

やすらぎ

2018.6
june
Vol.76



訪れてはいかがだろう。
ちのクリアな鳴き声を聞きに
ら差す光を眺め、鳥や動物た
可憐な山野草や木々の間か
わくわく体験デー」も開催。
での第3日曜日「白神の森
て案内してくれるほか、9月ま
10月末まではガイドが常駐し
る案内してくれるほか、9月ま

感味わえる。
森の中に飛び込んだような浮遊
り着く張り出し遊歩道は、まるで
地いい。ふかふかの道を歩いて辿
季節で、緑のグラデーションが心
月は新緑から深緑に移り変わる
歩けば一周1時間から2時間。6
総合案内休憩所からゆつくり

徴的な植生が息づいている。
り大切に守られ、白神山地の特
ず、地元・黒森集落の人々によ
で、長い間植林や伐採が行われ
間続いた我が国最後の官地民木
な領地。明治以降120余年
された白神山地。ブナの原生林
が分布する登録区域の面積は、
実は鱒ヶ沢町が最も広く
4650ha。かつて白神の森
は、津軽藩の「田山」と呼ばれ、
田んぼに水を引くための特別
な領地。明治以降120余年

津軽藩発祥の地として知られ
る鱒ヶ沢町。ここで世界自然遺
産登録地域のような森林を体感
できるのが白神の森「遊山道」。
以前、ミニ白神と呼ばれていた
散策の森だ。

くみあい 情報板

平成30年度一般会計予算

歳入 (千円)	負担金	9,732,564
	財産収入	23,752
	繰越金	1,000
	諸収入外	2,644
	計	9,759,960

歳出 (千円)	議会費	4,879
	総務費	85,109
	給付金	9,667,235
	予備費外	2,737
	計	9,759,960

組合ホームページをご利用ください <http://aomori-taite.jp>

(主な内容/お知らせ・概要・例規集・様式・事務の手引・試算・構成団体決算状況・組合回報誌「やすらぎ」・リンク集)

あいちんの クロスワードパズル



□の中の文字を並べると、ある言葉ができます。

(ヒントは「やすらぎ」の中にあります。)

はがきにクロスワードの答えと、住所、氏名、年齢、電話番号、所属市町村名、「やすらぎ」へのご意見、ご感想、メッセージを添えて、青森市堤町2丁目1-1 青森県市町村職員退職手当組合「やすらぎ」編集室までお送りください。正解者10名様に抽選で素敵なプレゼントを差し上げます。

締切／平成30年7月末日消印有効

【タテのカギ】

1.『草鞋』 2.『〇〇顔』(得意満面の顔) 4.夜空に輝く星座、さそり座とやぎ座の間に位置する星座 5.戊辰戦争時、津軽藩と南部藩が戦った「野辺地戦争」の跡地 6.『如雨露』(花に水をかける道具) 8.『焼売』 11.表と裏が白と黒の石を使って二人で争うボードゲーム 13.沖縄の方言で、沖縄に住んでいる人のことを「〇〇ナンチュー」という 15.大多数の人が口を揃えて同じことを言う意の四字熟語 16.書類等を挟み整理保管する半透明のシート「〇〇〇ファイル」 18.青森市の特産「黒〇〇〇」(ブラックカレント) 20.雄と雌ひと組の夫婦 22.福祉の向上など社会生活の基盤を支える仕組み、下部構造 24.『子守熊』(可愛い動物) 28.『雑魚』 29.『海女』

【ヨコのカギ】

1.鱒ヶ沢町の「海の駅〇〇〇」 3.野辺地町にある京都本願寺の末寺、シダレ桜は観光スポット 7.『香具師』(縁日などで見世物の興行または露店を営む者) 9.清水エスパルスに所属する在日韓国人プロサッカー選手、鄭大世(チョン・〇〇) 10.『〇〇パーク』とは、文化的、科学的に重要な遺産を有する自然公園 12.かつて「ミニ白神」と呼ばれていた所、現在「白神の森〇〇〇〇〇〇」と名称変更 14.『海象』(海に生息する海獣) 16.鱒ヶ沢にある日本の滝百選のひとつ、「〇〇〇〇〇の滝」 17.築地からの移転問題ですったもんだしている東京都の新市場 19.欧州連合の中で最大人口を有する国、世界遺産『ケルン大聖堂』は観光人気ナンバーワン 21.『石斑魚』と書く魚 23.『雀榕』(クワ科の半常緑高木) 25.野辺地町出身のプロサッカー選手「柴崎〇〇」 26.元素記号「P」 27.ベトナムの民族服 30.『鞆轡』(公園などにある遊具) 31.『熊鷹木鳥』(白神山地に生息、絶滅の危機に)

前回パズルの当選者

厳正な抽選の結果、次の10名様が当選しました。おめでとうございます。
(応募数105名)

〈前回パズルの解答〉

ナニヤドヤラ

〈所属市町村名・氏名〉

五所川原市	澤田苑子	板柳町	野木日和
十和田市	工藤淳一	新郷村	沢口くみ子
三沢市	小島一人	つがる西北五広域連合	山中麻子
むつ市	木村龍次郎	中部上北広域事業組合	田村龍裕
鱒ヶ沢町	石田朋昭	八戸地域広域市町村圏事務組合	長谷川哲也

※平成30年1月号へたくさんのご感想、ご意見を頂きありがとうございました。今後の参考にさせていただきます。

夢は、野辺地町を移住の聖地にするじゃー！

野辺地町移住コーディネーター 阿部 博一さん（50歳）

「これまで、首都圏から青森への移住と言えば、この豊かな自然があれば生活は苦しくても、というストーリーが話が多かった。でもこれからは、物質的にも豊かに暮らせるということを訴えていかなければならないと思う。幸いにも野辺地町には収益性の高い『葉つきこかぶ』がある。この宝物を、活用しない手はないと思うんです」。

そう語るのは、東京都から移住し、地域おこし協力隊を経て、移住コ―

ディネーターになった阿部博一さん。彼の地道な活動により、今年度2組5人の家族が野辺地町で就農し、現在、町の特産「葉つきこかぶ」の生産に取り組んでいる。

東京都渋谷生まれ、町田育ちの阿部さんは、東京理科大学を卒業後、東京都立大学の大学院へ。卒業後は大手印刷会社の研究職に就き、10年先の収益源を探す仕事でシックハウス症候群を防ぐ化粧合板の研究をするも、3ヶ月

で辞職。自宅近くの公園で知り合ったお母さんの電化製品やパソコン修理をするうちに、その能力が認められパソコンサポート会社を起業。しかし、高齢者がメールをするだけのパソコンに、必要としないフルサポートをする仕事に疑問を感じ、リタイアした父親に社長を任せ、有給休暇を使った傷心旅行で、北へ車を走らせた。

「東北自動車道終点手前の青森市浪岡で降り、居酒屋で知り合ったおじさん達と仲よくなつて20日間住まわせてもらった。東京へ戻って浪岡の土地を買うも、そこは病気になるたりんごの木が残る、家を建ててはいけな土地だったんです」と笑う。持ち前の行動力で解決したあと「やはり青森で暮らしたい」と、青森県東京事務所に行き、地域おこし協力隊という制度があることを知ったという。

「青森市（浪岡地区）に応募したら年齢制限で断られた。こでやめるべきなのに、担当者さまの話術にのせられ、なぜか全く関係のない野辺地町に応募していた」と振り返る。

地域おこし協力隊員として最初に取り組んだのは、空き家バンク制度を設け、野辺地の不動産情報を首都圏へ発信すること。「実は町を初めて訪れたとき、駅はさびげ、どうやって町おこしをするのか途方に暮れました。一人では無理、移住者を増やさないと



活性化はできない、と今の移住コーディネーターの仕事の構想はこの時期からありました」と明かす。

首都圏でのセミナーでは、野辺地町の良さを伝えるだけでなく、「葉つきこかぶ」の農家になつて欲しいことまですべて話した。

「みんな田舎暮らしに慣れて移住するけれど、実際の生活は汲々としている。青森にすれば自然があつて空気も旨いという精神論ではなく、物質的にも豊かになれることを訴えていかなければならない。そのために年間生産高2000万円が見込める葉つきこかぶの生産はうつつけなんです」。

阿部さんの仕事は、移住者と農家と役場と農協を繋げること。移住者の「こんなはずじゃなかった」という魂の叫びを毎晩吸い取り、抱きしめたり、

突き放したり…。「移住者は、豊かな生活にたどり着けるか、と思うから不安になる。でも農家さんだつて自分の技術を教えるのは初めての経験。みんな手探りで試みている最中なんです。私みたいな異物が町に溶け込むために、毎晩酒を飲むのは経済的にキツイけど、地元の小学生から阿部ちゃん元気？と聞かれると嬉しくなる。酔っぱらいのお父さんたちが、阿部、お前が来てこの町は何か変わったと言ってくると、野辺地町の人口1万3000人分の1として生かされている実感が沸くんです」。

野辺地町の魅力は、移住者を排除しない気質。「そこそこ町なのに、ちよつと山に行く」と絶滅危惧種の日本ザリガニが棲んでるなんて東京では考えられない」と言う。

「将来は10組の移住者を呼び、自分も葉つきこかぶを植えてみたい。そして地域おこしの制度がなくなつても、この町に、こかぶを作り来たい！という人が出て欲しい。夢は、野辺地町が移住者の聖地になること。ここに来れば豊かな暮らしができることを実証してみせたいんです」。

一緒にいるだけで笑みがこぼれるひた向きさが、愛される理由だと思った。

清水典子の首都圏で

見つけた！あのもり人。

弘前市出身東京都在住

ひろさき移住サポートセンター東京事務所所長 野呂 智子さん

ザ・昭和の世代だと、歌手 フランク永井の歌う「有楽町で会いましょう」がご当地ソングとして思い浮かぶJR有楽町駅。中央改札を出ると目の前にどーんと姿を現すのが東京交通会館だ。

有楽町界限には全国のアンテナショップが点在することでも知られるが、交通会館内にも北海道をはじめとする物産館や郷土の食を提供する店が軒を連ねている。故郷を離れ、東京で暮らす人たちがここに来ると地方の空気を感じることができ、会館はそんな場所にもなっている。この会館の6階にあるのが「ひろさき移住サポートセンター東京事務所」。

今回は青森県を離れて暮らす歴2年、同サポートセンターの初代所長を務める野呂さんに話を聞いた。

都内には各県や市の東京事務所がた



テレビ番組などの影響もあるのだろう、地方での生活に慣れる若い人が多くなったのも事実のよう。

「青森県、中でも弘前市は1ターンを検討する人が多いと言われています。観光で訪れ、弘前市に憧れて移住の相談に来る人もいますね」と野呂さんは笑

智子さん

顔を見せる。

「自然の中で子育てをしたい」「満員電車での長時間の通勤にうんざり」「こざん刺やこけしなど青森の文化が好き」など移住願望の理由はさまざまのようだ。

「若い人の価値観が変わってきている。地方暮らしだから享受できるもの、自然、空間、時間の豊かさ、若い人が気持ち始めているように思います。そんな人たちに向けて弘前のさまざまな情報を提供できたら」と野呂さんは話す。

市役所や地元のアローワークと連携して、住宅、仕事、病院など移住に必要な情報をフェイスブックやツイッターなどSNSも含めて発信している。

野呂さん自身は東京での暮らしをどのように感じているのだろうか。

「満員電車での通勤は本当に大変です。東京は遊びに来るには良い場所、弘前は生活するのに心地がいい場所だと思っています。母は今、弘前で一人暮らしをしています。雪かきなど近所の方々のお世話になっています。地方暮らしの良さを私も実感していますね」

野呂さんは弘前大学理学部で化学を

学んだという理系女子。学生時代はミニバスケット、バドミントンをし、サキソフォンを吹き、趣味のつが世界自然遺産を訪ねる旅というアクティブ派。マチュ・ピチュ、ガラパゴス諸島など世界各地を見て歩く一方、20代のころから地域興しに関わり、地域の「財産」を探す市民の活動にも個人として参加してきた。ローカルからグローバルまで幅広い視点を持つ。

「ようやく地方のよさや地域の持つ財産に皆が理解を持つようになってきたのだと感じます。若いころに東京に出て就職し、結婚して子育てを終え、退職した年代が再び故郷に帰りたいという思いも抱えています。幅広い世代に向けて弘前の情報を提供していきたいですね」

弘前にある高校の首都圏での同窓会やふるさと会にもまめに顔を出し、出身者とのネットワーク作りにも力を注いでいる。

「移住した人が住みやすい町というのは、市民も住みやすい町。その視点を大切に仕事をしていきたい」という言葉が印象的だった。

ホントのタイム

以前に「首都圏で見つけた！あおもり人」で取材をした青森市出身の朗読家、中村雅子さんから、神楽坂にある「北のプレミアム館」で「太宰に恋して」というタイトルの朗読会を行うというお知らせをいただき、桜の散り始めた神楽坂に足を運んだ。

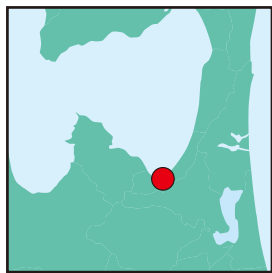
文字通り、太宰の作品に惚れ込んだ女性3人による朗読会は満席の熱気を帯びて始まった。3人がそれぞれ選んだ太宰の短編を朗読した後、後半は大作「走れメロス」。3人が場面転換と共にメロスになり、王になり、友人セリヌンティウスに入れ替わりながら朗読し、さながら演劇のような雰囲気。その迫力で息を飲んだ。耳で聴く太宰文学の魅力。

短編「親と子」では中村さんが見事な津軽弁を披露して津軽で生きる老人を生きたと表現。声によって構築された太宰の世界は文字で読むのとはまた別の感動があり、出合うことのない貴重なひとときでした。



〈執筆者紹介〉清水典子プロフィール

神奈川県平塚市生まれ。昭和54年から青森県弘前市に移住。子育ての傍ら、無農薬栽培を行う農家の支援活動、環境を守る市民運動、PTA活動などをしてしながら、リンゴ園で働く。平成5年より陸奥新報文化部に勤務。2年のアルバイト期間を経て文化部長、14年より論説委員となる。津軽に生きる女性たち取材した「私的に素敵」などの企画記事を担当してき。平成19年5月よりフリーライター。著書に「私的に素敵・津軽の女性たち」「夢追い人」「童話の食卓へようこそ」「心の四季」聞き書き小野正文「故土津軽」「弘前の和菓子」などがある。ブログ猫の時間 <http://blog.livedoor.jp/necorima/>



[野辺地町]

市町村めぐり

日本最古級の常夜燈があり、古くから交通の要衝だった野辺地町。総面積約82平方キロメートル、人口約13,000人。町のシンボル常夜燈は、文政10年（1827）、大坂と蝦夷地をむすぶ日本海航路で北前船の一大寄港地だった野辺地湊に、夜間でも船が安全に出入りできるようにと建設された。毎年旧3月10日から10月10日までの毎晩、菜種油を使って火が灯されていたという。そしてこの春、復元北前船「みちのく丸」を常夜燈公園に陸揚げ。7月15日の常夜燈フェスタでは、船内が一般公開

される予定だ。憩のスペース愛宕公園は、町を一望できる桜の景勝地。十符ヶ浦海水浴場は、遠浅の砂浜と穏やかな波が心地いい。柴崎地区健康レクリエーション施設には、宿泊研修施設を中心にキャンプ場、バンガロー、パークゴルフ場が整備され、むつ湾を望むロケーションと、豊かな自然が素敵なスポット。のへじ祇園まつりは、優雅な祇園囃子が人々を魅了する。国登録有形文化財・旧野村家住宅離れ「行在所」は数寄屋風の瀟洒な和風建築と庭が美しい。古い歴史を持ち、海と山に囲まれ、静かで優しい街、それが、野辺地町だ。



常夜燈



復元北前型舟船「みちのく丸」



国登録有形文化財・旧野村家住宅離れ「行在所」



柴崎地区健康レクリエーション施設



のへじ祇園まつり

野辺地町観光協会 事務局長 高田 誓昌さん
一昨年の秋、のへじ活き活き常夜燈市場がオープンしました。野辺地湾で獲れた活ホタテをはじめ、カレイ、ホヤなど新鮮な魚介類を販売！6月からは町の名物である「葉つきこかぶ」も販売します。また、「カワラケツメイ茶」を使った「常夜燈しそく」は全国でもここだけの逸品。他にも、野辺地せんべい、いもがしなど野辺地町の特産品がいろいろ。青森市から下北方面へ向かう途中の休憩ポイントに、ぜひ一度お立ち寄りください！



野辺地町歴史を語る会 会長 鈴木 幹人さん
野辺地町の歴史を多くの人に知ってもらうと平成11年に結成しました。会員は町内外の30人。歴史民俗資料館の日曜日の開館や、年4回の歴史講座、古文書解説、歴史ある場所への旅行も行っています。野辺地町は、海、山、川、温泉、スキー場など、コンパクトに何でも楽しめる町。昔から商人たちによる共助の精神が息づく、住みやすいところです。



街角インタビュー



愛宕公園



十符ヶ浦海水浴場

おらばら一番



ヒラメのツケ丼

鰯ヶ沢町を代表する魚「ヒラメ」。ほぼ1年を通して水揚げされる鰯ヶ沢産ヒラメは、白神山地の清流が流れ込む日本海に育まれた一品です。「ヒラメのツケ丼」は、鰯ヶ沢産の極上ヒラメを鰯沢にツケにし、たっぷりとご飯にのせた新名物。お店ごとに違った味を楽しめるのが魅力です。そして幻の魚「イトウ」と一緒に味わえる「イトヒラ丼」の提供店もあります。「ヒラメのツケ丼」は、町内10店舗の飲食店と2店舗の弁当店ほか、五所川原市エルムの街ショッピングセンターでも販売しています。



赤石溪流の「金アユ」

世界自然遺産白神山地から流れる清流「赤石川」は、アユやヤマメ、イwanaなどの宝庫です。特にアユは「金アユ」と呼ばれ、7月1日の解禁日には、県内外からたくさんの釣り人が訪れます。塩焼きにしたアユは絶品です。



焼きイカ通り

鰯ヶ沢町の海岸線では、カーテンのように並ぶイカの生干し風景が見られます。わさおが「きくや商店」周辺と、深浦方面に向かって、鰯ヶ沢中学校周辺2カ所で干したイカを焼いて売る店が軒を並べ、焼きイカ通りとよばれています。特に美味しいのは7月から8月。焼きイカの香ばしい匂いに誘われ、たくさんの客が立ち寄ります。また、毎年9月には「めざせ日本一!鰯ヶ沢イカのカーテンまつり」が開催され、約800枚のイカをみんなで一斉に干して楽しめます。



白神杯 鰯ヶ沢トライアスロン大会

青森県唯一のトライアスロン大会です。はまなす公園を主会場に、スイム1.5キロ、バイク40キロ、ラン10キロの合計タイムを競う、四半世紀を超える歴史ある大会です。全国屈指の難コースとしても有名で、津軽の秀峰岩木山や、日本海の大自然を満喫することができます。ゴール後は、地元でとれた甘いメロンやスイカが振る舞われる、アットホームな大会です。現在、参加選手とボランティアを募集中!

平成30年7月29日(日)

白神杯第33回 鰯ヶ沢トライアスロン大会
第15回 鰯ヶ沢ジュニアトライアスロン大会
第73回 国民体育大会・福井しあわせ元気国体
青森県代表選手選考大会

申込み:参加申込受付中(平成30年7月1日締切)

大会公式サイト: <http://triathlon.ajigasawa.jp>

問い合わせ先:鰯ヶ沢トライアスロン大会実行委員会事務局 菊谷

TEL.090-5231-7845

E-mail: tetuman@infoaomori.ne.jp



青森県の西海岸、北は日本海を臨み、南は世界自然遺産・白神山地を持つ鰯ヶ沢町は、津軽藩発祥の地と伝えられています。藩政時代には、津軽藩の御用港として栄え、北前船の往来で繁栄を極めました。鰯ヶ沢町の魅力を、特別観光大使・わさおが紹介いたします!



日本の滝百選「くろくまの滝」

世界自然遺産・白神山地を源流とする、赤石川の支流「滝ノ沢」にある「くろくまの滝」。落差85m、幅15mという、青森県内最大級の滝です。観音様が合掌しているような美しく神々しい景観は、古くから山岳信仰の場となっています。現在は土砂崩れによる復旧工事で通行止めですが、平成32年には開通される予定です。



鰯ヶ沢産メロン&スイカ

鰯ヶ沢町は、甘くておいしいメロンやスイカの名産地です。メロンの主な品種は、網系の「タカミ」と「レノン」。糖度18度を超えるプレミアム級が、たくさん採れ、若手農家さんたちも頑張っています。



長平青少年旅行村(鰯ヶ沢キャンプパーク)

岩木山麓の長平高原にある、自然環境に恵まれたキャンプ場です。テントサイト、バンガロー、ログハウスを備え、本格的なアウトドアが満喫できます。ピザ、パン、クラフト、ロープを使った木登りなどの体験も可能です。



光信公の館(種里城跡)

津軽藩の始祖・大浦光信公の遺徳を偲んで建てられた館です。発掘物や古文書が数多く並び、大浦光信公が、この地に入部して近隣を平定し、五代後に津軽統一を果たした為信公へと続く、歴史の一步を体験することができます。前庭には光信公の銅像が立ち、津軽家の家紋にちなんで、約800本のぼたんが植えられています。



大高山総合公園

人と自然の調和、人と人とのふれあいを大切にした「町民の憩いの場」です。野球、ソフトボール、サッカーができる多目的運動場や、広場、テニスコート、ゴーカート、遊具もあり、子どもから大人まで楽しめます。

一般的に「はしか」と呼ばれる「麻しん」は、ウイルスの感染によって起こる、急性熱性発疹性の感染症です。

麻しんウイルスは、感染している人の、せき、くしゃみ、鼻水などにより感染者からウイルスが飛び散り、直接吸い込んだり、手や肌に触れることで感染します。その感染力はとても強く、空気感染することもあります。感染すると、ほぼ100%発病すると言われています。それは、毎年、春から初夏にかけて流行が見られるからです。

また、目の充血をとまなう場合もあります。そして、口の中に小さい白い斑点が出ます。その後、3日前後で熱は下がりますが、半日後に再び熱が高くなり、赤く少し盛り上がった発疹が体中にあらわれます。これらの症状は2週間程度でおさまりますが、肺炎や中耳炎などを合併する場合があります。

また、麻しん患者と接触した人、麻しんが流行している地域を訪れ、麻しんを疑う症状が出た場合は、事前に医療機関へ電話し、麻しんの疑いがあることを伝えた上で、早めに医療機関を受診してください。



働き盛りの健康法

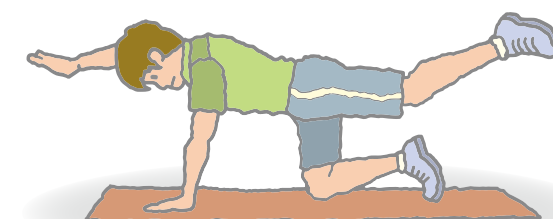
体幹トレーニングを始めよう！

アスリートが取り組むことで人気となった、体幹トレーニング。でも体幹とはどこで、どう鍛えればいいのでしょうか。

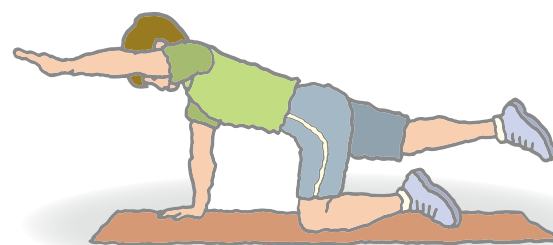
基本的な体幹とは、首から上と腕・脚を除いた部分のことを言います。

アーム&レッグレイズ

背中筋肉や肩、太ももなどを鍛えることができます。



両手と両膝を床につき、片手と反対側の足を上げます。この状態で5秒キープ！



上げた手足を下ろし、もう片方の手足を上げて5秒キープ！

あいちゃんの読んで得だね！

今回「やすらぎ」の取材で訪れた鰺ヶ沢町と野辺地町の、とおき情報を紹介します！！

食と文化の魅力いっぱい！「海の駅わんど」と「鰺ヶ沢相撲館」

《鰺ヶ沢町》

鰺ヶ沢の新鮮食材とお土産が欲しい！と思ったら「海の駅わんど」へ。1階では旬の鮮魚をはじめ、水産加工品、野菜などの農産物、この土地ならではの土産を販売。食堂や無料休憩所もあります。観光情報コーナーでは、観光やイベントの紹介、おすすめ情報も提供しています。



2階は、鰺ヶ沢相撲館（舞の海ふるさと棧敷）です。鰺ヶ沢町出身の元小結・舞の海、元関脇・綾川などの化粧回りや貴重なトロフィーなどを展示しているほか、大相撲の歴史をパネルやビデオでわかりやすく紹介しています。（入館無料）



鰺ヶ沢町大字本町246-4 TEL.0173-72-6661
■営業時間/4月～12月 9:00～18:00(12/31は15:00まで)
※鰺ヶ沢相撲館は17:00まで
1月～3月 9:00～17:00(1/3は10:00から)
※鰺ヶ沢相撲館は16:00まで

烏帽子岳(えぼしだけ)に登ってみよう！

《野辺地町》

野辺地町のシンボルとして地域住民から親しまれている烏帽子岳は、標高719.6メートル。陸奥湾や下北半島など、山頂から眺める大パノラマが魅力です。

野辺地町の海側から見ると、頂上部分が烏帽子の形をしていることから名づけられたそうです。



天然のヒバ林とブナ林の間を縫うように登るため、森林浴効果が期待でき、頂上から3キロメートル程手前の3番橋(夜泣き石)までは、車道も整備されています。近くに野営場もあることから、家族やグループでのハイキングに適した山として知られています。



毎年春には、山頂にある烏帽子神社で登山者の安全祈願が行われるほか、烏帽子岳の麓にある県立野辺地高等学校では、全校生徒による耐久登山も行われています。

あいちゃんのほのぼのコーナー

泳ぐの苦手の巻



♡取材こぼれ話

《鰯ヶ沢町》

♡鰯ヶ沢町の食の拠点と言えば「海の駅わんど」。地元で獲れた新鮮な旬の魚介類から農産物、お土産が豊富にそろっているんです。イカの塩辛は、イカスミで作ったものや、イカゴロだけでも売られていました。



♡とろりとした蜜がたまらない「串だんご」や「みつけだんご」で有名な北川商店。ごへい餅や餅菓子も人気でした。



♡ユニークなのは「五能線ノスタルジックサイダー」。五能線全線開通 80 周年に合わせて作られたそうです。日本海の青をイメージした「鰯ヶサワー」、世界自然遺産白神山地のブナ林の緑「鳴ヶサワー」、日本海に沈む夕陽の赤は、鰯ヶ沢町のおとなり深浦町の「北金ヶサワー」。鉄道ファンじゃなくても、もうお気づきですね。すべて駅の名前がついているんです。



♡ほかにも「アビタニア ジャー ジー ファーム」のアイスクリームやチーズ、「白神アグリサービス」のりんごやブルーベリーなど、加工品も好評でした。



♡街なかを歩くと、尾崎酒造では「特別純米酒 安東水軍」など鰯ヶ沢の地酒がズラリ！和菓子店・山ざきには「ケーキド大福」や、地元ならではの「金アユ」を模ったお菓子が並んでいました。



鰯ヶ沢駅前では、やっぱりこれを食べなくっちゃ！ということでサクッとジューシーな「チキンボー」を味わい、TATUYA では、尾崎酒造の酒粕で作った「酒粕生チョコ」を GET! 日本酒の香りとチョコのほのかな甘さがベストマッチでした。



♡ランチタイムはドライブイン 汐風で「ヒラメのツケ丼」。この美味しさとボリュームで 1,080 円は信じられな〜い！町内 10 店舗で味わえるので、食べ比べてみるのもいいですね。ヒラメとイトウが両方味わえる「イトヒラ丼」、イトウだけの「イトウ丼」もありました。



また、町内のいろんなところでは「白神山地の水」が販売されていましたよ。長谷川自然牧場では、動物とふれあったり、シュークリーム作りも体験できるそうです。



《野辺地町》

♡野辺地町ではお土産を求め、のへじ活き活き常夜燈市場へ。そこには、活ホタテ、カレー、ホヤなど新鮮な魚介類が並んでいました。



♡6 月からは 9 月頃までは、特産品の「葉つきこかぶ」も販売されるそうです。このかぶ、実はヤマセによって甘味が増すそう。身が白く、柔らかくて、手で皮がむけるんだって！ぜひ一度味わってみませんか！！



♡そして野辺地町といえば「カワラケツメイ茶」。歴史を紐解くと文化文政の頃、北前船で上方から伝えられたとされ、カワラケツメイを焙じて作るお茶は、薬草茶として野辺地では昔から愛飲されていたようです。このお茶を使った「常夜燈しゅ〜く」は、さっぱりしていて美味しかった〜。



このお茶が入ったそばやうどんもありました。

♡そして野辺地町には、7 代も続く醤油の醸造元や、納豆、豆腐店、製麺所もあるんです。歴史を感じる町の、昔ながらの逸品っていいですね。



♡ほかにも、ホタテの加工品、野辺地せんべい、いもがしなど野辺地町の特産品がいろいろ。葉つきこかぶのドレッシングは、新しいお土産のひとつ。市場内には、お惣菜やオリジナル商品もあるので、のぞいてみて下さいね。



♡野辺地町でいただいたのは「のへじ丼」。3 年前から地域おこし協力隊員だった阿部さんを中心に、公募によるレシピ開発を始め、飲食店が改良を重ねて昨年完成。ホタテの漬け丼に、ホタテが入ったみそ貝焼き、ベビーホタテのみそ汁とホタテ尽くし。6 月からは「葉つきこかぶ」も加わるそうです。刺身定食、カツ丼など、どれを頼んでもホタテのみそ汁がついてきました。



編集部のあいちゃん下〜す！

