

里山里海アクティビティ「能登なう。」ツアー 体験記

金沢大学人間社会学域 地域創造学類 地域プランニングコース 2年 榎屋晴香

能登資源。

見る・聴く

- ・農業体験談
- ・星空
- ・神社巡り
- ・民話
- ・棚田&畜産見学

交流する

- ・地域の人との食事会
- ・金蔵自然文化研究所での宿泊
- ・公民館&集会所見学

体験する

- ・そば打ち
- ・きじ肉のだし
- ・雪囲い
- ・ネギの皮むき
- ・干し柿作り

① そば打ち体験 (穴水町四村)



まず、石臼でそば粉を作りました。石臼の穴にそばの実を少しずつ入れて、ゆっくり回すと、ゴーといういい音がしながら、そば粉が出てきます。石臼を使うのは初めての体験でしたが、見た目以上に力のいる作業でした。

そばの実は、ある程度やせた土地で育ち、水もあまり必要ないそうです。そばはタテ科の植物で、穀物ではありません。夏と冬の年二回収穫があります。そばにはルチンという物質があり、食べると血管強化作用があるそうです。

穴水のそばは生地を練るときにすりおろした丸芋を加えるそうです。水はそば粉の40%ほどの割合で加えます。耳たぶの堅さになるまでよく練ります。そして、打粉をまぶした板の上で「にゃんこの手」で棒を持ち、生地を伸ばします。生地を折りたたみ、包丁で細く切るのですが、均一な幅で切ることもなかなか難しかったです。最後にお湯で一分ほど

ゆで、水でしめて出来上がりです。今回は、きじ肉のだしを使った温かいそばをいただきました。きじ肉を食べるのも初めてでしたが、すごく深い味で驚きました。おにぎりと漬物も一緒にいただきました。また、食事のときに「きりしまツツジ」や「カヌー体験」や「峨山道のお米」のお話も伺いました。5月中旬頃にツツジとカヌー（まだ寒いかもしれませんが・・・）の旅を企画したいなと思いました。

② 雪囲い&干し柿体験と食事会（輪島市金蔵地区）

金蔵自然文化研究所は空家を活用したゲストハウスに、一泊 1500 円という驚きの安さで宿泊することができました。ここでは、カヤで雪囲いをする方法を教わりました。カヤとはススキのことで、この研究所の雪囲いには約 2~3m のカヤが使われていました。家をカヤで囲うと、厚さがあるので温かくなりますが、家の中が少し暗くなるそうです。私たちは翌日、七尾市でカヤをまとめる作業を行いました。



近くに柿の木があったので、干し柿作りも行いました。柿は高いところに実ってい



るので、竹でできた柿取り棒を使いました。風で柿の木の枝が揺れていましたが、約 40 個収穫できました。その後、民家を改装した寄り合い所のようなところで、炭火の前に座りながら、柿の皮をむきました。一日に 25 個の柿の皮をむいたのも人生で初めてでした。時間はゆったりと流れ、優しい照明や木造の家、地域の人たちの話し声に囲まれて、とてもほんわかとした癒しのひとときを過ごしました。

夕食もその寄り合い所でいただきました。炭火で焼いた豆腐・こんにやく・焼きおにぎりと自家製の味噌との相性はとても良く、本当においしかったです。三種類の味噌が食卓に並び、それぞれ違う風味を醸し出していました。また、地域の方に作っていただいた酢の物、お好み焼き、サラダ、みそ汁、ふろふき大根などもおいしいだけでなく、健康にも良い食事となりました。中国から来た留学生の孫林さんも香辛料を使った肉料理や中国風大学芋のようなものを作ってくれました。みんなで地域の文化やお祭りや将来の夢についての話もしました。私は一人暮らしをしているので、夕飯は一人で食べることも多いのですが、地域のみなさんや友達との食事会にはぎやかで幸せなひとときでした。



③ 能登牛の畜産見学 (能登町上町)



私たちが見学させていただいた牛舎には約 30 頭のオス牛がいました。この牛は全て生後 28 ヶ月後には、牛肉として出荷される予定です。私たちは牛舎に入る前に靴の消毒を行いました。そして、中に入ると牛の大きさと迫力に圧倒されてしまいました。牛が本当に低い声でモォーと鳴いていたのがおもしろかったです。牛には角がありますが、仲間同士で傷つけあってしまうこともあるため、切る所も多いそうです。ちなみに中瀬さんは牛を捕まえるときに角を持つので、切らないでおくそうです。牛はゆっくり動くので、見ていると和みますが、畜産は所得率があまり良くないので、「好きじゃないとやってられない」そうです。“食”が人生の基本であるはずなのに、飽食の時代に生きる私たちには、もっと食のありがたさや大切さを感じる機会が必要だと思いました。食卓に食材が来るまでのことや日本の食糧自給率のことを考えてみることも大事ですね。

④ 棚田見学&黒髪神社 (輪島市門前)

晴天にも恵まれ、遠くまで見渡すことができました。三重県出身の私にもどこか懐かしく感じられる風景でした。輪島市の公民館で「黒神棚田の米」についてお話をいただきました。輪島市の高齢化と過疎化の現状を「棚田の米」で乗り越えよう！という強い熱意と郷土愛が伝わってきました。自分達が作っているものに誇りと自信を持っているのはとても素敵なことだと思います。私たちも棚田のお米のおにぎりをいただいたのですが、調味料なしでも本当においしく、噛むほど口の中で甘さが広がりました。塩も入っていないご飯をこんなにもいっぱい食べたのは初めてです。お米本来のおいしさとは、こういうものなのかと実感しました。



その後、黒神棚田の米の名前の由来となった黒髪神社を訪ねました。そこには立派なお神輿がまつられていて、地域の方が神社やお神輿について説明してくださいました。その地域の歴史や文化に触れる機会を持つことで、今まで見たり味わったりしてきた輪島を更に深く感じることができました。今度は鳴き砂で有名な琴ヶ浜で遊びたいです。

⑤ 白ネギ皮むき&カヤまとめ （七尾市中島町）

上島集会所ではお昼ごはんをいただきました。ネギ味噌が入ったおにぎり、野菜炒め、ツミレの味噌汁、漬物はどれもおいしく、温まりました。集会所には地域の方たちの写真が飾られており、地域の居間のような感じがしました。もう少し地域の方とお話がし



たかったのですが、食事が終ると白ネギの皮むき体験に行くことができました。ネギの皮をむく機械があること自体初めて知ったのですが、その音と風圧は驚くべきものでした。私たちも一人ずつネギの皮むきに挑戦しました。私はネギがあまり好きではないのですが、この作業はかなりおもしろかったです。ネギ業についてのお話も伺い、私の中でネギの存在が変わりました。

最後に、カヤをまとめる作業のお手伝いに行きました。両腕で輪を作ったぐらいの太さのカヤの束を二本のビニールロープで結ん

でまとめます。一人ではまとめきれないぐらいカヤにはボリュームと長さがありました。二人で十束まとめるのが目標でしたが、達成できませんでした。一本一本は軽いのに、束になると重くて運びづらかったです。冬を暖かく過ごすための準備がこんなにも重労働なことに驚きました。スイッチひとつで暖まるエアコンのありがたさが身にしみる体験でした。



⑥ 全体を振り返って

能登には「初めて」と「驚き」がいっぱいありました。そして、いつ来ても食のありがたさや自然の魅力に触れることができます。金沢大学生の世界を広げる可能性を能登は秘めていると思います。