

きずな
KIZUNA
2014
秋冬号
No.9

特集

自然があふれる暮らしを 分かち合う。

夷隅郡大多喜町

千葉 物語の散歩道

一杯のコーヒーに人々が集う 「ふしぎな岬の物語」の町

HOUSING 住宅

いつまでも気持ちよく、 安心、安全に入れる浴室に。

日常のメンテナンスで清潔を保ち、リフォームでより快適にする。



2014 ● 秋・冬号 No.9

contents



大多喜町の溪流にある洞窟



表紙写真：栗又の滝(大多喜町)
養老川に懸る落差30m、長さ100mほどの滝。房総随一の滝で、栗又の滝の下に養老川の上流域の川畔沿いに続く、約2kmの遊歩道がある。

- 04 きずな特集**
自然があふれる暮らしを分かち合う。
夷隅郡大多喜町
- 08** 地元・大多喜の猪をいただく
「十六井」
- 10 千葉 物語の散歩道**
一杯のコーヒーに人々が集う
「ふしぎな岬の物語」の町
- 14 HOUSING 住宅**
いつまでも気持ちよく、安心、安全に入れる浴室に。
日常のメンテナンスで清潔を保ち、リフォームでより快適にする。
- 16 いきいきヘルシーアップ**
世界のダンスを踊る
「ZUMBA」で健康維持しましょう!
- 18 健康度チェック&チェック**
第9回 重大な病気を招く原因に! 高血圧危険度チェック
- 20 暮らしのマナー情報**
相続税改正の影響について
- 22 エコスマートなまちに学ぼう**
私たちの明日が見つかる「千葉のエコ」(大網白里市・市原市)
- 23 育てる 味わう 楽しむ ベジタブルライフ**
第1回「スナップえんどう」

好きだからここにいる。千葉がふるさと
— 夷隅郡大多喜町 —

ぎずな特集

自然があふれる暮らしを 分かち合う。



いまでも豊かな自然が残る大多喜町。本多忠勝が築城した大多喜城や、紅葉の名所として知られる養老溪谷など見所も多く、観光シーズンには多くの人で賑わう。その一方で近年は、少子高齢化や住民の流出が進み、人口が1万人を割り込み、過疎地域の指定を受けた。放っておけば町は衰退する。その流れに歯止めをかけたのと、町おこしのために「NPO法人大多喜みらい塾」を立ち上げたのが、上治信さんたち11名だ。上治さんは千葉県職員として、農業関連や地域ブランド振興の仕事をしてきた経験を活かし、大好きな大多喜に貢献しようとするさまざまな取り組みを始めた。古民家の再生や、田植え、蕎麦打ち、味噌作りなど地元の人たちが普段やっていることを、他の地域の人々に体験してもらう。そして、交流を通じて大多喜の魅力を分かち合い、町の活性化につなげたい。さらには、この町に移り住む人々を増やしたい。その思いから発した地道な活動が功を奏し、各地から人々が集まりはじめている。





普段着の町の姿にこそ、
ほつとひと息つける故郷がある。



廃校キャンプで親子が 大多喜の暮らしを満喫

「大多喜みらい塾」が開催するイベントの一つが廃校キャンプ。少子化による小学校の統合で廃校となった旧老川おろがわ小学校を、何とか有効活用しようという試みの一つだ。2014年7月に行われたキャンプでは、千葉県内外から30名の親子が参加。1泊2日で、竹を使った食器作りや炊飯、溪流歩き、魚獲り、餅つき、炭を使ったアート製作、音楽鑑賞などのさまざまな体験をした。子どもたちが慣れない手つきで太い竹を切り、箸や食器を作る。竹筒を使って炊くのは大多喜町特産の竹を使った「かぐやご飯」。子どもたちにも人気だ。指導するのは、地元のボランティアとして参加する小倉慶一郎さん。「竹細工や炭アートを通して、いつもとは違う経験を子どもたちにしてほしい」。普段は仲間と共に炭焼きや農業を営む小倉さん。昔は大多喜のどこでも炭を焼いていたが、その火を絶やさないように、地元の古老ころうから技術を受け継いだという。

昼食は獲れたてのトマトにかぶりつく。餅つきを楽しみ、自分たちでついた餅を食べる。いつ



もと違う食事に子どもたちの表情が輝く。食事の後は川歩き。ひんやりとした洞窟をくぐり、地元の人たちもあまり知らないことがない溪流をさかのぼる。自然の中の探検に、あちらこちらで歓声上がる。

「自然が美しそのままに保たれている大多喜で、街中では経験できないことを子どもたちに味わってもらいたい」と丸山直紀さん・歩さん夫妻は、子どもたちと2年連続で流山市から参加。「洞窟や川で遊んだのが楽しかった」「竹筒で炊いたご飯がおいしかった」と子どもたちも楽しそうだ。普段味わうことがない自然を、思う存分に楽しむのが大多喜の魅力。後日、千葉市から参加した親子からも、みらい塾あてにメールが送られてきた。「子どもたちは自分で捕まえた鮎を串焼きにして食べるなど、初めての経験を

人々の協力が町を さらに活気づけていく

して、少し成長したように思います」

埼玉県草加市から大多喜に住所を移したばかりの加藤務さん。インターネットで大多喜町の古民家を再生させるプロジェクトを知り、1年間通ううちに、町のたたずまいや自然に惚れ込んだ。

「自然農法で自給自足を目指そうと、緑があふれるこの町に移住を決心しました。プロジェクトに参加して仲間もできました。ゆったりした時間の中で過ごす、これからの毎日が楽しみです」

移住した人が不安にならないようにサポートしているのは、大多喜町役場に勤務する渡鍋佳晋わたしなよしゆきさん。都会と地元との交流を広げようと、ボランティアでみらい塾のイベントに参加する。

「大多喜への関心は思いのほか高く、移住への問い合わせも増えてきています。町としても協力を惜しみません」

そんな大多喜の魅力を伝えようと、上治さんたちは他にも、さまざまな組織を巻き込んだ活動を続ける。その一つが「大多喜レンゲ祭り」。休止になっていた祭りを、地域と連携して小規模ながら復活させることに成功した。

「企画を発信すると、中からも外からも人が集まってきてくれます」そう語る関善夫さんは、上治さんの活動に賛同し「大多喜みらい塾」に参加した一人。自分が生まれ育った大多喜を訪れてくれた人たちが、町を気に入ってくれるのがなによりの喜びだという。

活動をさらに盛り上げて町を活性化するためには、地元の人たちも収入を上げられるような工夫が必要だと上治さんはいう。

「地域の資源を活かしたビジネスを立ち上げて、地元に戻元できるようにしたい。しかし、自分たちだけでは何もできません。人の輪を広げていけるように頑張りたいですね」

町が再び活気を取り戻すまで、その取り組みは続けられていく。



「地元・大多喜の猪をいただく」 「じゅうろくどん」 「十六井」

臭みがなく柔らかな肉に
こだわった新たな地元料理

「しし(猪)じゅうろく」だから十六井。大多喜から勝浦にかけての山で捕獲された、猪の肉を使った焼肉丼をそう名づけた。地元では猪や鹿などの野生動物が増えて、農作物を食い荒らす被害が増えていくという。その猪の肉を使って地元名物としたのが、大多喜駅前にある地元料理の店、「番所」の主、押樽昌弘さん。店で使う猪肉には



大きなこだわりがある。通常、猟銃を使って駆除された猪は、その場で血抜きがされないため、どうしても肉に臭みが出てしまう。そのため押樽さんが使うのは罾を仕掛けて捕えたものに限るといふ。しっかりと血抜きをした猪は、ほとんど臭みが出ない。しかも選ぶのは肉質が柔らかなメスのみ。これを二頭買いついて保存する。「地元の猪は山を走り回って椎の実を食べています。どんぐりを食べて育つ点では、イベリコ豚と同じ。味には自信があります」と胸を張る。その言葉通り、上質な脂が乗った肉はコクがあつて味わい深い。猪肉本来の味を楽しむために、最初はワサビをつけていた。その後、ナムルやキムチを乗せてピビンバ風にしたり、温泉卵をからめたりしな

ら、味の変化も楽しめる、趣向を凝らした丼に仕上げている。店を始める前の押樽さんの仕事は、人力車の車夫。地元大多喜町が観光地として町おこしをする際に、自分も役立ちたいと車夫を買って出て、5年間車を引き続けた。「お客さんときざまな話をしながら、大多喜町の駅前に食事やお茶ができるような場所がないのが残念という声が多かったのです。その話を町側にすると、それならお前がやれということ、店を開くことになりました」。以前は中国料理の料理人を目指したこともあったという。その経験を活かして始めたのがこの店。新しい名物には店主の熱い思いが詰まっている。



ら、味の変化も楽しめる、趣向を凝らした丼に仕上げている。店を始める前の押樽さんの仕事は、人力車の車夫。

地元大多喜町が観光地として町おこしをする際に、自分も役立ちたいと車夫を買って出て、5年間車を引き続けた。「お客さんときざまな話をしながら、大多喜町の駅前に食事やお茶ができるような場所がないのが残念という声が多かったのです。その話を町側にすると、それならお前がやれということ、店を開くことになりました」。以前は中国料理の料理人を目指したこともあったという。その経験を活かして始めたのがこの店。新しい名物には店主の熱い思いが詰まっている。

大多喜の十六井

試行錯誤して
生まれた味わい



肉質や味の違いを楽しんでもらうために、使う部位はモモ、ロース、肩ロースの3種類。ほどよい柔らかさを出すために試行錯誤の末、肉の厚みは1.5ミリとした。フライパンで肉を焼き、酒でフランベしたら、10種類以上の素材を合わせた特製の醤油タレをからめる。用意していた白飯に、地元産のキャベツなどを中心とした生野菜をのせ、その上に肉を盛り付けタレをかけ回す。ワサビ、ネギ、キムチ、ナムル、温泉卵を付け合せ、好みに合わせてアレンジして食べるのが楽しい。番所では、竹の子の時期には朝掘りしたものをその日のうちに「竹の子御膳」も人気。夜は居酒屋としても営業。



お食事処 番所
〒298-0216 千葉県夷隅郡大多喜町大多喜256
電話 0470-80-1110
営業時間 (11:30~22:00) 定休日 水曜日

富津市金谷・安房郡鋸南町

一杯のコーヒーに人々が集る 「ふしぎな岬の物語」の町

「虹の岬の喫茶店」(森沢明夫著・幻冬舎文庫)を映画化したのが、成島出監督の「ふしぎな岬の物語」。
主演の吉永小百合さんが「優しく温かい物語を観客に届けたい」との思いから、初めて企画にも参加した力作です。
今回はその舞台となった明鐘岬がある鋸南町と富津市金谷の町を散歩してみましよう。



鋸山ロープウェイ

山頂駅まで約4分の空中散歩が楽しめる鋸山ロープウェイ。5~15分間隔で運行している。

- 営業時間 9:00~17:00(2月16日~11月15日)9:00~16:00(11月16日~2月15日)荒天の場合は運休。夏季は営業時間を延長する場合もある。
- 定休日 年中無休
- 料金 大人(12歳以上)片道500円 往復930円 小児(6歳以上)片道250円 往復450円
- 千葉県富津市金谷4052-1
- 0439-69-2314

鋸山・地獄のぞき

寺の境内へは数千段の石段の上り下りが続く。足腰に自信がない方は途中にある展望台まで登ると眺めを楽しむことができる。足元が滑りやすいため滑りにくい靴の着用を。

ロープウェイで鋸山へ 山頂からの絶景を満喫

主人公の柏木悦子(吉永小百合)は、静かな岬にある小さなカフェの店主。彼女の一日は何でも屋を営む甥の浩司(阿部寛)とともに、船で小島に出かけて、コーヒーを淹れるための湧き水を汲むことから始まります。悦子にひそかな思いを寄せるタニさん(笑福亭鶴瓶)をはじめ、多くの常連客に囲まれながら、ささやかな店を営む悦子。その日々を揺るがすさまざまな出来事が起きはじめます。そしてある日、岬カフェは炎に包まれてしまいます。果たして岬カフェと悦子の運命は…。

映画の舞台となった明鐘岬は富津



鋸山山頂からの眺め

山頂からの眺めは国土交通省認定の「関東の富士見100景」にも選ばれ、空気の澄んだよく晴れた日には富士山の姿が。



「ふしぎな岬の物語」(2014年10月11日公開)
監督:成島出 出演:吉永小百合 阿部寛 竹内結子
笑福亭鶴瓶ほか 企画:吉永小百合 成島出
©2014「ふしぎな岬の物語」製作委員会
「モントリオール世界映画祭」で審査員特別賞グランプリ
およびエキュメニカル審査員賞を2冠受賞



百尺観音像

石を切り出した壁を活かして昭和41年に完成した百尺観音像。



東海千五百羅漢像

江戸時代中期に大野甚五郎によって作られ、一つとして同じ顔がないとされる表情は見もの。

市と鋸南町の境にあり、その背後に鋸山がそびえたっています。まずはロープウェイで鋸山の山頂を目指しましょう。展望台からは眼下に東京湾が広がり、対岸の三浦半島まで二望できます。正式名称を乾坤山といふこの山が、鋸山と呼ばれるのは、石を切り出した跡が鋸の歯のようにギザギザに見えるため。江戸時代末期から戦前にかけて、富津市や鋸南町の周辺は房州石と呼ばれる優良な石材の産地として知られ、鋸山も採石場の一つで



日本寺大仏

鋸山には約1300年前に行基ぎよぎによって日本寺が開かれ、江戸時代に奈良の大仏より大きい大仏が建造された。いったんは荒廃したものの昭和40年代に復元された。●拝観料 大人600円 小人400円 ●千葉県安房郡鋸南町鋸山 ●0470-55-1103



カフェえどもんず

メニューは貴重なブルーマウンテンコーヒー豆を店内で自家焙煎して淹れたコーヒーと、パウムクーヘンのみ。合掌造りの屋根裏が眺められる2階では絵画の展示も。

- 営業時間 昼頃～日没頃
- 定休日 火曜～木曜(月・金・土・日曜日、祭日営業)
- 千葉県富津市金谷2185-2 ●070-6478-7778



金谷漁港

ザ・フィッシュ

地元の新鮮な魚介類をはじめ各種お土産ものやお菓子類を販売。新しい名物として人気なのが「黒糖まんじゅう」。店内には海を一望できるレストランも。

- 営業時間 物販エリア 9:00～18:00 レストラン 11:00～17:30L.O.
- 定休日 年中無休
- 千葉県富津市金谷2288 ●0439-69-2161



黒糖饅頭
1個95円
(税込)



さすけ食堂

黄金アジを使ったフライや刺身を求めて店の外には行列も。人気はフライと刺身の両方が味わえる「さすけ定食」。

- 営業時間 11:00～18:00 土日10:00～15:00
- 定休日 火・水・木曜日(月・金・土・日曜日営業、土日臨時休業の場合もあり)
- 千葉県富津市金谷2193-5 ●0439-69-2123



のこぎり山パウムクーヘン
1個1240円(税込)



見波亭

モンドセレクション最高金賞の獲得で一躍有名になったのが、その形を鋸山に見立てたパウムクーヘン。牛乳や卵は新鮮な地元産を使用。

- 営業時間 9:00～18:00
- 定休日 年中無休
- 千葉県富津市金谷2288 (ザ・フィッシュ内) ●0439-69-8373



金谷美術館

外観には房州石が使われており、展示されている作品の多くは、美術館の趣旨に賛同した人たちによって寄贈や貸与されたものが中心。

- 営業時間 10:00～17:00(入館は16:30まで)
- 入館料 展覧会により異なるので要問い合わせ
- 休館 毎週水曜日(祝日の場合は翌日)
- 千葉県富津市金谷2146-1 ●0439-69-8111

「カフェえどもんず」が営業中。古民家なりの家があります。築230年のこの家はおよそ50年前に飛騨高山からの地に移築されたもので、現在は「カフェえどもんず」が営業中。古民家な

黄金アジを味わい合掌造りの空間で和む
金谷の町は、肌が金色に光る黄金アジの水揚げがあることでも知られています。そんな地元のアジを使ったフライや刺身を楽しめるのが「さすけ食堂」。お店のスタッフの元気な笑顔に迎えられ、カウンターにつくと、油のはじける音が食欲を刺激します。獲れたてのアジをサクッと揚げたフライは、まさにこの店だけの味わいです。

した。この山で約1300年前に開かれたのが日本寺。江戸時代には大仏や千五百羅漢像が造られ、豊かな自然の中で荘厳な雰囲気醸し出しています。

この金谷では、「石と芸術のまち金谷」を合言葉に、町おこしが行われています。その一環として、2010年にできたのが金谷美術館。また、金谷は対岸の久里浜とを結ぶ東京湾フェリーの発着場がある町としても知られます。フェリー乗場のほど近くにあるのが観光商業施設「ザ・フィッシュ」。休日ともなると、房総のおみやげ物や地場

からは落ち着いた雰囲気の内蔵は、自家焙煎にこだわったブルーマウンテンが楽しめます。



東京湾フェリー

金谷と三浦半島の久里浜との間を約40分で結ぶ東京湾フェリー。朝6時から夕方19時台まで1時間に1便のペースで運行されています。

- 千葉県富津市金谷4303 ●0439-69-2111



明鐘岬からの眺め



音楽と珈琲の店 岬

コーヒーは1杯ごとに豆を挽き、釜山の湧き水を使いドリップでいいねいに淹れています。器は玉木さんの姪御さんが一つひとつ焼き上げたもの。映画では撮影用に新しく「岬」の建物を造って撮影しています。

●営業時間 10:00~日没 ●定休日 年中無休
●千葉県安房郡鋸南町元名1 ●0439-69-2109



「人に優しくすると相手からも返ってくる、そのやりとりが楽しい」という店主の玉木節子さん。



の海産物などを買い求める人たちが賑わいます。施設内にある「見波亭」の「のこぎり山のバウムクーヘン」は町の名物的な存在になっています。

**岬の上から見晴らす
雄大な景色に時を忘れる**

浜金谷駅から車で5分ほどの明鐘トンネルの入口手前に、うっかりする

と見逃しそうな青い店の看板が出ています。明鐘岬と呼ばれる小さな岬に続く道をたどると現れる、小さなブルーの建物。ここが映画のモチーフになった「音楽と珈琲の店「岬」です。店主は玉木節子さん。両親がこの地で飲食店を営み、自分自身も1978年からこの店を始めました。14、5人も入れれば一杯になる店内にはジャズ、ポップス、映画音楽、クラシックなどの音楽が、お客さまの好みやその方の雰囲気に合わせて流れています。この店が小説や映画の舞台となったのは、岬の先端にあるという独特のロケーションもさることながら、やはり玉木さんの人柄を慕って来店する人々の温かなふれあいを、クリエイターたちが敏感に感じ取ったからでしょう。

「商売をしているというよりも、たまに家遊びに来た方に、コーヒーを淹れているという感覚。美味しいコーヒーを飲んで癒されるという方や、人間関係のしがらみを忘れられるというお客さまもいます。元気がもらえるという人も多く、吉永さんからは「パワースポットのようなだ」という言葉をいただきました。自分が好きでやっていることが喜ばれるのは、うれしいかぎりですね」

海に向かった大きな窓の外に広がる雄大な景色を、美味しい一杯のコーヒーを飲みながら眺めるうちに、静かに時が流れていきます。