

# 信濃大町の食にまつわる物語の研究と、 それを活かした食のおもてなし実験事業

YAMANBA ガールズ

## 1. 事業概要

### ①事業の背景

#### 地域の課題

信濃大町は、北アルプスの麓、松本と糸魚川の間位置し、かつては塩の道の宿場町として栄えた。近年では、立山黒部アルペンルートの玄関口として、または、白馬へ向かうために、大勢の観光客が訪れている。

北アルプスから流れ出る豊富な水と、米・野菜・果物・酒・ジビエ・淡水魚と豊かな食に恵まれた町だが、地元市民はなかなかこれを意識することができず、大町らしい食、大町ならではの食をうまく打ち出せていない。

#### 芸術祭への参加

2017年、信濃大町で「北アルプス国際芸術祭 2017～食とアートの廻廊」が開催されることになった。その土地の固有性をアートによって表現し、多くの来訪者に楽しんでもらおうというコンセプトである。せっかくのこの機会に、大町の食を何か表現できないか。郷土に伝わる食には、その風土の中で昔から人々が命をつないできた知恵・生きる力が込められている。郷土の食文化と食にまつわる物語を研究し、まず地域に住む私たちが地域を学ぼう、そして芸術祭という場で、来訪者におもてなしをしようと考えた。都会向きのお洒落な演出はせず、むしろ「命をいただく」こと大切さ、ありがたさに思いを馳せてもらいたいという気持ちもあった。

賛同する4人のメンバーが発起人となり、YAMANBA ガールズを結成。芸術祭の公募に企画を出し、会期中アーティストとして、食の表現をすることとなった。

### ②事業の目的

今回の「北陸地域の活性化に関する研究助成事業」では、次の3点を目的に取り組みを行った。

- 「郷土の食」＋「食にまつわる物語」＋「お母さんたちのおもてなし」で、どうしたらその土地らしい食が表現できるか研究する。
- それを芸術祭会期中、期間限定のレストランを運営してお客様に提供し、どのような評価を受けるか実験する。
- 受けた評価を検証し、成果を地域につなげる。

## 2. 研究内容

### ①料理講習会

料理は、地元の郷土料理研究家である長瀧勇次氏に全面的な協力をいただいた。まず、長瀧氏を講師に、3月から6月まで月1回合計4回の料理講習会を行った。3月・4月の2回は、試食を兼ねた郷土料理の研究とし、芸術祭会期が6月4日から7月30日までであるため、6月のプログラムと7月のプログラムの2種類を決めた。その後5月には6月プログラム、6月には7月のプログラムを練習し、研究した。

芸術祭参加アーティストという立場をもらったことあり、毎回 30 人程度のお母さんが集まり、郷土の食材や食文化を学び合った。この結果、20 代から 80 代まで、3 世代にわたる地元の女性たちが 30 名以上、YAMANBA ガールズに加わった。

3 月 16 日 (31 名)



図 1~3 2017 年 3 月 16 日調理講習会の様子と作った料理

4 月 20 日 (32 名)



図 4~6 2017 年 3 月 16 日調理講習会の様子と作った料理

5 月 18 日 (28 名)、6 月 15 日 (25 名)

## ②リーフレット作成

講習会を通して、郷土料理の献立と民話のおもてなしプログラムを 2 種類つくり、これを A5 版 4 頁のリーフレットにまとめ、本番のお料理に添えた。紙媒体で手元に配布することで、その場で伝えきれなかった食文化や食の物語を補足し、記念に持ち帰ってもらうためである。また、台湾からのツアーがいくつか入ったので、中国語（繁体語）版も作成。

2 種類×2 言語で合計 1200 枚を印刷し、配布した。

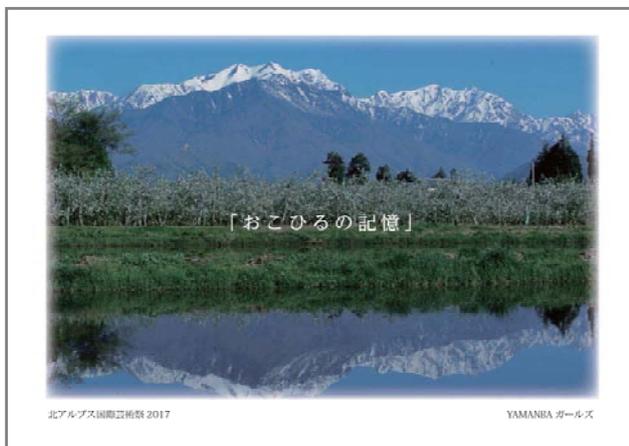


図 7 6 月の料理に添えたリーフレット

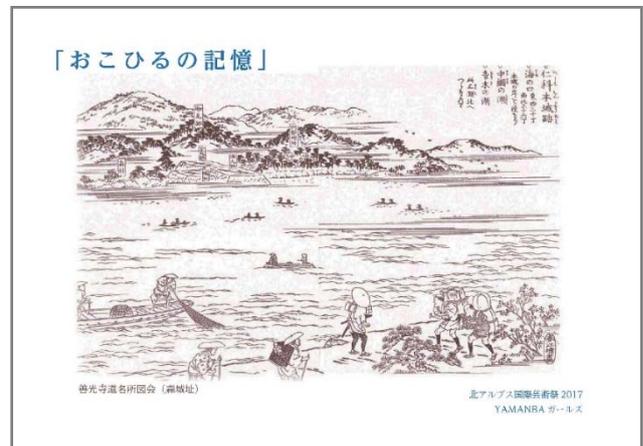


図 8 7 月の料理に添えたリーフレット

### ③ニュースレター

活動内容や思いを、地元市民や訪れた方に伝え、活動の輪を広げることを目的に、3月の準備段階から7月まで、毎月ニュースレターを発行した。



図9 発行したニュースレターの表紙

### ④プレスツアー受け入れ

民話をきちんと聞いてもらい、食のおもてなしを一つながりの体験とするためには、普通の食堂のようにバラバラとお客様を受けるわけにはいかない。そこで、11:30からと13:00からの2回公演とし、お話とお食事とおもてなしで1時間のプログラムとした。営業も、本業を別に持つお母さんたちのチームであるため、無理なく回せるように、土日・祝日だけの営業とした。

本番前のリハーサルを兼ねて、芸術祭実行委員会が催行したメディア向けの先行ツアーを受け入れ、40人ほどのお客様をおもてなしした。おもてなしが好評だったことで、本番に向けて自信を持つことができ、段取り等の改善点もチェックすることができた。

また、この時の取材により、多くのメディアに取り上げてもらうことができた。



図10 2017年6月10日付 朝日新聞

### 3. 実験の経過

#### ①6月のプログラム

6月は「田植えのおこひる」をテーマに、献立を組み立て、物語を選んだ。民話は、「爺の雪形」というお話で、ある飢饉の年の冬、孫たちに種もみを残して死んでしまったお爺さんが、春になると雪形になって山に現れ、種をまく時期を教えてくれるという物語である。実際に6月は昔の田植えの時期と重なり、爺ヶ岳という山に種まき爺さんの雪形を見ることができる。民話の世界に入ってもらいやすいように、テーブルには、稲の苗と種もみを飾った。



図11 爺の雪形の語りの風景



図12 6月のお料理

お料理は、田植えのときによく田の畔で食べたというきな粉やフキ味噌のおむすびに、凍み大根と身欠きにしんの煮物。それに湖で獲れた姫マスのすずめ焼きやつけもの、甘味を添え、後から山菜の天ぷらを大ざるで出した。多くのお客様が、民話の中で、食べ物のない切なさや田植えの喜びを感じ、こうした素朴な家庭料理を、深く味わって楽しんでいた。

#### ②7月のプログラム

7月のテーマは湖と塩の道。戦国時代、武田信玄が駿河の今川の塩止めにあつて、人々がどんなに困ったか、上杉謙信が武田信玄に塩を送ってくれて、みんなどんなに助かったかを、大町を通る塩の道を紹介しながら語った。



図13 塩窯焼きを楽しむお客様



図14 7月のお料理

お料理のメインは青木湖で獲れる大型の信濃ユキマス。塩で固めて蒸し焼きにし、シラカバの木槌で割ってみんなで取り分ける演出である。塩をたくさん使った塩窯焼きや、塩の道を通ってやってきた昔からの食材塩丸イカ、それに、謙信寿司、夏野菜の天ぷらなど。塩のない話を聞いたあとの塩窯焼きを、お客様はしみじみと味わっていた。

### ③おもてなし

後出しにした山菜の天ぷらと信濃ユキマスの塩窯焼きは、お母さんとお客さんのコミュニケーションツールでもあった。山菜の出盛りは5月であるため、6月終わりまで山菜の天ぷらを出すのは難しい。それでも北アルプスの麓に位置し標高差のある大町は、里は初夏でも山は春。山歩きの好きなYAMANBA が山の奥まで行って採ってくることも



図15 山菜の説明をするお母さん



図16 山菜でもてなすお母さん

あった。期間中には、よもぎやアカシアの花、ブドウの葉、ヒメジオン、葛の若葉など、実にいろいろな葉っぱが並んだ。これはお客様も珍しがって知りたがり、シャイなお母さんでも説明できる話題で、大いに話が盛り上がる事ができた。

また、7月の信濃ユキマスの塩窯焼きは、各テーブルで1つの塩窯焼きを、割って分ける。一番遠くから来た方に割ってもらうなど、ちょっとした工夫で、お客様同士の会話も生まれ、楽しい演出となった。

1日に8人~10人のお母さんがお料理と準備をし、おもてなしに入る。プログラムの最後には、全員が一列に並んでご挨拶をした。最初はずかしがっていたお母さんたちも、だんだん交流することが楽しくなり、積極的に会話を楽しむようになった。

YAMANBA たちは、お客様との話題作りのためにできるだけ多くのアート作品を見ていたため、後半は芸術祭の話に花が咲いた。同じテーブルになったお客様同士が仲良くなって、その後芸術祭一緒に回ったという話も一度や二度ではない。おもてなしの中でのちょっとした交流は、その場の皆にとって心からの喜びとなった。



図17 最後にはYAMANBA 全員で挨拶

### ④カフェ

終盤、予約がいっぱいで遂にお断りをしなければならなくなったとき、せめて漬物とお茶のおもてなしだけでもできないかという話が自然に持ち上がった。そこで、家庭の漬物やト



図18 カフェの様子

マト、トウモロコシなどを持ち寄って、7月23日と29日の2日間、それぞれ2時間ほど、YAMANBA カフェを行った。150人の方にお寄りいただく中で、様々な出会いが生まれ、漬物の作り方から芸術祭全体や大町訪問の感想など、尽きることなく話が盛り上がり、お客様は実はこうした交流こそを求めているのではないかと思うほどであった。

#### 4. 評価

##### ①来場者数、掲載メディア

###### 来場者数

6月： 8日間 380人  
7月：11日間 781人  
カフェ：2回 150人  
合計 1313人

###### 掲載メディア

大糸タイムス（3月17日、6月22日）  
信濃毎日新聞（4月21日、5月22日）  
朝日新聞（6月10日）  
読売新聞（6月14日）  
中日新聞（7月12日）  
タウン情報（4月1日）  
婦人画報3月号  
マガジンハウスc o L o c a l（5月19日）  
CREA WEB（5月28日）  
ONESTORY（6月4日）  
C a s a BRUTUS（6月20日）  
産経新聞WEB版（7月15日）  
地域づくり ほくりく 2017.夏号

会期中は1300人を超える方に来場していただいた。

また、期間中は多くのメディアに紹介され、信濃大町の食を広く発信することができた。右は新聞・雑誌・ウェブマガジンに掲載されたものであるが、これ以外にテレビにも3回ほど取り上げられている。

##### ②来場者からの評価

多くのお客様が満足して笑顔で帰途についた。また、1500円では安すぎる！という声を何人もの方からいただくことができた。YAMANBA ガールズでウェブ検索をすると、個人の方からのレポートが何件も上がっている。その多くが、「民話や料理の説明も詳しくしてくれて、地元を知ることができた！」「料理も美味しく、素晴らしい！」など好意的なコメントと共に紹介されていた。

また、記録集をまとめるにあたり、来場者の感想を集め、「北アルプス国際芸術祭で見てきたものが、ここの食で全部つながり、味わうことができた！」など嬉しい声をいただくことができた。

##### ③わかったこと

以上の評価より、私たちは、地域の食材・食文化に愛着と自信を持つようになった。また、地域らしいおもてなしを、多くの方が求めていることもわかった。

- 大町には豊かな食材と食文化がある
- 食のもとに人は集い、笑顔になる
- 地域に伝わる食材や食べ方ひとつにひとつに意味があり、昔からの生きる知恵がつまっている
- 民話もまた、命をつなぐ知恵や生きる喜びを今に伝えている
- 地元食材と郷土料理+地元の人との交流というここでしかできない体験が、旅のお客様には大変に喜ばれる。

## 5. 成果の活用と今後の展望

### ①地域への広がり

芸術祭が終わる頃には、YAMANBA ガールズは、素晴らしいおもてなしチームとなった。地域の食のこと、風土のこと、みんなが説明できるのである。そこに誇りと自信も生まれた。

YAMANBA が大好評だったことは地域にも伝わり、いくつもの食の勉強会に呼んでいただいた。事例発表だけでなく、お母さんが舞台にあがってのパフォーマンスも行った。



図 19 2018年1月24日の研修会でパフォーマンスをする YAMANBA ガールズ

- 1 1月19日 県主催の大北地域食育フォーラムにて事例発表
- 1 2月12日 ホテル・飲食店参加の郷土料理講習会で事例発表
- 1 月24日 ホテル・飲食店・生産者・観光関係者の研修・試食会で  
試食の出品とパフォーマンス
- 2 月26日 農と観光の連携会議にて「大町の風土と食」講師

### ②記録集作成

成果を紙媒体でも残した。芸術祭の中で、お客様がこんなにも地域の食に興味をもってくれることを知り、そこから着想を得て生まれたのが、「信濃大町 風土と食」のリーフレットである。また、この成果を残し活用するツールとして、記録集を作成した。

### ③今後の展望

この研究を通じて、YAMANBA ガールズという郷土の食を伝えるチームが育った。そして、芸術祭でのおもてなしという実験を経て、食には人を笑顔にする力があること、食文化には、昔からの生きる知恵が詰まっていることを学んだ。地域の食と地元の人との交流という、ここでしかできない体験がこんなに喜ばれることもわかった。

今後は、学習会等での発信や、地域のイベント等でのおもてなしの実践等を重ね、郷土料理講習会を継続しながら、ここで学んだこと、得た仲間を大切に、3年後の芸術祭で何ができるか考えていきたい。