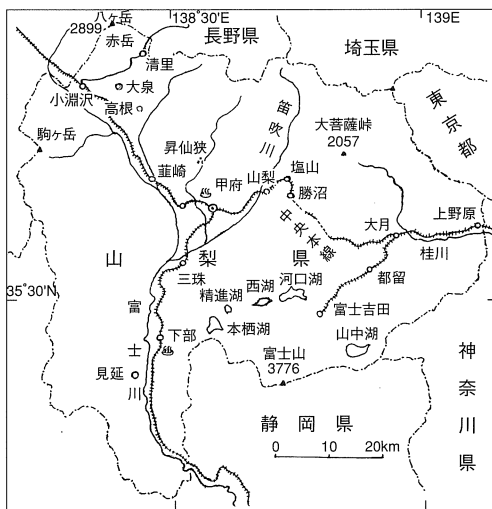


富士のくに、甲斐の「せいだ」

いも類振興情報編集部



1. 清泉寮の建設

山梨県西端の清里高原は、昭和30年代後半からの経済の高度成長にともなって、急速に観光開発が行われ、いまや軽井沢とならぶリゾート地として知られるようになりました。

この地は、もと八ヶ岳の東南の麓、標高1000mから1400mに位置する、日本の至るところに見られる高冷地の村でした。発展のいちばんのきっかけとなったのは、昭和8年(1933)に小海線(山梨県小淵沢町と長野県小諸市を結ぶ鉄道)が開通して、清里駅が開設され、この地域の産物の一つである木材を

運び出す拠点となったことでしたが、今日の清里繁栄の中核となったのは、米国人ポール・ラッシュ(Paul Rusch)が、指導者たるにふさわしい人材を育成し、訓練するための施設として、この地に設けた「清里寮」です。

関東大震災(大正12年、1923)で、破壊された東京と横浜のYMCA(キリスト教青年会)会館を再建するための委員の一人として、はじめて来日したポールは、震災で壊滅した東京のありさまを目にし、自分の僅かな力をこの日本の復興のためにつくせたら、の思いを深くし、人のすすめもあって立教大学の講師として学生たちの教育にあたり、その傍ら聖路加国際病院再建のための基金の募集に携わりますが、このことが彼に全生涯を日本のために、との決意を固めさせるものとなります。

物事をうまく進めるためには、指導者たるものがその自覚をもつような教育、訓練をしなくてはならず、それは都会よりも自然に恵まれた環境で、自らが身体を働かせることによって体得するのが効果的です。日本全国の高原地帯のなかから、清里がもっとも適している、との思いでこの地を開き、教育訓練のキャンプ場をつくりました。清里村と大泉村



高根町清里の中心街

とにまたがっているので、「清泉寮」と名付けられましたが、ポールは学生達とともに原野を拓きながら学習に励みました。ときに昭和13年（1938）でした。

太平洋戦争勃発で一時帰米していたポールは、終戦後GHQ（連合国軍総司令部）の要員として再来日し、壊滅的な打撃を受け、飢えている日本を再興するには、国内各地にひろがる高冷地の開発と農村の復興が急務と考え、さきに建設された清泉寮を基盤として、モデル農村センター建設に着手しました。

この地には、東京の水源地としてのおごうち小河内ダム（昭和32年、1957竣工）建設に伴う水没農家、太平洋戦争での京浜地区、甲府などからの戦災者、海外からの引揚者などが入植しましたが、高冷地に適した農業経営方式をとり入れ、適作物の生産加工のほか、農村の人達の健康管理、厚生事業などもとり入れていて、日本の高冷地農業の模範地域となっています。

東京から比較的交通の便がよいため、高度成長期以後は観光開発が行われ、清泉寮のほか、美術館、博物館、各種の学校の寮、ゴルフ場、宿泊施設などが出来、また、みやげも

の店、飲食店なども数多く、とくに夏季間は涼を求める観光客でたいへん賑わい、店が立ち並ぶ駅前通りの通りは人混みで肩が触れあうほどですが、年間の観光客数250～300万人に達する、日本有数のリゾート地となりました。

2. 高冷地農業のモデル地区

戦後の高冷地農業は、食糧自給の色彩が強く、ムギ、雑穀、ジャガイモ、トウモロコシなどの作付けが多かったのですが、昭和30年代後半からの高度経済成長に伴って穀類、ジャガイモは漸減し、レタス、セロリ、キャベツなどの高原野菜のほか、真夏に消費地に供給するトマト、キュウリ、ナス、カボチャなども作付けされています。清里に向かって上る国道わきの「道の駅」には、ジャガイモをはじめ、これらの野菜が並び、新鮮さと、高原ならではの味の良さが知られ、



ポール・ラッシュ博士の胸像

買い求める観光客で繁昌しています。

この地域はまた、高冷であるため、種ジャガイモの生産に適し、戦中から戦後にかけて品質のよい種イモが多量に生産され、この地域ばかりでなく他地方にも送られ、ジャガイモの増産に大きく貢献しました。

清里の発展につくしたポールは生涯独身をとおり、昭和54年（1979）12月、聖路加国際病院で逝去しました。彼の住居に隣接して博物館ポールラッシュ記念センターが建設され、一生を通しての活動のありさまを示す資料が展示されています。清泉寮をはじめ各施設、町の通りは休日ともなればたいへんな人混みですが、この博物館は、静かな林の中に設けられているせいか、訪れる人も多くはなく、生涯を日本の復興に捧げた偉大であり、人間味のある異邦人の足跡をしのぶことができます。

3. 山間の長寿村

西の八ヶ岳、南の富士山とは対照的に、山梨県の東には、裾野をひろげるような大きな山がないかわりに、1000m級の山々が折り重なるように連なり、その谷あいのところどころに集落がみられます。県の最東端の上野原市（平成17年2月、上野原町と秋山村が合併して上野原市となりました）^{ゆずりはら}桐原は、日本各地にみられる山あいの村落の一つですが、長寿村として全国にその名を知られ、一躍有名となり、最近でも書物、雑誌などで紹介されることが多く、清里のような大リゾートとしての賑わいではないものの、理解を寄せる人達が訪れるようになりました。

ここが長寿の地区として紹介されたはじめ



上野原市桐原のふるさと長寿館

は、昭和43年（1968）東北大学名誉教授近藤正二博士と、甲府市の古守病院^{こもり}院長古守豊甫^{こもりとよすけ}博士の報告によります。近藤博士は、それまで36年の長きにわたり、全国約1千カ所の町村の実態調査を行った結果、長生きについての研究をとりまとめており、古守博士は、医師になる以前にこの村で教員をつとめた経験があって、村独特の食習慣を知り、高齢者が壮健に過ごしていることに、とくに注目していました。この二人の調査結果では、桐原は夫婦揃って長寿で、元気な人がたいへん多いと集約されています。

長寿の要因として考えられることは、食事、精神生活、それに労働、この三つが大きく関与している、ということです。うち、食生活について述べますと、交通が便利とはいえず、他の地域から食糧を運んでくるのが難しいこの地は、山間の傾斜地がほとんどで水田がなく、したがってコメはとれず、産業としては養蚕、林業のほか、傾斜地で営む農業が主で、ムギ、キビなどの雑穀、ダイズ、アズキなどのマメ類、せいだ（ジャガイモ）サトイモ、サツマイモ、コンニャクなどのイモ類、それに野菜、山菜、川でとれる魚、が主な食

物でした。それでも、この地区でとれる穀類、イモ類では年間を通しての食糧としては不足し、コメを購入していますが、コメのごはんを食べるのは、年間数えるほどの特別の日だけであって、ふだんは雑穀に、つなぎとして少量のコメを入れたごはん、それに「ほうとう」が主食です。「ほうとう」は、手打ちした麺をやや幅広く切り、ゆですずに煮込んだもので、カボチャをはじめ、サトイモ、ダイコン、そのほか季節の野菜、キノコなどをたくさん入れて味噌仕立てとしたものです。

土壌が適しているためか、イモ類はこの地でよくとれ、「せいだ」のほか、品質のよいサトイモ、サツマイモ、コンニャクが多く生産されます。サツマイモは最近ではあまり作られなくなりましたが、以前は生のまま貯蔵したり、切干しにしておいたものを粉にして、年間用いました。そのほか、まるのままふかして山仕事の弁当がわりにしたり、間食にしたりしました。コンニャクはいまでも作られ、当地の名産となっています。

このように、地で生産された野菜たっぷりの食事のほか、美しい山河と清らかな空気に包まれた、自然のなかでの暮らし、交通が便利でないため、他の地区、とくに都市部の暮らしと比べることもなく、物質的には決して恵まれたとはいえないものの、無欲に心豊かに日々を過ごせます。それに、山坂の多い地で、畑はほとんどが傾斜地にあるため、毎日知らず知らずのうちに身体を動かして働き、これがたいへん健康によいといえます。この地区には、昔から「背負うものがなければ石でも背負え」との言い伝え、戒めがあり、山仕事、畑仕事に行くにも必ず何かを背負っ

てゆき、ひとりで足腰が鍛えられ、元気で長生きをする一因となった、と考えられます。

経済成長によって都市に人口が集中し、農山漁村、とりわけ交通が便利でない地域は過疎化が進み、近年その傾向はますます強く、過疎地では高齢化の問題が深刻で、多くの地区ではその将来が憂慮されていますが、元気で働き、生産活動ができ、社会になにがしかの奉仕ができるのであれば、高齢を悲観すべきでないことは、桐原地区の現状がそれを証明しています。人は必ずしも暦の年齢順に老いてゆくとは限りません。日頃の節制を保ち、生き甲斐をもって世の役に立ち、後に続く人達に範を示せるように加齢してゆきたいものだ、との思いを深くした桐原地区訪問でした。

平成8年(1996)4月、天皇皇后両陛下は桐原地区に行幸啓になりましたが、元気に働き、暮らす高齢の方々を含めた、地区の人々と直に接せられた感慨は、いつまでも御心に深く残っておられることと拝察いたします。

4. 好評の「たまじ」

高度成長期に入り、この地区も道路が整備され、昭和29年(1954)からはバスも通う



桐原地区の特産野菜



ふるさと長寿館のおふくろ定食、左上が「たまじ」

ようになるなど、交通も便利となり、食生活の面でもいろいろな食材が手に入るようになって、伝統の食事次第に変わり、都市化してゆきますが、これはこの地区に限ったことでなく、全国的な傾向でした。若年層は農業を継がないで村外に稼ぎに出るようになり、このままでは地区の将来はどうか、過疎になってしまうのではないかと懸念され、若い人達が定住でき、区内の活性化が計れるように、また訪ねてくる外部の人を快く迎えらるるよう、との目的で、平成4年(1992)に多目的施設として「ふるさと長寿館」が建設されました。ここには地区の特産品を販売するコーナーと、地元の食材を用いた、昔からここで食べられていた食事をアレンジしたメニューを提供するレストランがあります。

人気メニューの一つ「おふくろ定食」を紹介しますと、キジ飯、ソバ、煮物、それに「たまじ」がついています。キジ飯は黄色のモチキビが約二割ほどはいついて、ねっとりとした食感で、口ざわりもよく、ソバはダシがきいて、あまり濃くないかけ汁がおいしく、煮物は特産のコンニャクを細切りにした

もの、シイタケ、それに季節の野菜(ピーマンなど)を加えて薄味に煮込んだものです。「たまじ」は、この地区で昔から食べられていたもので、小粒のジャガイモ(15~20gくらい)を味噌で煮たもので、3個ついていました。ジャガイモは小さいのによく充実し、ホクホクとしています。肉類、魚など蛋白源がないので、若い人にはいささか物足りない感がありそうですが、年配の人にとっては脂っこくなく、さっぱりしていて好評です。

若い世代と同居をしていて、食事が肉中心で口に合わない、という高齢の人達も多く訪ねてきて、とくに土、日曜日には賑わうとのことでした。団体で予約をすれば、この他にも長寿食として各種のメニューがあり、いずれも「せいだ」、地元の野菜、キノコ類、コンニャク、それに川魚を用いています。

料理のなかで、やはり珍しく、客に好評なのは「たまじ」のようでした。土質、気候の関係で、この山間の地区ではよく実の入った、美味しいジャガイモがとれますが、ここではジャガイモのことを「せいだ」とよび、これのない生活は考えられないほど、暮らしのなかに溶け込んだ食材となっています。ふかしたものを「ふかしせいだ」と呼び、昔は山仕事の弁当などにされました。丸のままゆでたものは味噌をつけて食べますが、身欠きニンジン、コンブ、ササゲ、ニンジン、ゴボウなどといっしょにしょう油、あるいは味噌で煮込んだものは御馳走で、また貴重な蛋白源が入ったおかずとなります。「たまじ」とは、もとは小粒の「せいだ」のことをいい、昔から好まれた食べ方は、皮つきのまま油でいため、かぶるくらいの水を加え、味噌を入れてゆっ

くりと煮込むのですが、中はホクホクで煮崩れしません。味噌を長い時間煮ると、香りが飛びますが、中まで味がしみこんで美味しくなります。最近では、若い人達、地区外の人
の口に合うよう、味噌に砂糖を加えて甘辛い味に仕上げています。

なお、麦麴を使って作られる味噌は、しょう油とともにこの地区の各家で自家製のものを
用いていて、いまでも味噌は特産品の一つに数えられ、長寿館の売店に並んでいます。

5. 名代官の顕彰碑

甲府市の北部、東西に通る山手通り沿いには、古来域内の溝を流れる水に塩気がある、
とのいわれから名付けられた塩部しおべの町があります。ここは二千石余の村でしたが、甲斐に
移封された浅野長政（1547～1611）が甲府に築城するに際し、その城郭に含まれるとし



中井清大夫代官の顕彰碑

て取り潰しとなり、農を営む人達はこの地を耕すことが出来なくなりました。長年にわたり、たびたび訴えを続けてきましたが、聞き入れてもらえませんでした。徳川五代將軍綱吉の宝永元年（1701）甲府十五万石に移封された柳沢吉保（1658～1714）が、のち大和の郡山に転封されたのち、甲斐の地は幕府直轄の天領となり、代官政治が行われることとなります。

安永6年（1777）から天明7年（1784）まで中井清太夫せいだいふが甲府代官をつとめました。清太夫は名は九敬、三河（愛知県）出身で、安永3年から同6年まで上飯田代官となり、のち甲府に転じましたが、民を思う心はたいへん強く、名代官として慕われています。清太夫は塩部の農民の訴えを聞き、その困窮ぶりを哀れに思い、この村の再興を許しましたが、村人達はたいへんに喜び、のち村内に靈祠を建て、その恩を忘れることはありませんでした。

現在、山手通りから分れた路地沿いの塩部一丁目に神明神社があります。周囲を住宅、商店に囲まれていて、住宅1戸分くらいの敷地には鳥居もなく、小さな社殿が建っていて常時神官はおらず、数本の大樹が、ここが神社であることを示すくらいで、気がつかずに通り過ぎてしまいましたが、社殿のわきに中井代官顕彰碑が建っています。碑の裏には「天明改元辛丑秋八月日 玉泉院良海圓湖謹記」とあって、すでに天明の時代に建てられたことをあらわしていますが、石碑が古く、いたみも激しくなり、また社殿そのものも老朽化しましたので、塩部地区の人達が昭和39年（1964）社殿を再建することとし、そのとき碑も新しく建てられました。

清太夫は数々の善政をしき、その一つに水害を繰り返す笛吹川の改修により、これに悩む村を救おうと排水路を開削していますが、現在三珠町^{みたま}となっている当時の大塚村ほか三ヵ村の民は、おなじく清太夫の徳をあがめ、河畔に同じような顕彰碑を建立しています。

6. 「せいだ」の由来

塩部一丁目の神明神社は、いま地区の公民館ともなっていますが、その西側の大通りに面した角地に、地藏尊がまつられている一戸分くらいの空地があり、ここは清太夫がはじめて「じゃがたらいも」(ジャガイモ)を試作した場所として残されています。

治山治水事業とならんで、領民が飢えないよう農業の振興をはかることが、代官、藩主の大切なつとめでしたが、この頃全国的に飢きんの発生が頻繁で、甲州も例外ではなく、塩部村でもほとんど毎年のように飢きんがおこり、清太夫代官は心を痛め、長崎の友人から「じゃがたらいも」の種を送ってもらい、この栽培を奨励しました。ジャガイモは、たいていの土壌、気候の地でもよく出来、とくに山間地の多い甲州では適作物であって、試作をした塩部でも好成績をあげ、次第に甲斐の国一円にひろまり、飢きんに際しての救荒作物というよりは、普段でも穀類とあわせて主食となりました。清太夫代官がはじめて作り、奨励したことで、この天領ではジャガイモのことを「清太夫芋」とよび、それがいつしか「せいだいも」「せいだ」と親しみをこめて呼ばれるようになりました。

一説では、天明年間(1781~89)に上州(上野国、群馬県)から種を入れた、といわれていますが、上州での記録によれば、やは

り天明年間に越後(新潟県)の人が持ちこんだとしており、この時代各藩はそれぞれ独立した政治経済圏であって、私人の間での物の往来はともかく、藩主、代官どうしでの公の物資の授受はなかなかおこり得ず、やはりジャガイモ渡来の地である長崎の友人からもらった、とみるのが、あるいはより正確ではないか、と思われますが。

塩部一丁目にある神明神社は天照皇大神宮を主神として祀っていますが、中井清太夫代官も合祀されていて、いかに清太夫が善政をしき、領民をいつくしんだか、がわかります。かつて町の自治会では3月21日に「芋田楽祭」をして、田楽を参拝者に振舞っていました。地方の小さい社では、祭りの実行もなかなか難しくなっていますが、ここでは9月23日とその前夜に例祭を行い、清太夫の遺徳をしのんでいます。

編集後記 色づきはじめた樹々を、傾きかけた夕陽がまぶしく照らしています。子育てを終えた訪問者たちを南の国へ送り出したあと、静寂をとりもどした林では残った小鳥たちのささやきが時折淋しげに、またホッとしたかのように聞えてきます。青空が少し広く見える空間からは、酸っぱ味を含んだ甘い香りがただよってきました。たわわに実った山ブドウは、冬を越す林の生きものたちにとって、この上ない恵みとなることでしょう。

いも類振興情報 第85号

平成17年10月15日発行

発行所 財団法人 いも類振興会
〒107-0052 東京都港区赤坂6-10-41
ヴィップ赤坂303号室
電話 03-3588-1040
FAX 03-3588-1225
振替 00130-1-110152
印刷所 JTB印刷株式会社