

奈良市東部の素の姿、四季に寄り添う里山の暮らし。

su-toubu

2016 夏
Vol.2

す・とうぶ



特集
里山のけんずい
ほがしわ
弁当

奈良市の里山で、
自然と、人と。

Take Free

す・とうぶ

奈良市街地から車を走らせること30分。古来春日大社の神山として信仰の場であった春日山の東に素敵な場所があります。

澄んだ空気、茶山、棚田…。街からそんなに遠くもないのに、どこか懐かしい。

「す・とうぶ」とは「素」の「東部」。

私たち奈良市東部地域おこし協力隊が活動する田原・柳生・大柳生・東里・狭川の五つの地域に暮らす人々の四季折々の生活を通して、都会から移り住んだ協力隊だからこそ感じる里山の暮らしの豊かさをお伝えします。



狭川東町にて。
田植えが終わったばかりの田んぼ。

ほがしわ弁当、仕事の合間の初夏の味。

初夏を告げる朴の葉

奈良市東部地域は、
県北東部に広がる大和高原の一部。

中山間地で昼夜の寒暖差が大きく、良質な大和茶や米の産地として古くから農業が盛んに行われてきました。



5月、ここ東部地域では次々に田植えが始まります。同時に茶山にも人々の姿が見え始め、農繁期の始まりです。時期を同じくして、若葉をつける朴の木。日差しを浴びキラキラと揺れる様は、夏の始まりを告げているようです。

朴の木は低山によく見られる落葉高木樹。ここ東部地域にも多く自生しています。葉の大きさは40センチほどにもなり日本最大級。香りがよく殺菌作用があるとされ、古くは「ほがしは」と呼ばれ食べ物を包むのに使われていました。万葉集にも、朴葉を杯にしてお酒を飲んだ歌が収められています。朴葉は、古から日本人にとって馴染みの深い植物でした。



顔より大きな朴葉

季節限定のお弁当

東部地域では、農繁期によく食べられていたお弁当がありました。朴葉を使った「ほがしわ弁当」です。

「学校から帰ると置いてあって、それをおやつにしてたわ」と地域のお母さんは子どもを懐かしむように話してくれました。

「ほがしわ弁当」とは、朴葉でごはん好みの具を包んで藁で結んだ簡単なお弁当のこと。毎日食べても飽きなかったといいます。具は梅干しやじゃこ、ふきの佃煮など地域や家庭によって様々。きなこを入れる地域もあります。

若葉は特に香りが強く、炊きたてのごはんを包むと葉が蒸されて良い香りがします。まるで里山の新緑をそこにぎゅっと閉じ込めたかのように清々しくて爽やかで、何度も深呼吸をしてしまうほど。

ごはんにも香りが移り、食が豊かでない時代にはとても贅沢なお弁当でした。



包む前のほがしわ弁当。
すでにいい香りがします。



この季節にしか味わえない特別感。

農作業の合間の楽しみ

昔 は農業を生業としていた家が多く、「結（ゆい）」といって近所や親戚同士が助け合う習慣がありました。農繁期には朝早くから日が暮れるまで作業するため、合間の「けんずい（軽食）」が欠かせませんでした。

特に茶農家は茶刈りの時期には人手を要し、大勢手伝いに来てもらっていました。その人たちに食べてもらうけんずいを用意するのも大変なこと、

「朝早くから、母親が何個も何個も並べてほがしわ弁当を作っているのを見ていたわ」と、小さな頃から家の農作業を手伝っていたというお母さんが昔のことを話してくれました。

あの家はこんなものが入ってた、あれは美味しかったと次々に思い出を話してくれる地域の方たち。当時、忙しい作業の合間に、木の陰に腰掛けてそれぞれの家から持ち寄ったけんずいを並べておしゃべりするの楽しい時間だったそうです。



ほがしわ弁当と山菜の天ぷら。お茶の新芽を使った天ぷらも。



お茶の新芽を食べられるのも産地ならではの。



残したいもの

昔 ほどほがしわ弁当が作られなくなってきたとはいえ、今でも朴葉の時期になると「そろそろ取らなあかんあ」と意識しはじめる地域の方も多く、現代風にアレンジして食べられています。

藁で結んでいたものを輪ゴムにして、白ごはんの代わりに豆ごはんを包んだり、市販のふりかけを使うことも。

地域の方は「特別なものではない」と言うけれど、形を少しずつ変えながら長く息づいているのは、「この季節にしか味わえない特別感」をこの地域に暮らす人々がいちばん楽しんでいるからかもしれない。



外で食べるとまたおいしい。里山の景色と風がなによりのご馳走。

地域のいいところ、教えてください

東部地域の自治連合会長さんに地域のいいところ、お伺いしました。今回は田原と柳生をご紹介します。

田原地区

田原地区自治連合会長

松本陽一さん

田原は市街地まで、車で20分程度。スーパーやコンビニはありませんが、不便は感じませんよ。人はすごく優しいし、時間の流れもゆったりしています。子育てするにはいいところですね。また、農業や飲食店を営んで活躍している女性が多いです。私も田原をよく生きていきたいと個人的に頑張っています。一度田原にお越しください。気に入ってもらえると思います。



ご実家は市指定文化財

柳生地区

柳生地区自治連合会長

荻田精吾さん

柳生は子どもにとっては本当に最高の環境だと思います。地域ぐるみで子どもを見守り、みんな家族のような関係です。また、柳生家ゆかりの史跡などが点在し、歴史にふれる機会が多いです。

環境だけではなく、柳生の人たちの人間性もよいですね。移住してきた人もみんな温かく迎えてくれます。おすすめの見所もたくさんありますので、ぜひお越しください。



会長がお勤めされている旧柳生藩家老屋敷にもぜひ。

INFORMATION

「su-toubu (す・とうぶ)」でいう東部地域とは奈良市の田原、柳生、大柳生、東里、狭川の5つの地区を指します。

奈良県北東部に広がる大和高原の一部で、標高は300m～500m。主な特産物は大和茶、米。そのほか大和伝統野菜に認定されている「軟白ずいき」や「大和丸なす」が有名です。また古事記の編纂者・太安萬侶の墓や剣豪柳生一族の菩提寺である芳徳寺、国宝・大日如来が安置されている円成寺など、歴史的価値のあるスポットも多い地域です。



奈良市では、移住を考えている方へのホームページを開設しています。



風景が好き、歴史が好き、人が好き。奈良市を好きな理由は人それぞれ。「奈良が好き」、そんな声が詰まったホームページ。空き家バンク情報もあります。

なら、らぶ、りぶ

<http://www.naracity-naralovelive.jp/>

編集後記

「私、思ってたけど、これって『おにぎらず』の原型とちがうのかな」ほがしわ弁当の取材中に発せられた、地域のお母さんの言葉。海苔に具をのせてそのまま包んだおにぎらずとほがしわ弁当。ほぼ一緒の構造です。まさか、ここでおにぎらずの話が出てくるとは！と、ただ感心してしまいました。すごいひらめきです。

食べ物はいつでも人の話題の中心になり、華を咲かせます。お話を聞かせていただいた方々の楽しそうな顔や、思い出話の数々はいつまでも残るものなのだ、と実感しました。

今回も取材を通じてたくさんの面白い話を聞かせていただきました。そして、本当にたくさんの方々のご協力があったり完成することができました。ありがとうございました。



ホワイトボードで朴葉についてレクチャーを受けました

柳生名物朴葉ずしが買えるお店

【久保田亭】 奈良市柳生 325 番地 TEL 0742(94)0012



柳生家ゆかりの芳徳寺近くにある民宿「久保田亭」の女将さんは、子どもの頃にほがしわ弁当を食べたくて季節になると山から朴葉をとってきては母親にねだったといいます。「柳生の名物になれば」と、ほがしわ弁当をアレンジし朴葉ずしを考案したそうです。朴葉は塩漬け保存されていますので、季節を問わず食べることができます。



※一度お電話の上お越しくださるとお待たせしてしまうことありませんので、と女将さん。ぜひお問い合わせの上お越しください。朴葉に酢飯、じゃこに鮭。さわやかなお寿司です。

SpecialThanks

取材、撮影協力／岡井稲郎、岡井睦、神田孝子、久保田一美、久保田実千代、久保田善和、谷脇俊彦、谷脇みどり、山中康子、山中好明 (五十音順、敬称略)

参考文献／聞き書 ふるさとの家庭料理 3 おこわ 変わりごはん (農文協) 日本の食生活全集29 聞き書 奈良の食事 (農文協) 伝承写真館 日本の食文化 8 近畿 (農文協)

次号特集「茶粥」

2016年10月発行予定

(内容は変更になる場合があります)