミウラ**
⑧ 八戸市港町柳町1-5 ☎ 0178-33-1492 ⑨ 6時～17時 日休 店主:三浦辰男さん
- 12 河村呉服店**
⑧ 八戸市湊町久保44-44 ☎ 0178-33-0363 ⑨ 8時～18時 日休 店主:河村恭延さん
- 13 陸奥湊Good Morning!元気ツアー**
～イサバのカッチャになろう～
⑧ ACプロモート ☎ 0178-85-0137 <http://npo-acty.jp/>
- 14 イサバと朝市の陸奥湊観光案内所**
⑧ 八戸市湊町久保44 ⑨ 6時～12時 日休
60～70代の地元有志が運営する日本一早く開く(!?)観光案内所



ゴロ寝歓迎！漁網も用意！ 銭湯は浜の暮らしに寄り添う。

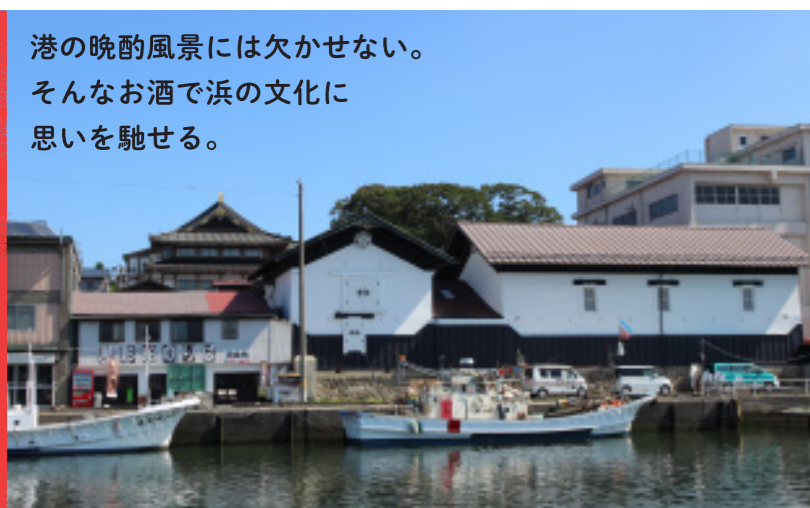
八戸市内で営業中の銭湯は34軒(2015年1月現在)。早朝から営業する銭湯も多いのは、朝の早い港や市場で働く人々の暮らしに合わせたゆえ。八戸の銭湯は、浜で働く人々にとことんまで寄り添うのが流儀のようで、例えば、陸奥湊駅前朝市から徒歩5分の「松竹湯」がその好例です。

広大な脱衣所にはゴロ寝も可能な畳敷きの小上がりが。しかも床暖房。船上は狭いシャワーのみという漁師さんを配慮してか、浴室の洗い場もワイド。さ

らに、かつての漁師さんたちの習慣にならって、アカスリ代わりにしたいという常連客のために漁網も用意…。浜の暮らしぶりは銭湯でも体験できます。



15 松竹湯
⑧ 八戸市湊町本町12 ☎ 0178-33-1209 ⑨ 9時～21時 月休



港の晚酌風景には欠かせない。 そんなお酒で浜の文化に 思いを馳せる。

八戸酒造の創業は1775年。陸奥湊駅前朝市からもほど近くで、240年以上も港の人々の晚酌の時間を支えている酒蔵です。創業以来のブランド「陸奥男山」は辛口系。最近の主力銘柄「陸奥八仙」は香りが華やかで、お米のうま味と爽やかな甘味を兼ね備えた味わい。フルーティで飲みやすいので女子からも人気です。「陸奥男山」が無いと始まらない八戸の浜の人々の晚酌の様子を想いながら「陸奥八仙」のグラスを傾ければ、浜の暮らしの気分も味わ

えるかも。八戸酒造では、酒蔵見学を常時受け付け中で、日本酒をチビチビしながら屋形船で八戸港を巡るサービスも。

16 八戸酒造株式会社
⑧ 八戸市大湊町本町9 ☎ 0178-33-1171 ⑨ 10時～16時(所要時間は30分～1時間程度)
酒蔵見学は平日限定で通年受け付け。
蔵見学+試飲は500円/1名
<http://www.mutsu8000.com/>
Mailinfo@mutsu8000.com
※11～3月の酒造期のうち、吟醸仕込みの時期は見学不可

趣き豊かな木造旅館で、
浜文化の隆盛を垣間見る。

小 中野地区はかつての遊郭街。風情たっぷりの「新むつ旅館」は遊郭「新陸奥楼」として1898(明治31)年に開業したといわれています。

2階建ての館内は、歩みを進めるたびにきしむ階段も、客室へと通じる渡り廊下も、赴き豊か。客室には遊郭として栄えた時代の顧客名簿が今でもそのまま残っていて、ここを訪れた人の名前や年齢や出身地はもちろんのこと、その日に使った金額や、背格好や服装なども克明に記録されています。北海道から関東に至るまで、津々浦々から人々が訪れる街…。八戸は、各地の人々が交錯するコスモポリス的な存在だったことが見て取れます。

港には、人やモノだけでなく、新しいアイデアや考え方などの文化もたくさ



ん入ってきたことでしょう。当時の港街の賑やかな様子に思いを巡らせるための格好の「入口」である「新むつ旅館」へようこそ。

9 新むつ旅館

⑨ 八戸市小中野6-20-18
☎ 0178-22-1736
1泊2食7,100円。予約は電話にて。

港町、八戸で、
漁師の隠れ家を探訪。



八 戸線「鮫駅」は江戸時代には貿易港・漁港として栄え、八戸発祥の地ともされる町の入口。「魚」が「交」と書くだけに、漁獲とお金を手にした漁師たちが行き交う繁華な町。往時は、腹巻きに札束を差し込んだ漁師たちが豪快に飲み歩き、威勢はよいけれど治安が良いとはいえない雰囲気になっていたそう。

そんな漁師たちを、ときに慰め、ときに鼓舞してきた居酒屋やスナックは今も健在。地元の人々が集まって賑やかなのですが、一介の旅行者には入りづらい…。とはいえ、なんだかとても気になるこの状況に、救いの一手があり

ました。八戸の中心市街地を夕方に出発し、鮫の居酒屋やスナックを3軒ハシゴした後終電で戻ってくる、というツアーが催行されています。店を日々切り盛りするママさんたちの生き様を目の当たりにできるチャンスです！

17 鮫銀座☆漁師の隠れ家はしご酒ツアー

⑩ ACプロモート
☎ 0178-85-0137 <http://npo-acty.jp/>

(ツアー行程)
本八戸駅集合→八戸線で鮫駅へ→雰囲気の異なる3軒の飲食店をはしご酒→八戸線で本八戸駅へ解散

この市場感、
ポートランドやニューヨークにも、
肩を並べると思うのですが、どうでしょう？



冬 季を除く3月中旬から12月にかけての毎週日曜日に開催される「八戸館鼻岸壁朝市」も、八戸の港町ならではの暮らしぶりに触れられる絶好の機会です。全長800mの岸壁に、350以上の店舗が立ち並ぶ大規模な朝市は、海産物だけでなく、野菜やフルーツ、山菜やきのこなどのほか、八戸せんべい汁や生ジュースなどの屋台も。南部地方に受け継がれる山の文化と浜の文化

を、この朝市でもともに味わえます。ピークは6時から7時ごろ。9時過ぎには片付けが始まりますので、八戸の週末は睡眠不足必至です。

18 八戸館鼻岸壁朝市

⑪ 協同組合湊日曜朝市会
☎ 0178-27-3868
◎ 日の出～9時 毎週日曜日(3月中旬～12月)
http://www.ukipal.jp/web_asaichi/tatehana/top/



商 売繁盛や子授けに御利益があることで有名な燕嶋神社は、八戸港へ突き出すようにそびえる燕島に。周囲800mという小さな島ですが、天然記念物にも指定されているウミネコの繁殖地。ウミネコの子育ての様子を間近に眺めることができる、国内で唯一の貴重な場所です。

毎年2月上旬から集まり始めるウミネコは、3月末には約3～4万羽に。8月上旬にウミネコが燕島から離れるまでの期間は、ウミネコが島全体が真っ白に見えるほど。

実はこの時期に参拝する際、地元の人にとってどうしても欠かせないのが傘。上空から降ってくるウミネコのフンから身を守るため、晴天でも傘をさす…。そんな不思議な光景を見ること



ができます。島への入り口に「ご自由にお使い下さい」と沢山の傘が置いてありますので、ぜひどうぞ。

19 燕嶋神社

⑫ 八戸市鮫町鮫56-2
☎ 0178-34-2730 ◎ 9時半～16時 無休
<http://kabushima.com/jinjya/>

晴天でも傘をさして参拝。
これぞ「ウミ」ならではの体験です。

SOIL & FOODS

南部の執念 雑穀の知恵

夏に気温が上がらず稲作が困難だった南部・下北地域。人々は米以外の雑穀で食文化を営んできました。県内の縄文時代の遺跡から、えごま、あわ、ひえ、豆などが出土することから、当時から栽培されていたとも考えられている雑穀を、あの手この手で楽しむ知恵をご紹介します。



35 山部商店

店主の山部篤志さんがご夫婦で営む雑穀店。
 〓 五戸町荒町14-1
 ☎ 0178-62-2760
 ☎ 7時-19時 無休
<http://www.yamaberice.com/abouts/index.php>



とら豆



半白大豆



黒千石



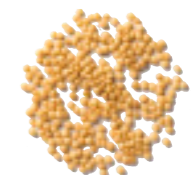
玄そば



はと麦



黒えごま



アマランサス



白大豆



金時豆



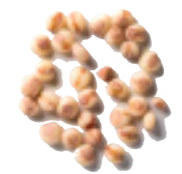
赤ささげ



姫くるみ



大麦



たかきび



ひえ



紫花豆



シャチ豆



毛豆



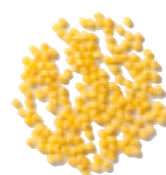
黒神青豆



南部小麦



紫黒米



うるちあわ



黒花豆



鞍掛豆



茶豆



小豆



丸麦



そば米



黒ごま

食料不足と隣合わせの暮らしであっても、南部地方の人々は妥協することなく、美味しい知恵を生み出しました。雑穀を、粉にしたり、練ったり、茹でたり。小麦粉で煎餅をつくって保存しておき汁物に割り入れたり、豆で米粉をかき増して、腹持ちのよい「豆しとぎ」をつくったり。このページでは、少しでも美味しく生き抜くための執念から生まれた伝承料理の一部をご紹介します。

雑穀をつかった 伝統料理の数々



じゅね餅

水で練った小麦粉を串に刺して焼いて食べるのが串餅。その串餅の表面に「じゅね(じゅうねん=エゴマ)」の実をすって練ったペーストを塗ってから焼き上げるのが「じゅねもち」です。



豆しとぎ

「しとぎ」とは本来、米でつくった餅のこと。米が不足していた南部地方では、米に大豆を加えたり、大豆そのものでつくったりする「豆しとぎ」が一般的。南部の特徴的な伝統食です。



きんか餅

黒砂糖や味噌、黒ごま、くるみなどを混ぜ合わせたあんを小麦粉を練った餅で包んだお菓子。蓄ると熱で溶けて液体状になったあんが溢れ出します。お盆に供えるお菓子だったそう。



赤飯せんべい

甘い赤飯を2枚のせんべいでサンドするという、度肝を抜かれる食品。これは農作業時に持ち歩きやすいよう、農家が考えたアイデアだとか。山菜おこわを挟むケースもあります。



せんべい汁

小麦粉でつくる南部せんべいの発祥の地は三戸町一帯。これを鍋に入れ、他の具材とともに煮込んで食べますが、あまり煮込まないアルデンテ派もいれば、クタクタと煮込む派も。



階上早生

夏と秋のどちらでも栽培でき、北東北の涼涼地に適した品種「階上早生」。コシや粘りは強くありませんが、香りの高さが特徴です。ほのかに土の香りが漂う素朴な食感を、ぜひ。



ひつつみ

すいとんのようなこの料理は、南部地方における主食的存在。出汁は煮干し、シヤ粘りは強くありませんが、香りの高さが特徴です。ほのかに土の香りが漂う素朴な食感を、ぜひ。



そばかけ

昆布と煮干しでとった出汁で大根、豆腐、そばかけの順に入れ、ねぎやにんにくの味噌で食べる郷土料理。打って伸ばしたそばを「かけら」のような形に切るから「かけ」という説も。

さんとしたから。清涼な湧き水も豊富だったので、豆腐が美味しいことでも名を馳せたそう。品の良いうぐいす色の青豆の色は春の色。これをきな粉にして正月に味わえば、遠い春の到来を気分だけでも楽しめたのだとか。

林業も盛んだったこの地域では、木を伐採した跡地を一度焼き払い、大豆やもちあわや蕎麦や小麦などを5年間ほど栽培したのちに、再び植林するという焼畑農業も1960年ごろまで盛んでした。森と寄り添う暮らしぶりそのものが、この地域の雑穀文化の強度を上げてきたのかもしれない。

これら雑穀も今となっては稀少で、五戸町の半白大豆にいたっては多い年でも5〜6俵(1俵=60kg)、わずかに2俵しか集められない年もあるそう。それを一粒ずつ丁寧に選り分ける山部さんの手しごとは、図らずも心が潤んでくるようです。

「和食」がユネスコから無形文化遺産として認められたことは記憶に新しいですが、「和食」が世界から守るべき文化だと認められるまでに発展してきた背景には「清らかな水」と「大豆」の存在が不可欠なのだそう。味噌や醤油に姿を変えて和食の味わいに多様性をもたらした、豆腐や納豆として日本人のタンパク源として活躍してきた大豆。肉と比べて中性脂肪が極めて少なく、コレステロールが低いので、日本人の体型維持にも役立っていたに違いありません。「和食」という文化にとって欠かすことのできない超重要アイテムが、五戸の町に揃っています。

※1『新版 岩手百科事典』岩手放送(1998年)

がまずみ

鮮やかな朱色と鮮烈な酸味が特徴。この地域では「ジョミ」と呼ばれ、マタギの間で疲労回復の妙薬として用いられていました。最近では栄養素の高さが再注目され、ジュースなどに加工され親しまれています。



妙丹柿

宝珠形をした小形の渋柿で、干し柿用として人気。糖が多く果肉が粘質であること、繊維や種子が少なく滑らかな食感であることなどから、高級な干し柿として流通します。



八助

重さは約80g、5cm前後と大ぶりなあんず。果実は肉厚かつ緻密で、シャリシャリした歯応えは八助ならではの。甘味酸味ともに多く、その食味と食感が梅漬けの加工に適しているとも。



アピオス

りんごの苗木とともにアメリカからやってきたマメ科の植物。ホクホクとした食感で、非常に栄養価が高く、地元では「ほども」と呼ばれ古くから食べられてきました。



阿房宮

南部地方に古くから伝わる食用菊。この地方ではさまざまな菊料理が食卓を飾ってきましたが、菊の風味を手軽に味わえるのはなんといっても味噌汁。お椀に花びらを散らせばそれだけで美味&美しい…。



えごま (じゅね)

シソ科の一年草。南部地方では「じゅね」とも呼ばれ、歴史は長く縄文時代の遺跡からも出土しています。「じゅね」で作った「じゅね味噌」を串餅に塗って焼いたものが「じゅね餅」として親しまれています。



南部町 南部町営地方卸売市場

全国で唯一の町が運営する卸売市場。この地域の気候風土は、野菜や果樹の栽培に適しているので、日本一の生産量を誇る「にんにく(福地ホワイト六片)」や「ながいも(ガンクミジカ)」はもちろん、他の市場では評価の低い在来種やマイナー品種を扱う流通拠点として、年間を通して賑います。



にんにく

県内では南部町(旧福地村)で栽培が始まったにんにくは、日本トップクラスの生産量と品質が自慢。在来種の「福地ホワイト六片」は白く美しい肉質を持つ大玉種です。



南部太ねぎ

2012年まで唯一の生産者が単なる「ねぎ」で販売していた在来種。2013年に地元の農業高校と生産者が産地化に向けて取組をスタート。太いのに軟らかくて、甘味も十分。天ぷらがおすすめです。

長芋

日本の長芋のほとんどが青森で生まれた系統です。雪のように白く、サクサクとしたよい歯応えで、濃い風味も特徴です。太くて遅い見た目から「ガンク(首)ミジカ(短い)」とも呼ばれています。

富 土山にも例えられ「南部小富士」とも呼ばれる名久井岳(615m)。この山に端を発して、八戸港へと流れる馬淵川は、度々氾濫をおこして人々を悩ませたものの、実はそのおかげで山の養分が運ばれ、南部町などの流域一帯に肥沃な土壌が広がることに。盆地のため、作物の甘さやうま味を引き出す寒暖の差が激しく、年間を通して(特に冬場は)日照量が多いため、野菜だけでなく果物の栽培も盛ん。なんと「バナナとみかんとパイナップル以外はなんでもつくれる」とまでいわれるほどで、洋梨の産地としては全国的に有名です。

一般的には、同じ畑で同じ作物を育て続けると、作物の生育が遅れたり、病気が増えたりする連作障害が起きるケースが多いのですが、南部町にはそれがほとんどありません。そんなわけで、3世代以上にわたって育てられてきた伝統野菜や果物も少なくない、というわけです。

例えば、南部の秋を彩る食用菊「阿房宮」。一説によれば、江戸時代に南部藩主が京都の九条家から観賞用としてもらい受けた苗を栽培したところ、芳香と甘味があって歯ごたえも良かったため、作付が奨励されたそう。収穫後、一度蒸した菊の花を乾燥して保存、汁物



24 達者村 (NPO法人青森なんぶの達者村)
 ④ 南部町平広場22 ☎ 0178-76-2310
<http://www1.town.aomori-nanbu.lg.jp/tassya-mura/>

やお浸しとして親しまれてきました。そんな南部町ならではの農作物を軸にして、南部町ならではの暮らしぶりを紹介する取り組みがあります。それが「達者村」事業。収穫体験や農家ステイなどのコンテンツを用意し、農作物の都市部への流通と、旅行者の都市部からの流入を積極的に支援する「パイヤルビレッジ」です。メンバーの根市大樹さんによれば「生産者が売り場に立つたり、作物から作り手の思いや日常を感じ取れるようにすることによって、やがてお客さまが生産者のファンになるケースも。食材から人へ関心が移り変わるといって新しい流れが生まれています」とのこと。「日本一おもしろい村」を目指す「達者村」が見せてくれるものは、まさに農業王国ならではの暮らしぶりです。

在来種、多彩です。食材王国、南部町。

本州最北端にある青森県ですが、日本で流通している野菜やフルーツのほとんどが作られるほどの食材の宝庫があります。それが南部町。3世代以上栽培し受け継がれてきた在来品種や伝統野菜も多く、食材という切り口から眺めても、南部地方の伝統的な暮らしぶりを垣間見ることができるともいえます。

農家民泊もおすすめ!

普段通りの農家の暮らしに混ぜていただく…。そんな感覚を堪能できる農家民泊も、きっと素敵な暮らしぶりに出合えるチャンスです。南部地方版のすいとん「ひつつみ」や食用菊の料理など「農家の母ちゃん」が作る昔ながらの家庭の料理も美味。初体験なのに懐かしい。そんな時間を過ごせます。南部町でりんごや洋梨を栽培する木村律行さん&敦子さんがご家族で営む「木村アグリハウス」もそんな農家民泊のひとつ。とことん明るく豪快な敦子さんの勢いに引っ張られ「しあわせ方面」へ向かえること必至です。
<http://tassyamura.com/>



つつじ生活改善グループ



究極の保存食で「食べることは生きること」を感じられる

消 費期限50年以上! そんな保存食が下北半島に。その名は「かなかけいも」。専用のかんなで新じゃがいもをポテチのように薄くスライスし、水に晒して揉むことで「でんぷん」と「それ以外」に分解。「それ以外」の方を乾燥保存したものが、かなかけいも。粉にして熱湯で練り、甘い味噌あんを包んで蒸し「ばおり餅」として食べるそう。

下北半島は、夏が冷涼なうえに冬もまた厳寒、飢饉という危機と常に背中合わせでした。長期保存できる常備食が生死を分ける、というわけで、かなかけいもは嫁入り道具でもあったのだとか。

もはや絶滅寸前だったかなかけいもを、復活させたのはむつ市脇野沢地区の「つつじ生活改善グループ」。写真(左下)は代表の杉澤光子さんが保存している1960年のかんなかけいも。…まさに、生への執念です。

48 つつじ生活改善グループ
☎ 090-5358-1296 (杉澤光子会長)



伝承料理から学ぶ、生き抜く知恵。

女性農業者による起業(農村女性起業)は、全国に増え続けています。中でも東北は他地域と比べても多く、2012年度に農水省が調べたデータによれば、国内全事例数の26%が東北に集中。青森県では376件の起業例があります。特に南部・下北の両エリアでは、厳しい気候と風土のなかで、しっかりと食べつなぐための知恵が、郷土料理には凝縮しています。そんな「母の知恵」を舌で知り、胃袋で青森ならではの暮らしぶりを吸収してみませんか?

美味しくも、たくましい。
南部地方の、食べつなぐ知恵。



貝守やまゆり会

J R八戸駅から車で約40分、八戸市南郷区にある「山の楽校」は、廃校を利用した体験型文化交流施設です。炭焼きやそば打ち、煎餅づくりなど、周辺の集落で受け継がれてきた暮らしの技を、地元の高齢者から直接教わりながら体験できることで人気です。校舎の裏に広がる畑では1960年代ごろに廃れてしまった「あらかおこし」と呼ばれる焼畑農業を復活。かつて林業が盛んだったこの土地では、樹木を伐採した後に何年か畑にすることで、森を育ちやすくしていたそう。畑を焼くことで、雑草も害虫も駆除され、炭が微生物を育てるので、農薬も肥料も使わない自然栽培が可能でした。

「山の楽校」では焼畑によって「階上早生」と呼ばれる蕎麦を栽培。南部地方の在来品種で、甘味が特徴の蕎麦ですが、焼畑で栽培するとさらに甘味が増すという…。お湯で濃い目に溶いた味噌の上澄み(「すまし」と呼ばれます)で食べる「すましそば」も、ここでしか味わえない名物です。

体験には予約が必要ですが、この地域の伝統的なおやつ「豆しとぎ」や「てんぼせんべい」づくりも人気。青豆や黒豆を潰して米粉と混ぜて作る「豆しとぎ」は、炭火で炙ると豆の豊かな香りと味を存分に楽しめます。

初体験だけでもどこか懐かしい。そんな暮らしぶりを全身で学び楽しむこの感覚をぜひ!

近隣のかあちゃんたちが、
伝統的な暮らしの文化を伝授する。



山の楽校

22 山の楽校
(八戸市青葉湖展望交流施設)

☎ 八戸市南郷島守北ノ畑6-2
☎ 0178-82-2222
🕒 8時~17時 月・1/1 休
<http://www.city.hachinohe.aomori.jp/index.cfm/10,5158,33.html>
「手打ちすましそば定食」は750円



藩 政時代、南部氏の城下町として栄えた三戸町。夏が冷涼なため稲作が難しく、冬は寒さに閉ざされるという気候の中で生き抜くために、この町にもまた食べつなぐための知恵が盛りだくさん。

豆腐を冬の寒風で凍結乾燥させた「凍み豆腐」や、凍てつく川の水でだいこんを何度も晒し、冷気に当てて乾燥させる「寒干しだいこん」などは、この土地に古くから伝わる保存の知恵。水で練った小麦粉を汁物の具として主食代わりに食べる「ひつつみ」は、お米がとれない地域だからこそ発達した料理の知恵。先達の教えを忠実に守りながら、郷土の伝統の味と加工・調理の技を伝え続けている「貝守やまゆり会」は、貝守地区内全63戸の女性が参加して活動を続けています。

現在は町内の農産物直売所「SAN・SUN産直ひろば」で定期的に料理を提供・販売中。名物も多々あります。例えば「酒まんじゅう」は出品すれば即完売。県内で「じゅね」と呼ばれるエゴマの実を

擦り潰し、小麦粉の団子に塗って焼き揚げる「じゅね餅」は、胡麻ほどの小さな粒の「じゅね」が完熟するタイミングを見計らって収穫したあと、一つひとつ選別するなど、相当のテーマヒマがかかります。会員が春先に摘んで年会費代わりに納めるよもぎの若葉は、これまた大人気の「よもぎ餅」へと出世して一年中提供されています。

代表の中沢幸子さんを筆頭に練り出される美味しくもたくましい知恵を味わって、南部地方ならではの暮らしぶりの深みを体験して見ませんか?

23 SAN・SUN産直ひろば

☎ 三戸町川守田西張渡39-1
☎ 0179-22-3266 🕒 9時~18時 1/1 休
<http://sansun.hi-net.ne.jp/>
※貝守やまゆり会の出店スケジュールは
お電話にてお問い合わせください。





八戸三社大祭を堪能するための八つのポイント

3kmにも及ぶ華やかな
「時代絵巻」

全長は3km！神明宮、おがみ神社、新羅神社の3社の行列にはそれぞれ附祭の山車行列が従い、最後に華屋台が続くという長さに注目！

ぜび頭を噛んでもらおう！
虎舞に

笑いを誘い、場面転換の役回りも担っている虎舞。虎に頭を噛まれると頭が良くなるといわれ、老若男女を問わず頭を差し出します。

1 神明宮の
「巫女行列」に注目

巫女装束の女の子が進む巫女行列。実は「うちの子どもをぜひ巫女に…」と強く願う保護者も少なくない、大人気の行列なんだとか。

5 「ジャガラ持ち」を
見落とすな!!

ジャガラ持ちとは山車組の先頭に左右1〜2名ずつ配置される年ごろの女性のこと。町一番の娘さんが選ばれるだけに見逃せません！

2 国内にわずか3例という
騎馬打毬をぜひ！

赤白に分かれた4騎士が毬杖で毬をすくって毬門(ゴール)に投げ込む加賀美流騎馬打毬。国内で3例のみという希少性がポイント。

6 巨大なからくり仕掛けの
山車に注目

山車の大きさは高さ4.5mと規定されていますが、仕掛けを伸ばしたときは高さ10mになるなど2倍ほどに大型化。盛り上がります！

3 おがみ神社の山伏神楽が
かっこよすぎる！

獅子頭を奉じて家内安全や商売繁盛を祈願する権現舞など30に及ぶ演目がある山伏神楽。みごとな「一斉歯打ち」はシビれます。

7 「華屋台」で祭りの
余韻に浸るべし！

行列の最後尾で三味線や舞踊等を披露し、行列の終了を告げる華屋台。八戸芸妓はこの屋台で腕が認められるとお座敷に上がれました。

豊作に感謝する庶民の気持ち。

「ヤーレーヤーレ、ヨーイサヨーイサ」という掛け声とともに、勇壮な太鼓のリズムとお囃子の旋律に合わせて豪華絢爛な山車行列が市内を練り歩く「八戸三社大祭」。毎年7月31日から8月4日までの5日間にわたる八戸最大の祭りです。ここでは八戸三社大祭を楽しむコツをまとめてみました。



その歴史は約2900年。夏に吹き寄せる「やませ」の影響で、冷夏になることが多いこの地域。1720(享保5)年の夏、凶作を恐れた八戸の有力者が天候回復と豊作を祈願したところ、無事に秋の収穫を迎えられたことから、感謝の意を込めて神輿渡御を行ったのが始まり。「おがみ神社」「新羅神社」「神明宮」の3つの神社の合同運行なので「三社大祭」です。8月1日は御神輿がおがみ神社から出発する「お通り」、2日目は神様が遊ばれる中、「3日目は御神輿が神社に帰る「お還り」という流れで、祭りは進行します。神話や伝説、そして歌舞伎などを題材にしてつくられた山車が運行しますが、太鼓や槍や旗といった祭礼道具とともに虎舞も加わる法霊神楽(おがみ神社)や、鎧兜に甲冑という装束の騎馬武者が練り歩く武者押(新羅神社)や、着飾った子どもたちによる巫女行列(神明宮)など、行列にも各社の特徴が。各社の行列の最後尾で「附祭(つけまつり)」と呼ばれる、高さが10mにもなる巨大かつ豪華絢爛な山車が練り歩くのも見どころで、現在では27台もの山車が参加しています。冷夏が飢饉に直結することもあった南部地方の人々が「暑い夏」の到来を願って「うねり」となるこの祭り。「その昔」に想いを馳せながら見物すれば、この地方の暮らしに、一歩近づけるのかもしれない。

南部裂織

南部地方で「ポット」と呼ばれる古布を細く裂いて織り込んで、新たに生まれる織物。材料が一定ではないので、織っている間にも裂織の表情は変化し、本来は仕上がりを想像できません。が、偶然にもタータンチェックのように仕上がった織物が金入さんの目に止まったことがきっかけとなって誕生したのがこの商品。横糸には色と材質が同じ布を使い、縦糸は一定のパターンで色を変えることで、狙い通りの柄を織り上げるというわけです。ちなみに赤系のチェック柄はGOOD DESIGN賞受賞作。写真右上から時計回りに、ペンケース 3,726円、ブックカバー 3,726円、ポーチ 4,536円、名刺入れ 2,376円



浄法寺塗

青森県田子町や隣接する岩手県の浄法寺町一帯は良質な漆の産地。728年、このエリアに建立された寺の僧侶の手で自家用什器が作られたことで浄法寺塗の歴史が始まったといわれています。その特徴は、なんといっても、丈夫さと色の美しさ。つくりたては艶がなく、マットなプラスチックのようにさえ見えますが、毎日使って磨きをかけることで、5年後、10年後には妙なる艶を愉しめるというわけです。金箔を貼った「南部箔椀」もありますが、多くは素朴で温かみのある実用的な塗り。南部地方を支える暮らしの道具を育てる喜びをぜひ！ 6,500円



八幡馬

鎌倉時代から南部藩の総鎮守として尊崇されてきた御引八幡宮に奉納される馬を象ったものが八幡馬。本来の八幡馬の柄は、赤・黒・白の3色を巧みに使いこなし、南部地方の結婚式で嫁入りの際に新婦が乗った馬の装飾を模したものです (P21参照)。金入さんのプロデュースのもとで、グラフィックデザイナーの田名部敏文さんと、八幡馬を長年つくり続けてきた高橋利典さんとがコラボレーション。白をベースにしたポップなパステルカラーのバージョンが生まれました。白木 (21cm) 5,508円、白 (15cm) 7,020円



きみがらスリッパ

足の甲まですっぽり包む丸みを帯びたフォルムと、網目をうまく使ったチェック柄が、ともにキュートなこのスリッパ。「きみがら」とは青森の言葉で「とうもろこしの皮」のこと。これを使って、農家の奥様たちがスリッパを編み始めたのが戦後間もない1940年代後半のこと。空気を履いているような軽さと、夏は涼しく冬は足になじみ暖かい。そんな素材力が、このスリッパの機能を支えています。サイズごとに価格が異なりミニ/ミニ/S/M/L/LLの6種展開。写真はMサイズで2,600円。



2 カネイリ ミュージアムショップ

④ 八戸市三日町11-1 八戸ポータルミュージアムはっち1F
☎ 0178-20-9661
🕒 10時~19時 第2火・12/31~1/1 休



使われ続けて今に残る 暮らしの道具の、意地と、美と。

南部地方の伝統工芸の特徴は、庶民が暮らしの中で編み出して、日々使われながら、今に残されてきたものが多いこと。今まで捨てられていたものや、古くなったものを材料として使わざるを得ないという意味で「限定から生まれた工芸」でもあります。「マイナス」からスタートしても、美しく機能的な道具を生み出す南部地方のテーマの世界を、ちょっと覗いてみましょうか。

現代に息づく南部地方のものづくり。それを支えるのは、ものを大切にすること。使い切る精神がもたらす。例えば「南部裂織」の材料は着古した着物や古くなった布。布が貴重だった江戸時代、農家の女性たちは使い古した布を細くテープ状に裂いて緯(よこ)糸に、麻袋を解いた糸を経(たて)糸にして織り込み、こたつ掛けや敷物、仕事着や小物に至るまで様々な生活必需品へと出させ、暮らしの中で活用しました。手動の機(はた)で織る裂織は、機を一回動かす毎に2〜3mmずつ延ばしていくため、こたつ掛けなら完成までにひと冬を費やしたそう。

材料も自ら採出し、気が遠くなるような時間を費やしてひとつのモノを生み出すその執念。いわばリサイクルではあるものの、確実に美しく仕上げるという「美」に対するしつこいまでの追求力。使われ続けているからこそ今なお残っている文化としての持久力。雅な雰囲気は持ち併せていないけれど、眺めるだけでも感じる温かみ。

そんな南部地方の伝統工芸の力に魅入られたひとりが金入健雄さん。「東北スタンダード」というブランドを立ち上げ、東北全域の工芸品に込められた暮らしのエッセンスを、現代の暮らしに寄り添うように翻訳し、自らのセレクトショップを通じて発信しています。

東北に脈々と受け継がれる心(思想)と腕(技術)をキュレーション&プロデュースし、全国へ。今後はWEBコマースを活用し、食品も含めて全国へ青森の魅力を広める予定とか。

南部地方で受け継がれてきた伝統の技の担い手は、まだ健在。
ひとつの作品を生み出すまでにかけられる「テーマとヒマ」を間近かに体験しながら、
この地域ならではの暮らしぶりを、目で見て、話で聞いて、自分のものにした瞬間に、新しい地平が見えてきます。

執念の作り手と出会えます

美しく昇華すると、こうなる！
「それしか使えない」という限定が、



布 が貴重だった江戸時代、古布を活用するために農村の女性達の知恵によって生まれた南部裂織。八戸ポータルミュージアムはちちを拠点に活動している井上澄子さんは、裂織製品の生産や、ワークショップを通して南部地方のものづくりの精神を伝え続けています。緯（よこ）糸に使う古布の模様と経（たて）糸の色との重なり方によって仕上がりの模様が変化する南部裂織。まったく同じ材料を

使っても、ふたつとして同じものにはできないそう。
「古布は南部地方の言葉で“ポット”と呼ばれます。前の使い主がさまざまな使い方をしたポット。これを裂いて織って、暮らしの中にさりやかな美しさを紡ぐわけです」と井上さん。「使い継ぐ」という感覚や「少しでも美しく」という願いが込められているからこそ、南部裂織が魅力的に見えてくるのかもしれない。

2 八戸南部裂織工房「澄 (chou)」
⑧ 八戸市三日町11-1八戸ポータルミュージアム
はちち4F ものづくりスタジオ
☎ 0178-22-8228 ⑨ 火水休

ニッポンの漆器の未来を、
たったひとり背負う職人。



ウ ルシノキの樹液（漆）を塗って仕上げる漆器は日本の食文化の象徴ともいえる器です。その産地は全国に多々ありますが、漆の樹液を採取する「漆掻き」道具をつくる技術は、青森県にしか残っていません。しかも中畑文利さんただひとり…。
青森県田子町で、半世紀以上も地元の農具を作り続けてきた鍛冶職人の中畑さんが手掛けるのは、漆の木の表面を削るための「漆鎌（うるしかま）」、漆の幹にキズをつける「漆鉋（うるしかんな）」、樹液を採取する「漆鉋（かきへら）」の3種類。例えば「曲げる」という工程が入り、掻き手の要望に応じた調整も必要な漆鉋は、高度な技術を要する難物です。
中畑さんのもとには、全国の漆の産地から毎年50件ほどの注文が入るそう。「漆」は英語で「japan」。まさに中畑さんはこの小さな鍛冶場でニッポンの暮らしぶりを支えているのです。

25 遠清鍛冶
⑧ 田子町田子田子64-22
☎ 0179-32-2475 ⑨ 9時～16時 不定休

よ り多くの人に八幡馬を知ってもらいたい。そんな想いで八幡馬をつくり続けてきた高橋利典さん。クリエイターとのコラボにも積極的に「八幡馬」をキャンパスに見立てて、自由に彩色するワークショップなども定期的に開催しています。
その工程は今でも一つひとつ手作業。角材から大まかに馬の形を切り出した後、表面をノミで整え、仕上げに小刀で面取りをし、最後に彩色してようやく完成。伝統的な柄は黒・赤・白を使い彩色されますが、最近は白木のまま目と鼻と口だけ彩色するタイプや、ポップなデザインの八幡馬も人気。中にはカモフラージュ柄の彩色でオーダーが入ることもあるのだとか。
ちなみに八幡馬にはナター本で仕上げる「鉈彫り」という伝統的な技法もあり、青森県芸術文化褒章などを受賞している大久保直次郎氏が今に伝えています。

21 株式会社八幡馬
⑧ 八戸市沼館2-5-2 ☎ 0178-22-5729
⑨ 8時-17時 日祝休（土は不定休）
<http://www.yawatauma.co.jp/>



八幡馬を自由に彩色。
伝統工芸がアート化しています。



夏は涼しく冬はほっこり、
キュートな手仕事。
“もったいない精神”の賜物。

作 り手は「十和田きみがらスリッパ生産組合」の組合員23名。「きみ」の「から」つまり「とうもろこしの皮」が材料です。国内有数の馬の産地だった十和田地方は、馬の飼料であるデントコーンを大規模に栽培。大量に残る皮がもったいない…ということで誕生したのがこのスリッパです。
デントコーンの収穫時期は10月下旬。皮を

剥いで2週間ほど乾燥させ、選別します。材料の準備が整う11月中旬から始まり3月まで続くスリッパの製造は、すべて手編み。そのため「1日に一足仕上げるのがやっと」だと教えてくださったのは、組合長の三畑ヒロ子さんです。「もったいない」から始まってキュートな日用品を生み出す、南部地方特有のものづくり精神はここでも生きていました。

30 十和田きみがらスリッパ生産組合
（事務局：十和田市とわだ産品販売戦略課）
☎ 0176-51-6743
⑨ 9時～17時 土日祝休
※毎月第3日曜日に実施中の「きみがらスリッパの製作体験」は「道の駅とわだ」(0176-28-3790 十和田市大字伝法寺字平塚37-2) に併設された「匠工房」にて。要予約

地域の暮らししづりを、
アートで理解する楽しさよ。



アートと街とが 溶け合う様子に包まれて、 素敵な「とわだじかん」を過ごす。

26 十和田市現代美術館

④ 十和田市西二番町10-9 ☎ 0176-20-1127
 ◎ 9時-17時(最終入館16時半) 月休(祝日の場合は翌日休)
<http://towadaartcenter.com>
 「とわだじかん」http://towadaartcenter.com/web/towadaartcenter_files/towadatimes03_.pdf
 「アーツ・トワダ」<http://www.artstowada.com/>

アートによるまちづくりプロジェクト「Arts Towada (アーツ・トワダ)」の拠点施設として誕生した「十和田市現代美術館」。まちづくりを目的とした美術館なので、その建築も街との繋がりや屋外への連続性を意識して設計されています。

韓国を拠点に活動するアーティスト、チェ・ジョンファによる「フラワー・ホース」を始めとした大型のインスタレーションが展示室だけでなく敷地内さまざまな場所に展示されていたり、公園そのものが草間彌生の大規模な作品だったりすることでも有名ですが、例えば、街の商店の店内にアート作品が展示されていたり、館内に作品を展示するアーティストによるラベルを冠した地域限定販売の日本酒が商店街の酒屋さんで手に入ったりと、「アート」と「十和田の街の暮らししづり」とが絶妙に溶け合う様子を味わうことができます。

2009年の特別展から残されているチェ・ジョンファ作の華々しいシャンデリアのような作品。スナックなどの飲食店が入居する昭和小路ならではの艶やかなネオンと作品が一体になって、街そのものが「アート」のようにも見えてきます。

「アート」とは、地域に古くから伝わる暮らししづりを五感で理解できるツールかもしれません。アートが持つ「共感力」というチカラを使って、地域の魅力を伝える取り組みへの注目が集まっています。このページでは、南部地方を代表するまち、八戸市と十和田市が、アートの力を駆使して、青森県ならではの暮らししづりを発信する様子をレポートします。



- 1:「フラワー・ホース」は、周辺を華やかな雰囲気にすると同時に、眺めているだけでハッピーな気分になるから不思議です
- 2:「昭和小路」の電灯に装飾されたチェ・ジョンファ作のシャンデリアの名は「マリー・アントワネット」
- 3:馬の「側対歩」の足並み通りに歩道へと埋め込まれた蹄鉄のオブジェ
- 4:アーティストの山本修路さんと地元の酒蔵「嶋正宗」で杜氏を務める佐藤企さんによる「天祈り(てのり)」プロジェクトは、米作りから日本酒を造るまでの過程を地域住民と協働で行います

目指すは来館者の欲求不満!? もっと知りたくなるミュージアム

2 八戸ポータルミュージアム はっち

④ 八戸市三日町11-1 ☎ 0178-22-8228
 ◎ 9時-21時(こどもはっちは9時半-16時半) 第2火・12/30・1/1休
<http://hacchi.jp/>

エントランスでは柱にびっしりと打ち付けられた木彫の馬がお出迎え。赤や黒などの原色で派手に塗られたその馬のオブジェは南部地方の伝統工芸、八幡馬。

市民から「はっち」と愛称されているこの施設の正式名称は「八戸ポータルミュージアム」。旅行者のために八戸の見どころや暮らししづりをわかりやすく整理して展示するショウケースであると同時に、シアターやギャラリー、キッチンスタジオや多目的スペースなどを備え、市民の文化活動もサポートしています。

館内は発見の連続。小さなミニチュアで再現された南部地方の郷土料理がズラリと居並ぶ展示で食欲を掻き立てられたり、実は八戸はデコトラ発祥の地であることが判明したり、市内には銭湯が異様なほど多いことがわかったり。そうかと思えば、受験勉強に動しむ高校生や、地元の伝統的な舞踊の練習に励むお母さんたちや、八戸言葉で「あいでもない、こーでもない」と楽しげなママ友の姿もちらほら。なんだか八戸の「断片」が、館内に散らばっているような気がしてきます。

館長の風張知子さんによれば、それが「はっち」の狙い。つまり館内で活動している元気な市民の姿も重要な展示のひとつ。観光展示も、全体像は把握できるものの、敢えて断片のみを提示して「わざと見えない部分を作る不満足な展示」を心がけているのだとか。

街や観光地へと誘う玄関口「はっち」で「発地型観光」をお楽しみあれ!



- 1:「鉦彫り」技法の唯一の継承者、大久保直次郎氏がナター本で仕上げた八幡馬が並ぶエントランス
- 2:浜の暮らししづりを一望できる模型。「詳しくは現地でご確認ください!」的な展示の手法に心くすぐられます
- 3:縄文時代後期後半の風張1遺跡から出土し、国宝に指定されている「合掌土偶」のレプリカの前で合掌してみても?

風張知子

「八戸ポータルミュージアム はっち」館長。コンセプトや設計など、「はっち」の立ち上げから関わる。常に「心惹かれる」企画で八戸を盛り上げる。

まちぐみ

旅行者が地域おこしに
参加してもいいですか？

「まちぐ(る)み」と書いて「まちぐみ」と読む！
八戸をおもしろくしたいなら、
誰でも参加受付中。

山本耕一郎さんの本業は、アーティスト。例えば、商店街を一軒ずつ取材して店主の最近嬉しかったことや、過去の武勇伝、趣味や特技などを、黄色い吹き出し型のプレートに印刷し、店頭に貼り出すという「うわさプロジェクト」を全国各地で展開するなど、アートという手段で街づくりを手がけています。

現在は八戸市を拠点に活動続ける山本さん。「まちぐ(る)み」という名のプロジェクトを2014年に立ち上げました。中心市街地にある「ポータルミュージアムはっち」を拠点に、八戸の街をおもしろくするためのアイデアを生み出し、それを表現する集団で



山本耕一郎

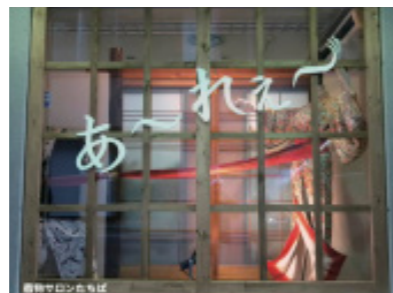
やまもと・こういちろう:まちぐみ組長。アーティスト。「アートとは、人に感動を与えたり、心の動ききっかけをつくること」との思いから、アートという手段で地域おこしに取り組む。野望は八戸市を「世界一面白いことをする街」にすること。続けていくコツは「無理」と「義務化」をしないこと。2012年に茨城県から八戸に移住。愛知県出身。キャロル・キングをこよなく愛し、常に左右の靴下の色を変えて着用するというバンクな一面も。

す。八戸をおもしろくしたいと思っていさえすれば、地元の方ももちろんのこと、県外在住者でも参加可能。組員は全国に散らばっており、小学生〜70代まで約100名(2015年1月現在)だとか。

「まちぐ(る)み」の活動内容は多岐にわたります。例えば、店舗から依頼を受ければ、店の外観をおもしろくリニューアルしたり、営業車をおもしろくラッピングしてみたり。そして、2015年4月には中心市街地に新たな拠点を設け、工房やショップなどが複合した「たまり場をつくる構想も」。「この街にいてよかった、と思えることが八戸の財産です」と山本さん。八戸の街でさまざまな人が知り合って、心の変化を起こすことを目的とした「まちぐ(る)み」の「しわざ」を鑑賞するもよし、仕掛けるもよし。まずは八戸の街へ！



写真は、自宅の一部を改築し地域のために開放している「山本さんち」。地元のおばちゃんから県外の人まで、あらゆる人が月替わりでマスターを務める「barスマモリ」を毎月一度開店するなど、山本さんは自宅ですら地域おこしのためのツールにしています。



「気になってるけど、なかなか入りづらい、ひとりじゃムリ...というお店に組員と一緒に出かけて、そのお店の情報を発信する」という「入りづらい店マッププロジェクト」など、八戸をおもしろくする企画が目白押し。その他、仏具屋の外観をフランスの老舗馬具ブランド風にアレンジしたり、悪代官に帯を解かれるマネキンを呉服屋のディスプレイに設置するなど、商店街で思わず目を引く「しわざ」を仕掛けています。「まち(る)ぐみ」へのお問い合わせは山本さんのブログ「山本さんち」、もしくは「ポータルミュージアムはっち」へ。

山本さんち <http://kasuga11.exblog.jp/21105976>

ポータルミュージアムはっち <http://hacchi.jp/>

2 まちぐみ組事務所

⑧ 八戸市三日町11-1 (八戸ポータルミュージアムはっち4F) ☎ 0178-22-8228

<https://www.facebook.com/koichiro.yamamoto.14>

イカす大畑カダル団

2011年の震災以降「地元の魅力」を発掘し、発信し始めるという動きが、青森県内でも目立ってきています。カフェやコミュニティスペースを拠点に活動し、旅行者も参加できるイベントや企画&運営も多数。20〜30代の若手青森人たちと交流することで、等身大の青森の暮らしぶりに触れて見ませんか？

旅人だって

「参加」できる街づくり。

「イカす大畑カダル団」に

「かだる」ませんか？

「かだる」という言葉をご存知でしょうか。これは青森県の方言で「参加する」という意味の動詞です。

下北半島の北部、津軽海峡に面するむつ市大畑地区。2015年に開湯400年を迎える薬研温泉には「カダル」という名のカフェがあります。実はこのカフェ、足湯付き。地域のお客さんはもちろんのこと、県外からの旅人も、等しく皆で裸足になって、薬研温泉の源泉から引き込んだお湯に足を浸し、コーヒーの香りに包まれながら「かだる」わけです。

このカフェを運営するのは「イカす大畑カダル団」。地域の住民が主体的にまちづくりへと参加することを目的に、大畑地区の若手が「かだる(集まっ)て」結成された有志のコミュニティです。現在メンバーは14人。代表は地元の曹洞宗円祥山大安寺で副住職を務める長岡俊成さんです。「地元を活性化するために、まずは大人たちがキラキラしているところを見せ、地域の子どもたちに元気を！」という考えを軸にして

活動中だとか。

毎年10月にカダル団が開催する「ミナカダ祭」は、県内外のアーティストによるライブパフォーマンスに加えて、地元飲食店によるフードコンテンツも盛りだくさん。大畑地区の名物的なイベントに成長中です。

※「薬研温泉開湯400年祭本祭(湯まつり)」が2015年7月4日(土)に開催予定



長岡俊成

ながおか・しゅんじょう:曹洞宗円祥山大安寺副住職。大学卒業後、東京での映像制作会社勤務を経て、2011年実家のお寺を継ぐために帰郷。最近読んだ本は『限界集落株式会社』。好きな音楽は畠山美由紀さんの楽曲全般。畠山さんは気仙沼出身。東日本大震災後、詩「我が美しき故郷よ」を発表するなど積極的に活動する姿に元気づけられ、地域の活動を頑張る原動力になっているそう。ちなみに無類の音楽好き。「お寺の息子ですが大学時代はゴスペル歌っていました」



46 薬研温泉カフェ kador (カダル)

⑧ むつ市大畑朝比奈岳1-21 ☎ 0175-31-0714

⑨ 11時~17時(L.O. 16時半) ※日曜のみ営業(月~土は不定期営業)

<http://kadarudan.com/kadar/>

※営業日にイベントスケジュールはHPでご確認ください。

2015年のミナカダ祭は10月17日(土)の開催予定。詳しくはfacebookでご確認ください

<https://www.facebook.com/ohatakadarudan>

ヒバ籠

材料から出づくり。
手編み「青森ヒバの籠」

緻密な木目が光を捉え、まるでそれ自体が輝いているかのようにも見えるから不思議です。顔を近づければ、森林浴をしているかのようなヒバ特有の芳香が漂います。薄いテープ状に調えたヒバ材を

手で編み上げたこの籠の作り手は、むつ市大畑地区在住の柴田円治さん。

40年間勤務した青森営林局ではヒバ試験林を見守ってきたという柴田さんが、製材時に出る端材を利用したいと試行錯誤の末に生み出したのがこの籠。その技術は「日本の籠の故郷」と称される岩手県一戸町の鳥越出身の父親の手業を見て身につけたものだそう。

籠に持ち手を付けたトートバッグや衣装ケースにも使える行李(こうり)など、作品のバリエーションも多数。



A4ファイルがすっぽり入るサイズのバッグは、手づくり木工館「わいどの木」などでも販売中です

ヒバ観光!?

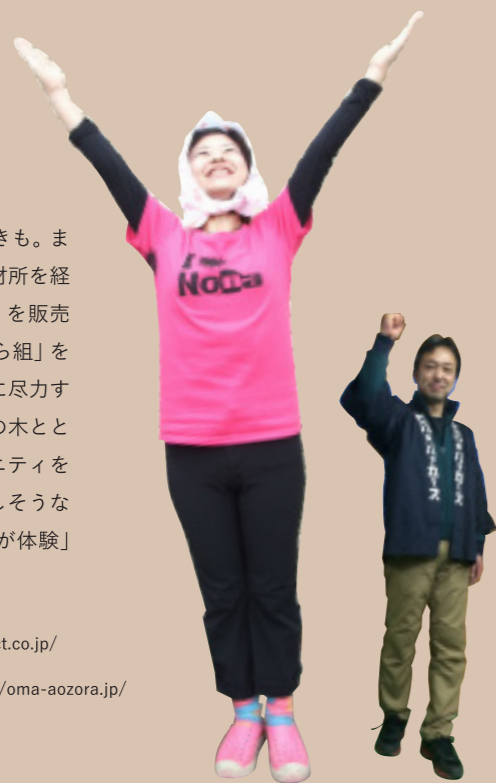
ヒバを軸に観光プログラムを開発する動きも。まぐろで有名な大間町で、ヒバ材を扱う製材所を運営しながら「マグロー筋・テーシャッツ」を販売したり、まちおこしゲリラ集団「あおぞら組」を束ねたりと、下北半島のプロモーションに尽力する島康子さん&英樹さんご夫婦。わいどの木とともに「ヒバ★バックカーズ」というコミュニティを結成。「なんだかかわからんが何かやらかしそうなイメージ」を資産に「ヒバの香りぶがぶが体験」などのコンテンツを開発中!

47 Yプロジェクト株式会社 <http://yproject.co.jp/>

47 あおぞら組のなまなま大間通信 <http://oma-aozora.jp/>

47 有限会社島木材工業

◎ 大間町大間字蛇浦道11-7 ☎ 0175-37-2071



わいどの木

ヒバの魅力をもっと身近に!
自由な発想でヒバと向き合う
暮らしぶり。

暮らしの中でヒバを身近かな存在にしたいと願うヒバ専門店「わいどの木」。アメリカ・シカゴ建築デザイン博物館グッドデザイン賞を受賞した「JAL国際線のお箸」や、製材時に出るおが粉を固めて防湿&消臭を狙った「ヒバ爆弾」など、食器から家具に至るまで多彩なヒバ製品を開発。4~11月にかけては木工体験を用意。総ヒバづくりの宿泊施設「わいどの家」では短期から長期まで滞在も可能です。

「最近、みんな買ったものや与えられたものの中で暮らしています。もっと自由な感性や発想力を伸ばすような暮らしぶりに気づく場として、私たちの施設を活用して欲しい」と代表の村口要太郎さん。ここでゆっくりと時を過ごすことで“新しいヒバ”の魅力と出合えるはず。



50 わいどの木

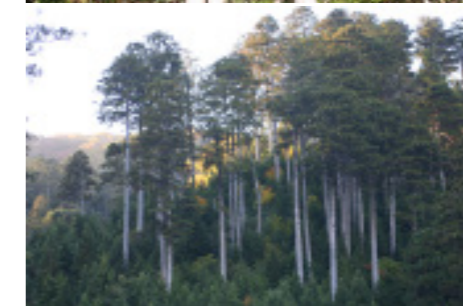
◎ 風間浦村易国間大川目6-7

☎ 0175-35-2147

◎ 9時~17時(※受付は平日のみ)

ydonoki@titan.ocn.ne.jp <http://ydonoki.jp/>

WOODS



青森の精神をも支える木。
ヒバとともにある暮らし。

青森県の県木でもあるヒバ。
まずはそのプロフィールをご紹介します。

ヒバとはヒノキ科の針葉樹。青森県の県木で「青森」という県名をヒバの「青々とした森がっつらな風景」からとったという説も。北海道南部から栃木県まで広く分布していますが、その蓄積の8割以上が下北半島と津軽地方に集中しています。

その特徴は耐久性。水や湿気に強く、驚くほど腐りにくいゆえ、神社仏閣の建材として重宝されていますが、「千人風呂」で有名な八甲田山の酸ヶ湯温泉など、県内の温泉の湯船や風呂場にも多用されます。その他、抗菌性や殺虫効果や防臭効果、さらにはアトピー性皮膚炎に対する効果などの可能性を探るべく、検証も進んでいます。

ヒバが材木として使えるようになるまで200~300年。厳寒の中で少しずつ(でも確実に)成長する姿は、青森県人の精神性や暮らしぶりとも重なるような気さえします。

秋田スギ、木曽ヒノキとともに日本3大美林と称され、平安時代の代表的な建築物のひとつである中尊寺金色堂にも使われている青森ヒバ。建材に風呂に食器に...という具合に、思いのほか青森はヒバだらけ。ヒバとともに営まれる青森ならではの暮らしぶりが、そこかしこに。

奈良 IN 野辺地

文化的ガラパゴス県、青森風の京都・奈良!?

東北地方の特産と、上方の文化や物資とをやりとりした江戸時代の廻船、北前船。青森県内には北前船の寄港地がいくつも残っています。しかも本州の最果ての地だけに、上方の文化がよく入り、それが今でもよく残っているというわけです。まさに「文化的ガラパゴス」。オリジナルに極めて近い上方の文化を、青森県で発掘することもできますよ。

家庭で食べ継がれてきたこの茶粥をつくるのは、松浦りつさん。なんと自らの畑で栽培しているカワラケツメイをその日に使う分だけ焙煎して炊いた茶粥をメインに、味噌貝焼き、長芋のツマを添えたホタテの刺身、野辺地では八杯豆腐と呼ばれる寄せ豆腐など、7品のおかずがズラリ居並びます。

茶粥は今でも奈良が有名。それがはるばる北前船で野辺地の町まで伝わってきたのでしょう。本州の最北端で、青森風に進化を遂げた上方の文化を味わう、というのも粋なものです。



44 松浦食堂
 ④ 野辺地町上小中野39-7
 ☎ 0175-64-3004
 ⑤ 11時～19時 日・年末年始休
 ※茶粥定食は前日までの要予約で1人前1550円。

青森風に進化を遂げた上方の食文化。「けつめい茶粥」で胃袋を癒やす!?

陸奥湾に面した野辺地町も北前船の寄港地。藩政時代にはヒト・モノ・文化の集う豪商たちの町でした。南部地方の大豆や干鰯が京大坂へ積み出され、それと引き換えに上方の文物が入りこんだといわれています。

朝まで飲み明かした商家の旦那衆が、締めの一品として胃袋を癒していたといわれるのが、写真の茶粥。その名は「けつめい茶粥」。「カワラケツメイ」というさやえんどうにも似たそれを陰干しして、焙煎機ではなく大きな鍋で焙煎したものが「けつめい茶」。ポリフェノールを多く含み、整腸・利尿作用、脂肪の吸収を抑える働きがあるので、二日酔いにも効果的。今でも野辺地の家庭ではたびたび供されるというこの郷土料理を、唯一飲食店として提供しているのが、野辺地駅前の「松浦食堂」です。



京都 IN 佐井村



52 箭根森八幡宮例大祭
 ④ NPO法人佐井村観光協会
 ☎ 0175-38-4515
<http://saikanko.sakura.ne.jp/>
 ※ツアーの詳細は「一般社団法人くるくる佐井村」へお問い合わせください (0175-33-0014 <http://saikanko.sakura.ne.jp/>)

本州の最北端に残っていた! もうひとつの祇園祭りで時空を超える!

下北半島の(…ということは本州の)最北端、まぐろでも有名な大間町の南に位置する佐井村は、断崖絶壁の景勝地、仏ヶ浦があることで知られる漁村です。

実はこの村には、京都の祇園祭の名残を今にとどめる秋祭りがあります。それが毎年9月14～16日に開催される「箭根森八幡宮例大祭」。北前船が持ち込んだ文物に影響を受け、

1696(元禄九)年に始まったとされるのがこの祭り。神楽や御輿、木製の車輪をつけた山車が村内を運行し、昼夜3日間にわたって絢爛な雰囲気各村を覆います。しかもこの間、人口2300ほどの村が無礼講状態に。主だった家は昼夜を問わずに門戸を開け放ち、集落の家を自由に出入りしつつ、盃を酌み交わして旧交を温めるといわけです。

地元の方々に混ざりつつこの祭りに参加できる、宿泊付きのツアーも企画中。衣装のレンタルはもちろんのこと、地元の方々と同じ扱

いで山車を引いたり、お酒を酌み交わしたり…という具合に、この祭りにどっぷりと身を預けながら、佐井村ならではの暮らしぶりに浸ることも可能です。

漁業も盛んな佐井村は、ヒラメやウニといった妙なる美味が盛りだくさん。祭の際に野菜と山菜と一緒に炊く「煮しめ」など、山里の古き良き料理も各家庭で受け継がれ、食べる楽しみも無尽蔵。本州の最北端で美味しい料理を味わいながら、なぜか都の面影を色濃く残した祭りに参加する…。時空を超える錯覚をご堪能あれ!



51 佐井村福浦地区の「漁村歌舞伎」

下北地方には、能舞や歌舞伎、神楽といった郷土芸能が今でも数多く残っていますが、中でも、漁師によって120年以上受け継がれてきた佐井村福浦地区の「漁村歌舞伎」は、明治時代に上方の歌舞伎役者であった中村菊五郎とその妻が地元の人たちに教えたのが始まりとされています。役者のセリフの多くは方言混じりで、演じる側と見る側が一体となる独特の雰囲気も、中央の歌舞伎とはひと味違う面白さ。毎年3月、福浦地区の「歌舞伎の館」で特別上演が開催され、鑑賞ツアーなども組まれます。

④ NPO法人佐井村観光協会 ☎ 0175-38-4515
 ※ツアーの詳細は、「一般社団法人くるくる佐井村」へお問い合わせください。
 (TEL0175-33-0014 <http://saikanko.sakura.ne.jp/>)



45 田名部まつり

むつ市にある田名部神社の例大祭。京都祇園祭りの流れを汲むといわれる5台の山車が一堂に会して樽酒を酌み交わし、来年の再会を誓う「五車別れ」でクライマックスを迎えます



けいらん

「けいらん」の名前はその名のとおり、だんごの白さと形が「鶏卵」に似ているから。室町時代に京都で点心として食されていたようです。



べこ餅

北前船によってもたらされた砂糖と伝統的な和菓子の製法で作られたといわれています。当初は白黒でしたが、地元の女性たちが互いにスキルアップを重ねて今に至っています。

北前船がもたらした上方の文化が、独特な気候風土で「青森化」!? 京都好きにもきくと響く「青森の京都」をご紹介します!

探せばまだある「青森の上方文化」!?

そこはかとなない「米国感」
基地のまち、三沢の暮らしへ。

国内にある在日米軍施設は多々ありますが、その中でも三沢市は基地と街との交流が盛んだといわれています。「米国感」が街中に溢れているのは基地のまちの共通点でもありますが、三沢のそれは和やかで賑やかです。人口約4万2千人と米軍関係者8千人が暮らす三沢市。およそ5人に一人がアメリカ人です。基地とともに日々を営む三沢の暮らしをちょっとだけ覗いてみましょう。



USA IN 三沢

本人は自分だけ!?なんてこともよくある話。市内には異国情緒溢れるバーが30店舗以上あります。初めての人でも気軽にバーを楽しみたいなら、その中の17店が参加する「アメリカンバー」がおすすです。「アメリカンバー ツアーチケット（ドリンク3杯1,700円）」を購入すれば、好きな3店を選んで、それぞれ1杯ずつハシゴ酒を堪能することも、お気に入りの1軒で3杯じっくり楽しむことも可能です。チケットは最初に入ったバーで、注文前に購入するだけ。ぜひ！

38「アメリカンバー ツアーチケット」

◎ 三沢市観光物産課 ☎ 0176-53-5111 (内線:359)
http://kite-misawa.com/eat/americanbar/

街中がアメリカン！
金曜の夜が最も賑やか♪

中古車販売店に並ぶ車の価格がドル表示だったり、基地のゲートからほど近いショッピングモール「スカイプラザミサワ」では、ありえない大きさのホールケーキが売られていたり、珍しい世界のビールが壁一面に並んでいたり…。そんな具合に異国情緒溢れる三沢の街。

「三沢でUSA」を満喫するなら、金曜の夜がおすすです。なぜなら、週末を迎える高揚感をたっぷり抱えた基地の人々が、次々とゲートから街へ繰り出し、街は深夜まで賑やかだから。バーの扉を開けた瞬間に、視界に入るのは100%外国人で、日

基地がきっかけで
誕生した美味を、
発祥の地で“食べる”喜び。

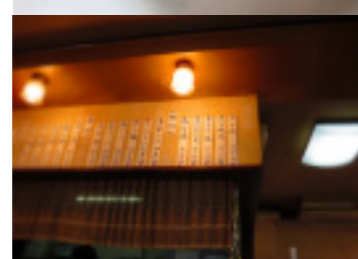
甘辛いタレで味付けされた牛のバラ肉と玉ねぎを鉄板で焼く「バラ焼き」。2014年の第9回B-1グランプリで「十和田バラ焼き」が念願のゴールドグランプリに輝き、バラ焼きといえば十和田市というイメージが全国的になりましたが、実はバラ焼き発祥の地は、ここ三沢なのです！

昭和32年、当時お好み焼き屋として創業した「赤のれん」が、アメリカ人が好まないという理由で格安で払い下げられていた脂身の多いバラ肉を、安価で入手できた玉ねぎと一緒に日本人好みの甘辛タレを絡めて炒め、「バラ焼き」として提供したのが始まりです。

こってりした牛バラ肉と、うまみをたっぷり吸った鮭色の玉ねぎは、白いご飯との相性も抜群。そんな至高のおかずを専用の鉄板でジュージュー焼けば、三沢の歴史を感じることができるかも…。

42 赤のれん

◎ 三沢市中央町2-1-23
☎ 0176-53-3333 ◎ 11時～22時 不定休
バラ焼き600円、上バラ焼き800円。
定食はそれぞれ+300円。



人生で「一、二を争う」逸品と、
この店なら出合えるかも。

その店の名は「から揚げ人生」。米軍基地のゲートから徒歩3分ほどの位置にあるこの店は、県外からも客を引き寄せる「から揚げ」の名店です。あらかじめ電話で注文した唐揚げを、2kg、3kg、という具合に（個数ではなく）目方で大量に買って帰るアメリカ人の姿も見かけます。お肉はかなり肉厚で、カラッと揚がった皮はパリパリです。一口頬張ると「ザクッ」という音とともに、ほんのりと醤油の香りをまとった肉汁が口いっぱいに溢れ、一瞬で笑顔になること間違いなしです。メニューは2ピース（鳥半分）の「から揚げ」と、ビール、コーラ、ウーロン茶のみ。その名の通り「人生」をから揚げにかけています。

43 から揚げ人生

◎ 三沢市平畑1-2-60
☎ 0176-53-5412
◎ 15時～21時 月休（祝日の場合は翌日休）
から揚げ700円



ちなみにインパクト満点なこの店名は、店主が人生相談や手相占いが好きだから。



夢の「旅先でBBQ」。
三沢では簡単に実現します。

「バーベキュー予約承ります」「焼き台貸し出します」三沢の街を散歩していると、そんな張り紙や看板が街中のお肉屋さんの店頭にあるのに気付くはず。バーベキュー用の肉を注文すれば、そこが公園であれ家庭の庭先であれ、お肉屋さんがバーベキューに必要なものを丸ごと配達してくれるのです。それだけでなく、炭火おこしもツールの回収も、お肉屋さんの仕事。旅先で手ぶらでBBQ…夢のようです。あ。ゴミの後片付けはご自身でお忘れ無きよう！

39 肉のいわま

◎ 三沢市大町2-2-12 ☎ 0176-53-5210
◎ 9時～19時 不定休 http://www.bbq.co.jp/

40 宮木肉店

◎ 三沢市堀口1-1-1 ☎ 0176-53-2151 ◎ 9時～18時半

41 肉のニシダテ

◎ 三沢市大町2-13-35 ☎ 0176-53-2020
◎ 8時30分～18時 日休（※予約時は営業）



み ろく横丁オープン当時からある「わが家」。カウンター8席のこの店は、家庭的な雰囲気が観光客にも人気です。おすすめは「八戸せんべい汁」。弾力を残しつつもやわらかく煮込まれたせんべいを食べに行ってください。

わが家

6 家庭料理 わが家

④ 八戸市三日町25 (みろく横丁)
☎ 090-7727-8676
◎ 16時～24時 (L.O. 23時半) 月休

STAFF CREDIT

制作 青森県観光国際戦略局
まるごとあおり情報発信チーム

編集 小林淳一
(株式会社コバヤシライス)

取材 浅沼サキ
小倉楓子
加藤あかり
加藤大地
川嶋慎吾
小瀧歩佳
近藤沙由理
紺野公恵
塩越もも
鈴木玲奈
田中真季
出川綾子
苫米地結子
成田真美

写真 西川幸治 (スタジオ2グラム)
長尾明子
松隈直樹
鳴海寿一
小山田邦哉
sono (bean)

イラスト 杉山 巧
長岡悦子

デザイン 根本真路

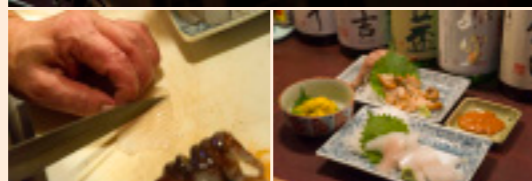
協力 石塚俊哉、風張知子、金入健雄、
上村鮎子、駒井秀介、坂本亘、
島野温枝、島康子、浄法寺朝生、
園山和徳、長岡俊成、鳴海智子、
西谷雷左、根市大樹、町田直子、
宮川克己、山部篤志、山本耕一郎、
称徳館学芸員のみなさま、
八戸市、十和田市、三沢市、
七戸町、五戸町、東通村



オ リジナル創作料理とフレンドリーな女将姉妹の南部弁が楽しめるこちらのお店。「トロトロ豆腐のステーキ」が人気です。外はカリカリ、中はグツグツとまるでグラタンのよう。うっかり火傷に注意です。アクセントにはお好みでタバスコをどうぞ。

4 おかげさん

④ 八戸市鷹匠小路1 (ロー丁れんさ街)
☎ 0178-45-0415 ◎ 17時半～23時 日・祝日の月曜休



新 鮮な刺身料理が食べたくなったら、こちらのお店がおすすめです。しめ鯖や午後に水揚げされたばかりの夕方イカなどどれも絶品。料理はもちろん、気軽に店主夫婦や常連さんと話せる雰囲気が大きな魅力です。店主夫婦に会いに県外から来る常連さんもいるそう。

3 北の家

④ 八戸市鷹匠小路4-7 (たぬき小路)
☎ 0178-44-5897
◎ 18時～翌3時 日休

三日町

はっち

わが家

みろく横丁

六日町

鷹匠小路

長横町れんさ街

おかげさん

おかげさん

プリンス

あきら

ロー丁れんさ街

北の家

北の家

たぬき小路

八戸昭和通り

五番街

あきら

い つも地元民の予約で埋まってしまうほどの人気店。その理由は簡単、メニューはなんと基本すべておまかせ、そして激安なのです。この腰の低さと確かな味で、昔から地元民のハートを掴んで離しません。旬の海の幸と田子牛や倉石牛を堪能できます。

7 あきら

④ 八戸市長横町18-14 (れんさ街)
☎ 0178-45-9891
◎ 18時～24時 日祝休

地元のニッチなカルチャーを巡る、

八戸横丁 街歩き!

飲み屋が軒を連ねる横丁が、網の目のように張り巡らされる八戸の中心市街地。街路には夕方から早い時間からネオンが灯り、飲み屋の中からは、賑やかで朗らかな、「酔いどれサウンド」が漏れ出していきます。地元の香ん兵衛のみなさんが行きつけの名店から、毎晩予約で埋まる人気店に至るまで、地元で暮らしている人の目線で案内してくれる、街歩きツアーをご紹介します。どうぞ酔い旅を!

プリンス

扉

を開ければ、奥様のチョイスだという素敵なシャツを身にまとったマスターの姿。グラスに注がれる鮮やかなグリーンは地元の名勝種差海岸をイメージしたというカクテル「種差」。その他「白浜」「燕島」など、八戸の名所をイメージしたオリジナルカクテルにマスターの遊び心が感じられます。飲み物は500円。日祝も営業中!

5 洋酒喫茶 プリンス

④ 八戸市長横町18 (れんさ街) ☎ 0178-44-1827 ◎ 17時～24時 無休 (12/31～1/1 休)

八 戸は港町。仕事で、観光で、と県外から多くの人が訪れます。そのため、飲食店が多く、夜遅くまで営業しています。旅先で「この街の友達がいたらなあ」なんてことありませんか? そんな「友達」の役割を果たしてくれるのが八戸観光コンベンション協会です。このツアーでは、「みろく横丁」を入口に奥へと進み、渋いけど美味しい飲食店が多い「長横町れんさ街」や、ミステリアスな雰囲気漂う「五番街」など、1時間で8つの横丁すべてを案内してくれます。街歩きをする、八戸に暮らしている人々の「飲み文化」に近づくことができます。最後は、130もあるお店の中からおすすめの一店舗に入るまでを案内してもらえます。

8 ガイド付き横丁探訪
④ 八戸観光コンベンション協会
☎ 0178-41-1661
集合場所: 八戸市三日町11-1
八戸ポータルミュージアムはっち
開催日時: 19時～19時40分
料金: 1000円/1名 定員: 10名
※要予約

青森カルチャーツーリズム MAP

南部・下北編

青森県



- 1 八戸市 八戸三社大祭 (八戸観光コンベンション協会)
- 2 八戸市 八戸ポータルミュージアムはっち
- 2 八戸市 カネイリミュージアムショップ (セレクトショップ)
- 2 八戸市 八戸南部製織工房 澄 (chou)
- 2 八戸市 まちぐ(る)み
- 3 八戸市 北の家 (八戸横丁)
- 4 八戸市 おかげさん (八戸横丁)
- 5 八戸市 洋酒喫茶プリンス (八戸横丁)
- 6 八戸市 家庭料理わが家 (八戸横丁)
- 7 八戸市 あきら (八戸横丁)
- 8 八戸市 横丁ガイド付き探訪 (八戸観光コンベンション協会)
- 9 八戸市 新むつ旅館
- 10 八戸市 八戸市営魚菜小売市場 (陸奥湊駅前朝市)
- 11 八戸市 靴のミウラ (イサバのカッチャ)
- 12 八戸市 河村呉服店 (イサバのカッチャ)
- 13 八戸市 陸奥湊Good Morning!元気ツアー (ACプロモート)
- 14 八戸市 イサバと朝市の陸奥湊観光案内所
- 15 八戸市 松竹湯
- 16 八戸市 八戸酒造(株)
- 17 八戸市 鮫銀座☆漁師の隠れ家はしご酒ツアー (ACプロモート)
- 18 八戸市 八戸館鼻壁朝市
- 19 八戸市 蕪嶋神社
- 20 八戸市 種差海岸インフォメーションセンター
- 21 八戸市 榎八幡馬
- 22 八戸市南郷 山の楽校
- 23 三戸町 貝守やまゆり会 (SAN・SUN産直ひろば)
- 24 南部町 達者村 (NPO法人青森なんぶの達者村)
- 25 田子町 遠清鍛冶 (漆掻き道具)
- 26 十和田市 十和田市現代美術館
- 27 十和田市 ウマジン
- 28 十和田市 十和田市馬事公苑 称徳館 モニュメント遊具UMA

- 29 十和田市 桜流鎧馬 (桜流鎧馬実行委員会)
- 30 十和田市 きみからスリッパ (匠工房)
- 31 七戸町 南部小絵馬 (鷹山宇一記念美術館 絵馬館)
- 32 七戸町 馬肉ラーメン (レストラン絵馬)
- 33 七戸町 南部曲屋育成厩舎 (ハッピーファーム)
- 34 七戸町 馬そり体験 (七戸町かだれ田舎体験協議会)
- 35 五戸町 山部商店 (雑穀)
- 36 五戸町 馬肉鍋 (尾形五戸本店)
- 37 五戸町 馬肉鍋 (尾形五戸本店)
- 38 三沢市 アメリカンパーツアーチケット
- 39 三沢市 肉のいわま (バーベキュー)
- 40 三沢市 宮木肉店 (バーベキュー)
- 41 三沢市 肉のニシダテ (バーベキュー)

- 42 三沢市 赤のれん (バラ焼き)
- 43 三沢市 から揚げ人生
- 44 野辺地町 松浦食堂 (カワラケツメイ茶粥)
- 45 むつ市 田名部まつり
- 46 むつ市大畑 薬研温泉カフェ kadar (カダール)
- 47 大間町 Yプロジェクト(株) 南島木材工業 あおぞら組
- 48 むつ市監野沢 つつじ生活改善グループ (伝承料理)
- 49 東通村 寒立馬 (尻屋崎)
- 50 風間浦村 わいどの木 (ひば)
- 51 佐井村 漁村歌舞伎 (歌舞伎の館)
- 52 佐井村 箭根森八幡宮例大祭