



真庭市議会議長 竹原茂三

新年、明けましておめでとうございます。皆さまにご家族おそろいで、明るく希望に満ちた新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

昨年を振り返ってみますと、市民参加の推進、分かりやすい議会を目指して、1月には「人口減少と地域活性化」、11月には真庭市が策定した「まち・ひと・しごと創生総合戦略」をテーマに、議会地域報告会を市内9カ所で開催し、大勢の市民の皆さまにご参加いただき意見を交わしました。今後もうこういう対話の機会を大切に、より身近な議会にしていきたいと思います。

本議会では、平成24年度に「議会基本条例」を制定し、開かれた議会を目指して改革に取り組んでいるところですが、その中で、社会経済情勢や議会の担うべき役割などに鑑み、議会の

活性化、議員定数、報酬について議論するため、昨年9月に「真庭市議会活性化特別委員会」を設置しました。1月31日には、議員研修の一環として、議会改革の専門家である山梨学院大学江藤俊昭教授をお迎えし、「真庭市議会の将来を考える」と題して講演会を開催します。皆さまのご参加をお願いいたします。

本市では、急激な人口減少と高齢化にいかに対処するかが大きな課題となつていきます。そのような中、多彩な真庭の豊かな生活「真庭ライフスタイル」の実現を目指し、人口の社会増を目標に、議員一丸となつて取り組んでまいります。

本年が皆さま方にとりまして輝かしい年になることをお祈りし、新年の挨拶といたします。



真庭市長 太田 昇

新年、明けましておめでとうございます。皆さまには、希望あふれる輝かしい新年をお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。

真庭市は、市制施行10年という節目を越え、新たな歩みを始めました。市政の最重要課題は、少子高齢化社会にあつて、永続して安全安心で豊かに暮らすことのできる真庭の礎を築くことです。総合計画に基づき、「まち・ひと・しごと創生総合戦略」をはじめとする政策を着実に実践してまいります。この間、バイオマス発電や木材需要を増大させる新構造化材CLT（直交集成板）関係、産業団地への企業進出などで、地域経済は好循環に向きつつありますが、各地で展開し始めた地方創生事業を加速させて相乗効果を出し、雇用の拡大、交流定住人口の増加

コミュニティの再生を目指していこうではありませんか。

真庭には、さまざまな魅力ある文化活動やまちづくりのうねりがあります。落合総合センターが完成し、中央図書館や北房の教育施設なども整備します。加えて、出産・子育て環境をさらに充実させるとともに、子どもの生きる力と学力の向上を図ってまいります。

今、真庭は躍動の時を迎えています。多彩で豊かな生活「真庭ライフスタイル」を実現し、日本の農山村のモデルにするため、果敢に挑戦してまいります。次世代に誇りを持って愛するふるさとをつなげていくために。

結びに、市民皆さまのご多幸とご健勝をお祈り申し上げ、新年の挨拶といたします。

特集 伝えていきたい食文化

あなたが育った
味がある
あなたが求める
味がある
あなたを待ってる
味がある



季節を問わず何でも食べたいものが手に入る今の時代、あらためて食について考えてみませんか。今回は真庭の食文化や受け継がれる食、新しい取り組みなどについて紹介していきます。

家庭の味を見つけて後世へ

地域の魅力や味を伝える活動をしているグループの一つ、「くわの実会」会長として、また、地域資源を活用した6次産業化に精力的に活躍されている大石清子さんに、会の活動や家庭の味を伝えるということとはどういうことなのかなどお話を聞きました。

行事食をレシピ化

「くわの実会」ではシイタケなどを使った加工品の開発や販売、秋のお祭りシーズンのさば寿司づくりと忙しくさせて頂いていただいています。活動の一環で、味は受け継がれても、

レシピがなかった、お祭りやお祝いごとに食べる行事食のレシピ化に取り組んだことがあります。レシピ化したのは、あくまでもわが家の味です。若い人でも作れるように、調味料をどれくらい入れたらいいかグラム単位で量り、味を

見ながらレシピを作りました。レシピ通りに作れば、ある程度は同じ味を出せますが、レシピを基にアレンジして、自分の味を作ってほしいと思います。その味を次の代へと伝えていき、やがてそれが家庭の味になっていけば嬉しいのです。

昔の人の知恵を伝える

家事のすべてが人力の時代に、料理は実家の母と姑さんに教えてもらいました。印象に残っている教えは、だんごの粉を作るときに、水洗いした米を縁側などで「寒干し（乾燥した冷たい空気にさらし乾燥させること）」にすること。冷蔵庫でも乾燥させることはできますが、食べ比べてみると、寒干ししたほうがおいしく感じるんです。私は、昔の人のすばらしい知恵を大事しながら、時代に合わせアレン

楽しんで作らないとおいしいものはできません

ジして後世に伝えていくことが大事だと考えています。

家庭の味を伝える

昔のように家庭の味を、お母さんやお姑さんから教わりながら覚えていくということは、核家族化や勤めをしながらでは難しい時代ではないのでしょうか。家庭の味というのは決まったものではなく、各家庭でそれぞれ違います。あるお家では家庭の味といえばおみそ汁というところもあるでしょう。手間のかかる料理で

はなく、毎日食べる料理でいいので、まずは自分の味を見つけてください。それを家庭の味として、意欲を持って伝えたいと思うのが大事です。そして、楽しんで料理を作ってください。私のモットーは『楽しんで作らないとおいしいものはできない』ということです。何事も楽しんで取り組めば、きっといい結果がついてくると思っています。皆さん、それぞれの家庭の味をぜひ見つけて、後世に伝えていってください。



くわの実会 会長
大石清子さん(月田)



おばあちゃんが作っていた味として人気のさば寿司づくり

昔ながらの味と 歴史を伝える銘菓 落合羊羹

落合地域で古くから作られ、真庭のお土産としても定番の落合羊羹。舟形の羊羹は真庭ブランドにも認定されています。地域の味として愛され続ける落合羊羹の歴史などを紹介します。



落合羊羹(舟形)

落合羊羹の特徴

甘さや食感など製造業者によってさまざまですが、表面がうすく糖化するのが落合羊羹の大きな特徴。この固くなったところが好きということで、日にちをおいて食べる人もいます。

町史から見る歴史

平成16年に発行された『落合町史通史編』によると、「落合での羊羹製造創業年代は一様ではないが、早い店は明和期（1764年）の頃からともいわれ、古見屋・西口屋・梅田屋・藤屋・福本屋・山地屋・加藤店などが営業し、名品羊羹が定着した。」また、「落合羊羹発祥は、高瀬船で上がってくる和三盆と呼ばれる粒子の細かい上等の砂糖と、寒天も手にはいり、味の良い名品備中小豆・名産西条柿・栗など特徴のある原料を利用した羊羹が作られ始め、木山宮参りの土産等にも珍重されたことから当地の名産品として発展、定着していった。」とあります。

高瀬舟との関係

落合羊羹といえば舟形の容器に入った羊羹をイメージされるのではないのでしょうか。かつて旭川では高瀬舟を使った流通が盛んでした。元禄2年（1689年）、『作陽誌』に「垂水村の内、備中川と高田川（旭川）と相会する所落合と名付く。民間船19艘あり。米穀薪炭積以岡山に運送す。向津屋村船12艘有り。」と記されています。この地域の発展の一躍を担っていた高瀬舟を模して、昭和30年代に一口サイズの舟形の羊羹が作られ、食べやすさと手頃な価格ということで、地域に広まったといわれています。



川べりに並ぶ高瀬舟(引用元:落合町史通史編)

落合羊羹製造業者

(株)古見屋羊羹

真庭市落合垂水199
TEL0867-52-0005



加藤商店

真庭市落合垂水47
TEL0867-52-0144



(有)おちあい羊羹

真庭市栗原1628-4
TEL0867-54-0832



(有)西口屋本店

真庭市落合垂水93
TEL0867-52-0065



(有)梅田屋羊羹店

真庭市落合垂水183
TEL0867-52-0042



現在、5つの製造業者で昔ながらの味を今に伝えています。

家庭の味から多彩な食文化へ

真庭の食とはどのようなものなのか。真庭の食生活の改善や健康づくりのための普及活動に取り組んでいる真庭市栄養改善協議会会長の植田久子さんに、食文化や今に受け継がれている食などについてお話を聞きました。

真庭の食文化

真庭の食文化とは何かを考えたとき、これが真庭の代表という一つのものではなく、地域や家庭でそれぞれ違う味が受け継がれる『多彩な食文化』がある地域と言えるのではないのでしょうか。地域や家庭で

受け継がれる味は、調理方法だけではなく、食材を選ぶことから始まり、どんな器を使つて食べるか、どのようなものにするかなどいろいろな要素によつてできるものだと思います。先人がそれをどこで培ってきたかと考えると、やはり家庭です。各家庭それぞれの「家

庭の味」が受け継がれてその家の食文化となり、それが地域へと広がつて、『多彩な食文化』を作っていくのではないのでしょうか。これから、真庭のおいしい食材を使つて『真庭の代表』と言えるような食文化ができればいいですね。

受け継がれている食

真庭では、お米を使つた行事食や郷土料理が多く受け継がれています。お米は、古来お祝い事で神様に感謝する際の貴重な食糧として大切にされてきました。お祝いの際にだけ、普段は食べないお米やお餅を食べるという習慣があり、家庭で食べられた特別な料理を行事食といえます。例えば、正月に食べるお雑煮は、出汁の素材や味付け、具などが地域や家庭でさまざまですが、ほとんどの家庭で受

真庭のおいしいものをたくさん食べてください

け継がれている行事食といえます。郷土料理は、日常生活の中で、食材を無駄なくおいしく食べるために考えられた料理です。例えば、真庭では秋のお祭り時期には「さば寿司」を食べる習慣がある地域が多いですね。海から遠い地域では、長く保存するために塩漬けされたサバを調理しなければいけませんでした。そのサバをいかにおいしく食べるかという人々の生活の知恵から生れた郷土料理といえます。

感謝の気持ちを忘れず

昔は、食材がすぐには手に入らず、季節ごとに採れる食材に感謝しながら生活していました。今は何でもお金を出せば手に入りますが、私は、少し寂しく感じています。旬の食材を食べることができ、命をいただいているという感謝の気持ちを持つて各家庭で食卓を囲んでください。私たち栄養改善協議会も皆さんとともに料理教室などを通じてそのことを伝えていきます。



真庭市栄養改善協議会 会長
植田久子さん



旬な味を召し上げられ

勝山地区を中心に栽培されている「勝山やまのいも銀沫（ぎんしぶき）」。その栽培に至った経緯や現在の取り組みなど、かつやまのいも生産組合組合長綱島孝晴さんにお話を聞きました。

はじめは60ギの種いもから

合併前の勝山町時代の農業委員会、滋賀県の秦荘町（現愛荘町）のヤマノイモの種イモを使って勝山で栽培しては



どうかと話になりました。視察を兼ねて秦荘町から種イモ60ギをもらってきて、有志で栽培を始めたのが最初です。

秦荘町の人からは、真庭の土には合わないと言われましたが、真庭農業普及指導センターなどの協力もいただき、試行錯誤しながら形がいいイモの栽培できるようになってきました。そして、平成16年に「かつやまのいも生産組合」を結成し、現在34戸で栽培しています。

粘りと甘みが特徴

神庭の滝の銀白に輝く飛沫が畑に舞い散り、ヤマノイモになったという想定と、切り口の表面が銀白に輝く飛沫に似ていることから「銀沫」という名前にしました。

銀沫は、あくが少なく風味がよく、すり下ろすと、つき

たての餅のような粘りと甘みがあり、口当たりがなめらかなのが特徴です。

この味を広めたい

勝山観光協会とプロジェクトチームを作り、銀沫を提供している16店を掲載した「やまのいも銀沫提供店マップ」



すり下した銀沫



やまのいも銀沫提供店マップ
駅や道の駅、観光協会で無料配布しています



かつやまのいも生産組合
組合長 綱島孝晴さん(岩井谷)

銀沫の味を ご堪能ください

を作成しました。それぞれのお店でいろいろな味を楽しむことができますので、マップをもつて食べ歩きをしてみたいかがでしょう。銀沫は、胃腸にもやさしく健康にもいいので、多くの皆さんに食べてほしいと思います。

まにわ食育・健康まつり2016 「健康で笑顔がすてき真庭人」 ～地域で支える健康づくり～

食育や健康づくりに役立つ内容が盛りだくさんです。皆さんぜひご来場ください。

- 日時 1月17日(日) 11:00～15:30
- 場所 勝山文化センター
- 内容 体験・展示(食育・健康クイズ、医療相談コーナー、加工品などの販売 など)

■講演:14:00～

「子どもから大人までみんなで食育～あなたの食の知識はまちがっていませんか?～」

■講師:太田浩子さん(消費生活アドバイザー、薬剤師)

☎ 健康福祉部健康推進課 宮本・兵江 TEL 7-42-1050

発酵の魅力を伝え真庭を発信

発酵で地域を盛り上げようと活動している「まにわ発酵,S」。発酵を生業としている企業の若手後継者らで結成されたこのグループはどのようなグループなのでしょうか。代表の河野尚基さんにお話を聞きました。



真庭と発酵

真庭は、旭川の軟水と備中川の中硬水という異なる成分の水が流れる珍しい地域。豊かな自然と水に恵まれ、古くから多くの醸造業が栄えてきました。現在、創業212年の伝統ある蔵元御前酒蔵元辻本店をはじめ、発酵を生業としている企業は10社。酒、みそ、しょうゆ、酢、パン、チーズ、ワインなど、多くの発酵文化が息づいているまちです。

「まにわ発酵,S」とは

「発酵食品のおいしさ、楽しさを通じてこのまちや真庭のブランドをもっと知ってもらいたい」「そんな思いを持って、昔から発酵と付き合っていた人、新しく発酵と関わり始めた人たちが集まり平成24年に結成したのが「発酵,S」です。

発酵文化を伝えたい

真庭の発酵文化を知っていただくために、発酵食品を使った料理やお酒を楽しむイベント「the発酵」、「発酵,S」に参加企業を巡るツアーなどを行いました。大阪府高槻市で食のイベントも開催し、市外の人にも知っていただく取り組みもしました。

また、メンバー同士の交流が深まり、今回「粕酢」という新しい商品を開発することができました。これは御前酒蔵元辻本店の酒粕と、河野酢味噌製造工場の酢を作る技術で生まれたものです。これからも新しい商品を、仲間たちと一緒に作っていききたいですね。

日本中に伝えたい

素晴らしい発酵文化の息づくまちと真庭ブランド、そして、発酵に携わる人々たちを、若い世代の人や市外に移り住んだ真庭出身の人に、そして日本中に広めたいという思いを持って活動していきます

発酵食品のおいしさ
発酵文化の楽しさを伝えていきます

発酵'S参加企業



発酵'Sロゴ

(有)河野酢味噌製造工場
御前酒蔵元辻本店
榎落酒造
ひるぜんワイン有限会社
蒜山ラッテパンピーノ チーズ工房
IL RICOTTAR(イル・リコッター口)

まにわ発酵'S 代表
河野尚基さん(久世)



家庭の味地域の味をご紹介 **地域のお雑煮**

お正月といえばお雑煮。市内でも地域や家庭によって、しょうゆ味やみそ味、ブリやハマグリを乗せるところもあります。今回、蒜山地区（川上地区）と北房地区のお二人にお雑煮を作っていただきました。



大きなブリが入った北房地区のお雑煮

北房の一般的なお雑煮は、大きなブリを入れた「ぶり雑煮」です。昔は塩ブリを使っていたいますが、今は生のブリが手に入りますので、前日から塩を振って準備をしておきます。お出汁の特徴として、ブリを煮た後の煮汁を使うというのではないのでしょうか。煮汁をいりぼしの出汁と合せて、しょうゆ味に仕上げます。家によっては、みそ味のところもあります。乗せる具としては、ゴボウは欠かせないですね。ハウレンソウや

食べに来てほしい地域の味「ぶり雑煮」



郷原漆器の雑煮碗を使って食べる川上地区のお雑煮

倉敷から蒜山に嫁いで50年が過ぎました。嫁ぎ先のお雑煮は、大きなお鍋に煮干しで出汁をとり、しょうゆで味付けした濃いめのお汁をいっぱいにつくり、それを少しずつ温めてお餅にかけて食べます。お正月以外はウルメイワシの削り節を使いますが、お正月は特別に郷原漆器の雑煮碗に、家で削ったかつお節をたつぷり乗せ、川からバイカモやセリを採って来て、さつと湯通しをして乗せます。他の家庭ではハウレンソウやカマ

これからも受け継いでいきたいわが家の味



なかつい陣屋
竹中博子さん(下中津井)

水菜、味のりを乗せる家もあります。北房ぶり市の日には、皆部商店街やなかつい陣屋などで、ぶり雑煮を提供しています。多くの皆さんに食べてもらって、北房の味としてこれからも伝えていきたいと思っています。



戸田房子さん(蒜山西茅部)

ボコなども乗せていただいています。私は義母から教わったお汁とかつお節だけのシンプルなお雑煮が好きです。決して豪華ではありませんが、これからもわが家の味として、子どもや孫に受け継いでいきたいですね。

北房ぶり市

300年以上の伝統をもつ歳の市。特産品や植木、陶磁器など様々な商品を並べた数多くの露店が軒をたらし、昔ながらの「ぶり小屋」や代官が詰める関所も再現。ぶり雑煮を提供するお店も出店します。

- 日時 2月7日(日) 10:00～16:00
- 場所 皆部商店街
- 駐車場 北房振興局、旧至道高校



圃 真庭商工会北房支所 TEL0866-52-2711