



# みんなで語って探すべ。 山菜の魅力

がんばってんぞ  
福島!

今年で8回目となる「全国山菜文化産業祭」が、5月31日と6月1日の2日間にわたって、福島県三島町で開催されました。

このイベントは、全国各地で山菜振興に取り組んでいる関係者が情報交換・技術交流を行い、山菜文化産業の展望を語る場とするとともに、一般の方々にも山菜に関する理解を深めていただくことを目的として行われています。

今年の会場となった三島町は、福島県の西部「奥会津」に位置する町です。山に囲まれ、尾瀬を水源とする只見川が町の中央を流れる町は、豊かな自然と彩り豊かな四季に恵まれ、人々は古くから山の恵みを受けて暮らしてきました。

今回の山菜文化産業祭には「みんなで語って探すべ。山菜の魅力」がテーマに、山菜の生産・加工・販売が盛んな全国の市町村・団体から約80人が参加。初日は開会式、記念講演、シンポジウム、参加者の交流・親睦会が行われ、2日目は山村生活に関する講話に続き、美坂高原でのワラビ採り体験や、三島町内の山菜加工場見学が行われました。

シンポジウムにおいては、まだ知られていない山菜の魅力(可能性)を探し出し、いかに食材としての普及を図るか、また、どのように地域独自の山菜食文化を守り、後世に伝えていくかについて活発な意見が交換されました。

また、産業祭に併せて開催された山菜文化産業協会通常総会では、来年開催される第9回全国山菜文化産業祭の開催地が宮崎県串間市に決定しました。

## シンポジウムテーマ「山菜の魅力～もっと山菜を家庭に！～」

パネラー

コーディネーター



**吉川 毅一氏**  
コープあいづ専務理事  
山菜文化を広げていくためには、人との繋がりが重要になると考えます。親子で山菜文化を体験し、山菜採りのマナーや楽しさを知ってください。

**渡部 和氏**  
会津学研究会 会長  
自分で採ったゼンマイは、ほんの少しの量でも宝物のように感じます。採って、料理して、食べることを実際に体験することは大切です。

**小林 政一氏**  
ペンション美女峠 経営者  
山に入ると毎日違う自分と出会えます。山菜文化は、こうした山の価値を知っている人を通して、その魅力を広めていくことが重要だと考えます。

**長谷川 盛雄氏**  
NPO法人奥会津金山遊びの学校 理事  
アサツキの根をとり、クリの皮をむく、そんな作業は意外と楽しいもの。山菜が持つ独特な季節感や、香りなどの個性をもっと知ってもらいたいと思います。

**堀江 ひろ子氏**  
料理研究家  
山菜は地元の文化であり、暮らしそのものです。皆さんの知恵を集めて、山の環境を守り、この文化を継承していく道を探ってください。

**五十嵐 乃里枝氏**  
奥会津子ども未来プロジェクト 代表  
山菜文化は、お母さんが食べないと次世代につながりません。ぜひ家庭でおいしく食べてください。

## わらびとキムチの炊き込みごはん

交流・懇親会で好評を博した、料理研究家・堀江ひろ子氏の山菜レシピをご紹介します。

### 材料

- 米 2カップ
- わらび 100~150g
- しょう油 大さじ1/2
- キムチ 150g
- 牛肉切り落とし※ 100g  
※豚薄切り肉でも可
- 焼き肉のたれ 大さじ1/2

### 作り方

- ①米は洗って普通の水加減に。
- ②3cmに切ったわらびにしょう油をまぶす、キムチは1cm位に切る。
- ③肉は一口大に切り、焼き肉のたれを揉み込む。
- ④①に③の肉を加えてほぐし、②を加えて普通に炊き、軽くまぜる。



## 山菜と家庭料理について

記念講演



新しい調理法を開発することの必要性のほか、山菜を生かした家庭料理のアイデアの紹介などが行われました。

料理研究家・堀江ひろ子氏による講演では、山菜文化の継承と

(5月31日)

## 山菜の魅力もっと山菜を家庭に!

シンポジウム



堀江ひろ子氏に加え、奥会津地方で山菜の生産・加工・販売等に携わるパネラーが参加したシンポジウムでは、山菜文化を守り、食材としての魅力を発信する方法等について、幅広い意見交換が行われました。

(5月31日)

### ミニ企画展

## みしまの山菜

～奥会津・山の恵み～

全国山菜文化産業祭in奥会津に連動して、主会場となった交流センター山びこでは、5月31日から6月30日までの1ヶ月間、ミニ企画展を開催しています。

企画展では、都会から町に嫁いできた女性の視点から、貴重な写真やコラム等を交えて奥会津・三島町の豊かな山菜文化が紹介されています。



## 山村の暮らし

講話



昭和30〜40年代の山村生活を支えた山菜や養蚕、炭焼き、狩猟等の思い出、自給自足だった昔の食生活や当時の子どもたちの遊びについて、興味深いエピソードが語られました。

2日目の最初に行われたのは、山と共存した生活を送る間方生活工芸技術保存会会長の菅家藤一氏による講話。

(6月1日)

## ワラビ採り体験と山菜加工場見学

講話終了後、参加者は標高約600mに美しい風景が広がる美坂高原に移動し、ワラビ採り体験と町内の加工場を見学しました。



### 参加者の声

島山節子さん  
(秋田県きのこアドバイザー)  
奥会津の山菜の豊かさに感銘を受けました。

