

# 「ひと×ひと」から始まる 新しい物語

真庭市各地で多くの出会いがあり、そこから新しい物語が次々と生まれています。今回はその中の、北房生活交流グループと上田地区で始まっている物語を紹介します。







北房生活交流グループの皆さんと地域おこし協力隊 かん ゆんす 姜 侖秀 隊員

# 北房×韓国

平成27年11月、北房振興局から生活交流グループの代表である南條祥子さんに、「地域おこし協力隊の姜さんに会ってみませんか」という誘いが来ます。それが、これから始まる自分たちの韓流キムチドラマの序章になるとは思いもしない南條さんでしたが、とりあえず姜さんに会ってみることにしました。

## 北房生活交流グループとは

北房生活交流グループの歴史は古く、その前進となる活動は今から60年以上昔に始まったと言われています。その頃は地区ごとにお互いの生活を助け合う活動として、農作業の繁忙期には幼い子どもの面倒を見る託児所のようなことをしたり、食事もみんなで集まって調理して各家庭に持って帰ったりするような活動をしていました。

活動は時代とともに変わり、いつしか食品の加工をするようになりました。例えば、境地区では、市場には出ないキュウリを使って「キュウリの変り漬け」を作ったり、小松地区では「焼き米」、才田地区はハヤトウリを使った「佐井田漬け」など。「佐井田漬け」は、県知事表彰を受けたこともあります。

しかし、レシピを記した資料などは残っておらず、漬物の技術が継承出来なくなってきたことや、そもそも漬物や焼き米を食べる人が減ってきたこともあって、最近ではあまり作られなくなってしまいました。また、高齢化よって活動に参加できる人も段々と少なくなり、町村合併後、真庭の生活交流グループに加入する際に、各地区にあったグループは一本化され「北房生活交流グループ」となりました。





北房生活交流グループの

# お母さんたち × 姜隊員

地域おこし協力隊

北房生活交流グループと姜侖秀隊員の出会いから始まったキムチ作り。今、そのキムチ作りが架け橋となり、次の新しい出会いと交流が生まれています。運命の出会いがなければ始まりなかつたキムチ作りについて、姜隊員と北房生活交流グループ代表南條祥子さんにお話を伺いました。



平成27年11月22日 韓国から先生を呼んでキムチ作り体験を開催

## 真庭に来てキムチを作るなんて考えていませんでした

地域おこし協力隊として真庭に赴任することになった時、まさか真庭でキムチ作りに携わることになるなんて想像もしていませんでした。

キムチ作りを思い立ったのは、北房の「農事組合法人清藤」との出会いがあったから。清藤さんの梨を見た時に、韓国の高級キムチには梨を擦りおろして入れることを思い出して、この梨を使えば真庭で美味しいキムチが作れるかもしれないと思いました。清藤さんとの出会いが、キムチ作りのきっかけです。

## お母さんたちがいてくれたから

北房生活交流グループのお母さんたちは「姜さんがいたからこそここまでできた」と言ってくれます。でも、

私は「お母さんたちだからこそできた」と思っています。

それは、キムチの本場が韓国でも、韓国のやり方だけでは「日本の野菜」を上手くキムチにすることはできないからです。例えば、日本の白菜は韓国のもの比べて水分が多く、韓国の調理法そのままでは上手くいきません。でも、お母さんたちは何度失敗しても長年の経験と勘で試行錯誤を重ねて乗り越えて、日本の野菜で美味しいキムチを作ることができるようになりました。

お母さんたちには、初めから役割分担があるから研究がスムーズに進みます。リーダーがいて、段取りをする人がいて、調理法を研究する人がいて、どんどん試行錯誤してくれているんです。私は準備とサポートをしているだけなんです。



真庭市地域おこし協力隊 姜侖秀 隊員



## 姜さんと出会って

姜さんの話は「北房の食材を使ったキムチを作ってみませんか」というもの。イベントに合わせて、おこわや鯖寿司などはよく作っているものの、キムチを作ったことなどありませんでした。最初はどうしようか悩みましたが、せっかくの機会、だし挑戦してみることにしました。

姜さんが企画した「キムチ作り体験」には地域の方と一緒に参加しましたが、その前に私たちはそのキムチ作りに必要なキムチの素「ヤンニヨム」を準備するため、姜さんが本場韓国から呼んでくれたキムチ作りで有名な先生にその作り方を教わりました。姜さんが通訳をしてくれて、作り方のポイントはもちろんのこと、「韓国では梨が高級食材であ

ること」や「梨が高級キムチの素を作るための材料であること」といった話も聞くことができ、徐々にキムチ作りに夢中になっていきました。

## 力を入れてきたキムチの素「ヤンニヨム」

昨年は、キムチの味を大きく左右するヤンニヨム作りに力をいれました。このヤンニヨムにも北房産のニンニクやショウガ、もち米、そして季節によっては梨を入れていきます。地域の食材を使いながらも、本場の味を損なうことがないように研究を続けました。その甲斐あって、今では美味しいヤンニヨムが安定して作れるようになりました。

これがあれば、北房だけではなく色んな地域の野菜を使ってキムチができて、地産地消にもつながると思



北房生活交流グループ 南條 祥子さん

っています。それに、山菜や野草でもおいしいキムチができることが分かったので、私たちはヤンニヨムを持ってあちこちへ出かけています。4月には落合の上田地区へ行き、上田小学校でタンポポの葉を使ったキムチを紹介したり、先日は美甘の方と一緒に美甘で採れたワラビを使ったキムチも作りました。

キムチ作りを通じて、市内各地にたくさん顔見知りができたことが何より良かったと思っています。元気に楽しく活動していくためにも、これからもっとたくさんの人と出会って一緒に何かしたい、そう強く思っています。



## 目指すのは地域みんなが参加できる活動

まだまだ試行錯誤を繰り返している研究中の私たちですが、この活動を地域みんなの活動にしていきたいと思っています。例えば、子育て中で忙しい人も合間に少し手伝って、手伝いに来ることはできないけど野菜を作ってくれる人がいて、というように、自分にできることで活動に参加してくれる人を増やしていきたいと思っています。そのためにも「笑顔で活動」をモットーに、私たちに合ったやり方で一歩ずつ前進していきます。夢を持たないと何も起こらないですから。



北房伝統行事ぶり市にもヤンニヨムを携え参加



# 上田むらの人たち × 和田さん

山菜採りなどを通じて自然を楽しむイベント「上田むらネイチャーワーク」。このイベントも様々な「出会い」によって生まれました。その出会いや今の活動について、ネイチャーワークスうえだの和田ひろみさんにお話を伺いました。



野山を歩き山菜採りなどを楽しむ「上田むらネイチャーワーク」

## 山菜博士との出会い

上田地区へ嫁いできたばかりの頃、「上田むらの山菜博士」こと石原徳吉さんのお宅で、凝固剤を使わない天然のこんにやく作りをされると聞いて参加させていただきました。その時には、月田のお菓子屋さん「月と田んぼ」の富山さんや地域おこし協力隊の山形さんも来られていたのですが、こんにやく作りの後で、石原さんが採って来られた山菜を使ったこれまで見たことも食べたこともない山菜料理に出会いました。

イタリア料理のシェフである山形さんのご主人が作るパスタや、富山さんの山菜を使ったオーガニックのグラタン。他にも様々な山菜料理が並んでいて、身近に採れる山菜でこんなにおいしい料理ができることに



ネイチャーワークスうえだ 和田ひろみさん

とても驚きましたし、山菜の素晴らしさにあらためて気づかされました。

## この楽しさを多くの人に広げたい

集まった方たちと山菜料理を楽しんでいる中、石原さんが「大人だけで集まっても楽しいじゃろ、これに子どもたちが来たらもっと楽しいでな」と。山菜だけでもこれだけ大人が楽しんでいるのだから、大人も子どもも一緒になつて、自然豊かなこの地域の野山を巡ればどれだけ楽しいだろう。この地域の自然やいろいろなことを知っている地域の人たち、そして旧上田小学校を生かして何か出来ないかと考えていた時だったので、「これしかない」と思っただけで、「上田むらネイチャーワーク」を始めました。





第2回「上田むらネイチャーワーク」では、北房生活交流グループがキムチを使った山菜料理を紹介

**北房生活交流グループとの出会い**  
北房生活交流グループの皆さんは、昨年4月に開催した上田むらネイチャーワークに家族で参加してくださった地域おこし協力隊の姜さんに紹介していただきました。「地域間の交流」や「世代間の交流」を目的としたイベント「やまびこマーケット」の第1回が旧上田小学校で開催された際、そこにキムチやヤンニョムを持って参加してくださったのが私たちの交流の始まりです。

**キムチ×山菜で新しい発見**  
2回目のネイチャーワークでは、参加者の方に石原さんと野山を巡って美しい花々を愛でたり山菜の採取を楽しんでいただいて、その後、北房のお母さんたちによる上田地区のタンポポで作ったキムチや、ノビルを使ったナムルなどといったこれまでにない山菜料理を食べていただきました。参加者の方も、新しい発見ができた大変喜んでくださっていたと思います。



北房生活交流グループのヤンニョムと上田地区のタンポポから生まれた「タンポポキムチ」

北房のお母さんたちは、とても生き生きとしていて、人とのつながり大切にしながら交流しておられることがすぐに分かりました。そして、ヤンニョムを色んな食材に生かすことに意欲的に取り組まれていたのですね、これはきっと山菜にも上手くつながると思います、2回目のネイチャーワークにお誘いしました。



上田むらの山菜博士こと 石原 徳吉さん

## お客さんも自分も楽しい ネイチャーワーク

上田地区に来てくれたお客さんとお喋りするの大好きで、和田さんが始めた「ネイチャーワーク」の講師を楽しんで引き受けています。

わざわざ来てくれるお客さんにどこでも食べられるようなものを出しても意味がないと思います、この地区で採った山菜を食べてもらうこととしています。

**人と人とのつながりや出会いを糧に**  
私がかこうして色んなことに挑戦することができて、それが前に進んでいるのは、この上田地区で20年以上に渡って地域を活気づけてきた「上田むらおこしの会」が、常に「人と人とのつながり」を大切にしてこられたからです。皆さんがいつも温かく応援してくださるので私ももつとがんばろうという気持ちになります。

タンポポキムチができたことも、石原さんや姜さん、北房生活交流グループのお母さんなど、たくさんの方との出会いが重なり合って出来たことです。これから先もそんな出会いと地域の方とのつながりを大切にしていきたいと思っています。

20年以上に渡って上田地区を活気づけてきた「上田むらおこしの会」





# 「ひと×ひと」

「ひと」は太古の昔から、交流によって生活を変化させてきました。  
それは、今の真庭でもきっと同じです。

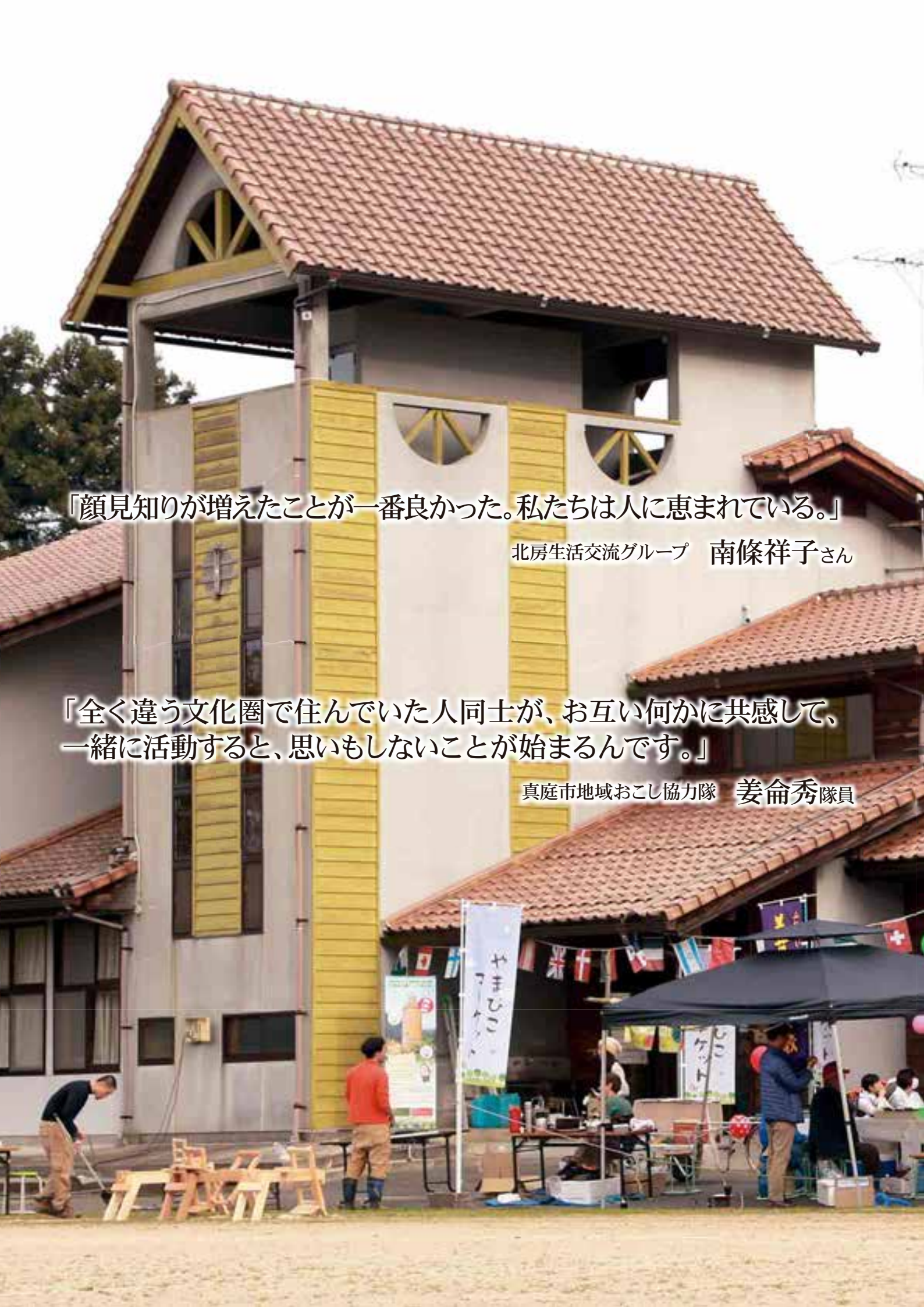
「人間関係で悩まされることもあるけど、元気になったり前に進める  
きっかけをくれるのも人だから、怖がってないで人と関わろうと自分  
に言い聞かせているんです。」 ネイチャーワークスうえだ 和田ひろみさん

「地域を守ろうとするなら、もっと人と人とのつながりが必要じゃ。  
人が寄って社会ができとるんじゃけえなあ。」

上田むらの山菜博士こと 石原徳吉さん







「顔見知りが増えたことが一番良かった。私たちは人に恵まれている。」

北房生活交流グループ 南條祥子さん

「全く違う文化圏で住んでいた人同士が、お互い何かに共感して、一緒に活動すると、思いもしないことが始まるんです。」

真庭市地域おこし協力隊 姜侖秀隊員