

A BRAND NEW CHAPTER @KOCHI
TOSABUSHI

とさぶし



No
36



TAKE FREE

特集

人から伝わる・人が伝える

仁淀川の
人と暮らし



特集

人から伝わる・人が伝える
に よ ど が わ

P03

仁淀川の人と暮らし

P04

暮らしの記憶

P06

暮らしの中の遊び

P08

暮らしの中の食

P10

暮らしの中にある水害

P12

「ここで暮らす」理由



連載

P14

土佐おたからレシピ【ツガニ汁】

P16

土佐の技 温故知新【和紙】

P18

自然博物ミステリーハンター【横倉山^{よこぐらやま}】

連載

P20

プライムトーク【古城亜希子さん】

P22

昔々にあったとさ♪【忍術つかい茂平】

P23

とさぶしからの贈り物

とさぶし36号の登場人物



P04

椿山地区で暮らす
なかうちけんいち
中内健一さん



P05

「民宿 いち川」の女将の
いちかわともえ
市川共江さん



P08

女流プロアユ釣り師の
にしわき あき
西脇亜紀さん



P09

「片岡養魚場」の
かたおか ひろふみ
片岡裕貴さん



P10

元日高村消防団 団長の
はまだ せいすけ
浜田征幸さん



P12

「BLUEBREW」の
ケネス ムカイさん



P13

「mowcandle」の
むらやま まさし
村山匡史さん



P14

やまやくれない
「山屋紅」のオーナーの
なかの ようじ
中野葉子さん



P16

「井上手漉き工房」の
いのうえ みさと
井上みどりさん



P17

「ひだか和紙有限会社」の
ちんげい ひろよし
鎮西寛旨さん



P18

「横倉山自然の森博物館」の
やちもり しげお
谷地森秀二さん



P20

「山のめぐみ舎」の
ふるき あいこ
古城亜希子さん

特集

人から伝わる・人が伝える

仁淀川の 人と暮らし

高知県の7つの市町村に

またがって流れる二級河川・仁淀川。

時代の流れとともに仁淀川が

暮らしにどのように関わってきたか、

そこに暮らす人々を通して

お伝えします。



仁淀川とともに歩んできた住人のものがたり

暮らしの記憶

移り変わる時代の中で、住民の生活を支えてきた川。
仁淀川町で川を見つめ続けてきた人々に聞く、当時の暮らし。

なかうちけんいち

中内健一さん

椿山地区で生まれ育ち、高校への進学を機に椿山を離れる。令和2年の春、愛犬ラッシュとともに椿山への移住を決意。現在は畑を耕したり、はちみつ作りをしながら椿山を守っている。

小さな集落で過ごした たくさんの川の思い出

「椿山地区から最後の住民が去った」と聞いた中内さんが、家族を高知市内に残し故郷・椿山へ帰ったのは令和2年のこと。「家族は猛反対でしたね」と当時を語る。「色んなこと思っただけね。お祭りもせないかん、誰もおらんだったら役場関係のこともほたくられて（ほったらかしにされて）しまうから」と椿山で二人、愛犬ラッシュとともに暮らし始めた。

仁淀川町の中でも旧池川町に当たる椿山は、標高約700mの山里。そこで畑を耕し、はちみつを取りながら暮らす。子どもの頃の中内さんの遊びといえば、川遊びやアメゴ突きが定番。上流の川の

の水は冷たく、夏でも唇が真っ青になるので、河原で火を焚いて暖まりながら、突いたアメゴを焼いて食べたもの。「川に入ると足に当たるほどウナギもおった」と言うから、現代とはまるで別世界。今では人も魚も減ってしまった故郷・椿山だが、中内さんにとっては、自然の中で趣味を楽しめる至福の場所。山の麓から引いてきた水は、故郷の水を汲みにわざわざ帰る人もいるほどおいしく、その水でコーヒーを飲んだり、無農薬の椿山茶を飲んだり、育てた無農薬の野菜を食べたり。中内さんいわく「ここでの暮らしは「まあ最高」なのだ。



(上) 愛犬ラッシュは、山道や畑を駆け巡り生き生き。椿山での暮らしを楽しんでいる。

(下) 伝統の「太鼓踊り」では、集落のお宮や神社を通り、大野椿山川まで踊りながら練り歩く。

林業から観光へ 変化する川の暮らし

市川さんが仁淀川町(旧池川町)に嫁いだのは昭和32年のこと。当時、和紙の原材料であるコウゾとミツマタの栽培や林業が盛んだった池川町は、売人が行き交っていた。町内には商店が立ち並び、市川さん一家が営む「お料理いち川」もまた、昼夜を問わず大忙し。商談が決まった商人らの大宴会の準備に追われ、宴会場のテーブルに掛ける大きなテーブルクロスを「タライに収まりきらないから」と、

川で洗濯することも。民宿の前の流れる土居川には、川に飛び込む子どもたちや、川釣りを楽しむ町民の姿があった。「昔は淵があってもっと深かった。ウナギもおったし、蛸の乱舞も見事

やった」と市川さんはここでの暮らしを振り返る。一方で、40年前の台風では「建物の2階に迫るほど水が上がってきた」と苦労話も聞かせてくれた。

25年前、常連さんの要望もあり「お料理いち川」は「民宿いち川」へ。お客さんは売人から観光客や釣り客へと変化。当時8000人余りいた人口は2000人代まで減少し、川から町民の姿が減った代わりに、県内外からわざわざ訪れる人たちが増えた。今も変わらず多くの人をここで出迎える市川さん。「100人中100人が『川がきれい』と仰ってくれますよ」と話すその表情は誇らしげだ。



透き通った川を眺めながらくろげるとあって、人気のお部屋。窓を開けると心地良い風が入ってくる。夕食にはウナギの白焼き、稚鮎や山菜の天ぷらなど料亭の味が楽しめる。



いちかわともえ
市川共江さん

23歳で仁淀川町の老舗「いち川」へ嫁ぎ、87歳の現在まで女将を務める。予約の電話や帳簿の管理などを行い、4代目となる板前の息子さんと二人三脚で店を切り盛りしている。

Niyodo River Adventure

飛び込み

沈下橋や飛び込み岩といったやや高いところから、仁淀川の川面に思い切ってダイブ！ 何人かで一緒に飛び込めば、勢いよく水しぶきがあがる。飛び込んだ瞬間の音や衝撃も思い出に。

Niyodo River Adventure

川石でダムづくり

流れのなかにさまざまな大きさの川石を組み上げて、ダムを作る遊び。川原では、捕まえた魚を泳がせる生簀^{いけす}をつくることもあった。家族で出かけたなら、そこで飲み物やスイカなどの果物を冷やした。

Niyodo River Adventure

水切り

仁淀川に来たら、思わず始めてしまう水切り。川原の石を投げて川面を跳ねさせるこの遊びは、仁淀川ではスポーツにもなっており、毎年「仁淀川国際水切り大会」が開催されている。

Niyodo River Adventure

箱めがねで水中探検

今も昔も川ガキに欠かせないアイテム「箱めがね」。底のガラス面を水中に浸けて覗けば、まるで天然の水族館。ワクワクしながら水中を探検することができる。

今も暮らしの中にある
やんちゃな川ガキ時代の
懐かしい記憶…

暑くなれば仁淀川で毎日のように遊ぶ子どもたち。彼らは昔「川ガキ」と呼ばれた。水中ゴーグルを着けて泳いだり、もりや網で魚を捕まえたり、沈下橋や岩場から飛び込んだり。川ガキたちにとって、仁淀川はワクワク・ドキドキ・ハラハラの

生き物探索

いろいろな形や色の生き物たちが泳ぐ仁淀川は、どんな水族館よりも身近な生き物探索ができる場所。捕まえた生き物はバケツやプラスチックの飼育容器に入れて眺めた。

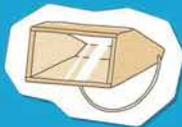
川エビ探し

川底の石をめぐって探す川エビは、見つけた途端に勢いよく飛び出し、あっという間にまたどこかに潜んでしまう。見事捕まえられたら、昔は家でよく唐揚げにしてもらったもの。

写真提供：株式会社西日本科学技術研究所

素潜りで石拾い

仁淀川名物「五色の石」で知られるように、仁淀川にはカラフルな石がたくさんある。川底でキラリと光るきれいな石をめがけ、大きく息を吸い込んで水中にダイブ!

これ知っちゅう?
川ガキアイテム図鑑

箱めがね

木の小箱のような外見だが、底にガラス板がはめ込まれており、水中をのぞくことができる。

エビ玉

先端に小さくて丸い網が取り付けられており、勢いよく川エビや小魚をすくうことができる。



よもぎ

川原に自生している植物だが、すりつぶした液を水中めがねなどの曇り止めに使う。



金突き

魚突きが好きな川ガキの手には「金突き」。大きくなるにつれて、上手に突けるようになる。※アユ、アマゴ、ウナギ等を金突きするのは禁止



みんな昔は川ガキやった

暮らしの中の遊び

水切りしたり、魚を突いたり、岩から飛び込んだり...
仁淀川はまさに「遊び」の宝庫! 川で遊んだことのある人ならきっと共感できる、川ガキたちの遊び方を紹介。

連続。自然がフィールドのテーマパークそのものだった。朝から日暮れまで一日中遊んでも飽き足りず、また次の日も、その次の日も。飽きもせず川へと向かう。

「昔の川ガキたちには共通する思い出がいくつかある」と話すのは、「仁淀川国際水切り大会」の代表、生野宜宏（しょうののひろ）さん。1つ目は、年長の兄や姉について遊びに行った思い出。川ガキの世界にはナワバリなんてものはなく、年齢・性別・地域分け隔てなく一緒になって遊んだこと。2つ目は、溺れそうになった思い出。大抵の川ガキは「二度は溺れたことがある」と地域の人たちは口々に話す。川でのいろんな体験を通して、子どもたちは誰に教わらずとも、遊びの中で身体と精神を養ったもの。川ガキ出身の大人たちにとって、仁淀川の川原や溪流で遊んだ思い出は、心の中の原風景。今も暮らしの中にある。

仁淀川の恩恵を受ける人々

暮らしの中の食

暮らしに欠かせないものといえば「食」。
仁淀川の豊かな水の中で魚を育て、捕り、食す…
それらを生業とする人々に話を聞いた。

鮎

捕る

にしわきあき 西脇亜紀さん 鮎屋仁淀川

高知市出身。子どもの頃から釣りに親しむ。夫である康之さんとの出会いをきっかけにアユ釣りを始め、現在は「鮎屋仁淀川」を営みながら、プロの女流釣り師として活躍中。

仁淀川の天然アユが
最もおいしく釣れる
伝統漁法に挑む

仁淀川で古くから行われてきた伝統漁法、アユの「友釣り」。これを「天然のアユを最もおいしく釣り上げる」ことができる方法」と教えてくれたのは、「鮎屋仁淀川」の女将・西脇亜紀さん。夫である康之さんと共に、京都や北海道から注文が入る天然アユを釣りながら、一般客への販売や釣り体験も案内する。「仁淀川のアユは形がとてきれいで、おいしい。急流を力強く泳ぎ、きれいな水に磨かれている」。そう話す手には、長さ約8mという専用の釣竿を握りしめている。



釣り師の仕事はとてもハードで、

女性の存在は希少。一日中、流れる川の中で立ちっぱなし。虫に肌をかまれることも、川原で転倒することもある。そのたびに、仁淀川のアユの力強さと生命力の強さを感じてきた西脇さん。女だてらにプロの



アユ釣り師として生きるその姿は、次の世代を残すためだけに激流の中を遡上する、アユの姿と重なって見えた。



アマゴ

仁淀川の上流域である上八川川をはじめ、安居川や中津川といった溪流に生息するアマゴは、地元ではアメゴとも呼ばれる。小ぶりで美しい斑点が特徴。川原で串焼きにして味わうことも。



アユ

春先に土佐湾から遡上するアユは、秋ごろまで仁淀川の本流・支流で見ることが出来る。水中にナワバリを作る習性があり、おとりのアユを泳がせて釣り上げる「友釣り」が盛ん。

まだまだあるで！
仁淀川が育む
おいしい
もん

天然魚



育てる かたおか ひろたが 片岡裕貴さん 片岡養魚場

仁淀川町出身。町外で就職したが、60歳の定年をきっかけに両親や親族が営む「片岡養魚場」を引き継ぐ。高知県産の柚子を飼料にする「ユズアマゴ」の養殖に取り組んでいる。

恵まれた豊富な水を 生き物と捉え アマゴ養殖を営む

仁淀川の上流域である中津溪谷では、仁淀川を代表する美味な川魚であるアマゴの養殖が行われている。取り組むのは、昭和45年から続く「片岡養魚場」の代表・片岡さんだ。「何よりも必要なのは、美しく澄んだ水だね。『四国トップクラスの環境』と言われることもある」。そんな片岡さんの言葉通り、降り注いだ雨水は、水源である中津明神山に深く染み込み、1年を通じて、水量・水温ともに安定した水を与えてくれている。そのため養殖場には、常に新鮮な水が流れ続け、アマゴが健やかに育つ。



一方で、流れ込む水を「生き物」として捉え、注視することも欠かせない。水と直結した環境だからこそ、大雨で土砂崩れが起これば、水流が途絶えるのも早い。そうなれば養殖場にいる数万匹のアマゴは1時間程で息絶えてしまふ。豊富な水の恵みを受けながらも常に気を抜かず、水を見つめる片岡さんの後ろ姿は、仁淀川の暮らしを垣間見せてくれる。



まふ。豊富な水の恵みを受けながらも常に気を抜かず、水を見つめる片岡さんの後ろ姿は、仁淀川の暮らしを垣間見せてくれる。



ウナギ

昭和の中ごろは、筒型の漁具を一晚仁淀川に沈めておけば、それだけで大量に捕れていたという天然のウナギ。蒲焼きはもちろん、豆腐と一緒に煮込む料理も地元住民の大好物だった。



川エビ

高知県の川エビ漁は4月から8月の期間のみ許されており、シーズンがくれば夏休みの子どもたちが喜んで捕る。唐揚げにして、一日中川遊びをした子どもたちのご馳走として出されていた。



ゴリ

よく川原近くの浅瀬に潜んでいるゴリは、実は小さなハゼ類の総称。音を立てて網に追い込む「ガラ曳漁」という漁で大量に取れていたという。唐揚げや佃煮で食されていた。

写真提供：ゴリ(ヌマチチブ)/高橋弘明 川エビ、ウナギ、アマゴ、アユ/株式会社西日本科学技術研究所
取材協力：仁淀川漁業協同組合

暮らしている 中にある 水害

当時勤めていた会社から「消防団の活動を優先してよい」と指令が出るくらい、雨にはデリケートな時代でした。日高村の水との闘いは、本当に長い。その歴史を、今の世代の方にも知ってもらいたいですね。



はまたせいこう
浜田征幸さん 元日高村消防団 団長

22歳で日高村の消防団に入団。世話好きな性格が相まって、71歳まで現役の消防団として活躍。「村のため、村民のため」をモットーに、様々な事業に広く関わり功績を残している。

住み慣れた村に 舟で乗り出したあの夏を 僕はよう忘れん

昭和50年8月、台風5号による大洪水により、日高村を未曾有の水害が襲った。当時、村の消防団に所属していた浜田さん(当時36歳)は、土砂崩れの対応で役場まで舟で移動したという。「家屋は2階まで浸水、平屋の姿はどこにもない」、そんな信じられない光景が、今も浜田さんの目に焼き付いている。

古くから日高

村は水害が発生しやすい地形で、増水した仁淀川から大量の水が逆流してくる現象に、村は長く悩まされた。浜田さんも消防団員の方々と水門に土のうを運んで奔走したが、強大な水の力に何度も無力感を覚えたという。浜田さんは「日高村の治水対策は試行

昭和の台風

錯誤の繰り返し。それくらい難しい土地柄で、長い時間をかけてさまざまな仕組みや、施設が造られてきた」と時代を振り返る。度重なる河川改修、新たな水門やトンネルの建設、そのどれもが、今、日高村の暮らしを守るために機能している。

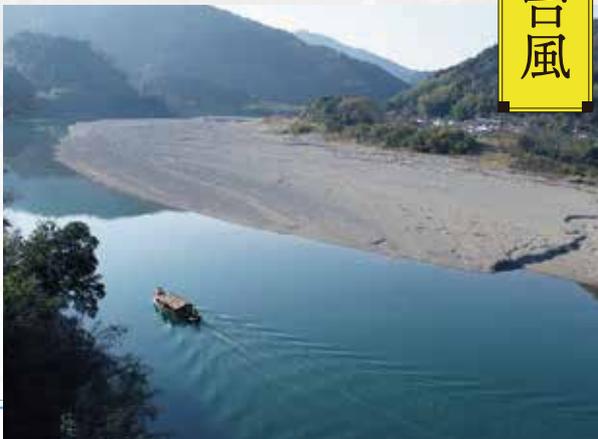
美しい仁淀川が、雨で姿を変え

津波のような水流となって日高村を襲う。

そんな時代があった。

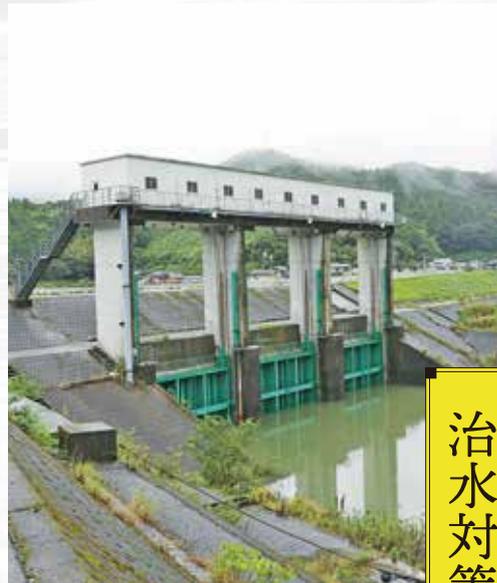
水と暮らし、水と闘い続けて300年。

日高村の長い長い「まちづくり」に触れる。



日高村の水との闘いは、仁淀川下流の穀倉地を守るべく八田堰はたせき（1652年）、鎌田堰（1655年）が築造されたことに始まる。そもそも日高村を流れる日下川は勾配が極めて少なく、水の出口も一カ所のみと、本流からの逆流に弱い構造であったが、堰の築造により、その唯一の出口にあたる仁淀川の川床が上昇したことで、さらに逆流しやすくなってしまった。結果、穀倉地を守ることに引き換えに、日高村は毎年のように浸水するようになり、台風・大雨の後には約3日滞水、平時から「高いところに舟を置く」といった風習なども

300年を超える水との闘いの歴史 犠牲となった日高村



仁淀川の逆流を防ぐために築造された「神母樋門いげもん」。日高村水害史を象徴する構造物で、現在の樋門は、大正時代に完成した初代から数えて3代目にあたる。

治水対策



日高村にたまった水を流す「放水用トンネル」。昭和36年に最初の放水路、昭和57年に2つ目の放水路が完成し、水害の件数が大きく減少した。

生まれた。しかし一方で、湿地を生かしたコリヤナギの栽培・加工などが盛んに行われるようになるなど、村民は土地に沿い、水の恩恵を受けながら生きようと工夫した。日下川の喉元は、水の神々への信仰を表して「神母（イゲ）」と名付けられ、数多の治水施設の築造が繰り返されていくようになる。

水との闘いを乗り越えた水と共生するまちづくり

現在、日高村の治水施設には、仁淀川の逆流を防ぐ「神母樋門いげもん」、日下川の水を途中から流す「放水用トンネル」、溢れる水をいったん止める「洪水用調整池」があり、水を「とめる・ながす・ためる」強固な3本柱として村の暮らしを守っている。

産業の発展

日高村を代表する「シユガートマト」も、実は水に弱いデリケートな作物だが、治水施設の登場や河川の改修によって安定した農地が生まれ、昔は定着しなかったさまざまな一次産業も、近代になって村に登場するようになった。日高村が目指したのは、自然を力でねじ伏せる「開発」ではなく、自然に沿いながら暮らしの安全と産業を支える「まちづくり」。そしてそれを支えるのは、過去の教訓と、現代の人智を結集させた治水の技術にほかならない。村の至る所に目を向けると、治水の足跡が見えてくる。そこを歩き、学び、楽しむ。そんなインフラツーリズムを、これからの日高村のトレンドにしようと、新たな動きも始まっているようだ。



水害に強いまちへ!

観光もできる新規放水路が登場!

現在、掘削が進む第三の放水トンネルは延長5.3km、直径約7mと大迫力! 入り口一帯はインフラツーリズムの活動拠点を兼ね備えた施設として整備が進んでおり、完成後はトンネル内の見学をはじめ、バギーでの走行体験などでもできる予定だ。

「ムカイクラフ」で暮らす「理由」



ガラス越しに醸造所が見える店内や流域の自然を楽しめるテラス席では、11種類のクラフトビールを提供。地域住民と訪れた人々のつながりができる場を作り出している。

ビール造りを支える水。

クラフトビールを通して地域を元気に

「おいしいビール造りにはこの地域のきれいな水が欠かせない」。そう話すのは仁淀川の支流、中津川に面した醸造所でクラフトビール造りを手がけるムカイさん。「クラフトビールを通して地域を活性化したい」、そんな思いで遠路はるばるアメリカから移住を果たした。知人の紹介で初めてこの場所に訪れたムカイさんは、仁淀川の天然湧水や豊かな自然、地域の人々の温かさに感動。雨が降った後の水の濁りがなくなるのも早いという上流部ならではの好条件がそろったこの場所です。ビール造りをすることを決意。

令和元年7月に「ムカイクラフトブルーイング株式会社」を立ち上げ、令和2年11月、クラフトビールの醸造所兼タップルーム「BLUE BREW」をオープンさせた。クラフトビールの副原料には山椒さんしょうをはじめとする地域の食材を使用。商品名には、仁淀にかけた「2410」や、国道439号にかけた「439」、仁淀川町の人口密度の17%にかけた「17」と命名。この場所にちなんだ数字にこだわった。そんなムカイさんの現在の目標は、「この数字を18にして新たなクラフトビールを造ること」。

ケネス・ムカイさん BLUE BREW

平成31年2月に高知県に移住。元々化学と物理の教師をしており、趣味でビール造りをしてきた。「ビール造りには化学に通ずるものがある」と、日々おいしいビールを造るため実験中。

惚れ込んだのは仁淀川の水

仁淀川のきれいな水や周辺の風景には、時には人に、住む場所を変える決意をさせるほどの魅力がある。そんな風に心を動かされた人々の、ここで暮らす理由とは。



祖父が住んでいた仁淀川沿

いに工房兼ショップを構える

「mowcandle」の店

主、村山匡史さん。「吾北の美

しさを伝えたい」をコンセプト

に手がける彼のキャンドルには

日常で目にする自然が表現さ

れており、優しい色味で静かな

火を灯してくれる。

村山さんがキャンドル制作

の拠点をこの場所に移したの

は、キャンドル制作を始めて2

年目となる平成21年。多忙な

日々の中、自身が生まれ育った

祖父の家を訪れた時のこと。

久しぶりの故郷で過ごした

ゆつくりとした時間や自然の

美しさに心を救われ、「この地

でもう一度、自分を見つめ直し

て自分のキャンドルを作ってみ

よう」と移住を決めた。「自然

の中に出かけると、石コロ一つ

とつても形が違います。そんな

ささいなことに感動したり、心

が少し豊かになる感覚をキャ

ンドルを通して伝えたい。キャ

ンドルを通して自然の美しさ

を伝えることができれば…」

と、自然からインスピレーショ

ンを受けたものを作品に投影

する。空・石・木などといったシ

リーズで構成されたそんな作

品たちはつとして同じものは

日常で目に映る自然の美しさを

1つのキャンドルに込めて

mowcandle 村山匡史さん

25歳のときにキャンドル制作を開始。アトリエを中心にワークショップからイベントの開催、デコレーションの演出など県内外で幅広く活躍中。

しもやかわ
いの町下八川(旧吾北村)にある工房兼ショップ。現在は完全予約制でオープンさせている。工房内には、自身が自然からインスピレーションを受けた大小さまざま・色とりどりの作品が並ぶ。

旬と地域と人

土佐の清流に潜む
川のごちそうをいただく



今回の食材

【ツガニ】

ツガニは仁淀川や四万十川などの河川に生息するモクスガニのこと。汁物としていただくのが一般的で、産卵期(初冬)にかけておいしさが増す。

場所	仁淀川、四万十川などの県内河川
旬	9月～11月

高知県での禁漁解禁は8月～11月末

海生まれ。川育ち。土佐の清流に潜む川のごちそうをいただく

澄んだお汁に浮かぶ山吹色の「マゴリ」から、うま味と川の香りが溢れ出すツガニ汁。素材ながらも、ここにしかない。そんな郷土の味をほっこりと楽しめる季節が、今年も近づいてきた。水質の良い河川で育つ高知のツガニは雑味が少ないのが特徴で、古くから県内の河川流域には「ツガニを生きたまま石臼やミキサでひく」という独特の手法で作るツガニの汁物が郷土料理として伝わっている。今回紹介するのは、リュウキュウ(ハスイモ)、ナス、ネギと合わせた基本の「ツガニ汁」のレシピ。まろやかな口当たりで、どんな料理にも合う一品だが、ここに麺類やご飯を入れたり、暑い季節には冷やしてソーメンの汁にするなど、アレンジも自由。

▶ 用意するもの(2人前)

- ツガニ……………1匹
- リュウキュウ……………1/5本
- ナス……………1/3本
- ネギ……………少々
- 塩……………小さじ1/2
- 醤油……………25cc
- 水……………1000ml



1 ツガニの親指(ハサミのついた脚)、ふんどしを外し、殻ごと10秒ほどミキサーにかける。殻が少し残るくらいが目安。(※)ふんどし…甲羅の内側にあるお腹の部位

2 ミキサーにかけたものをザルでこし、鍋に移して水1000mlを加える。

3 2に塩を加え、鍋で沸騰するまで中火で加熱する。先に塩を入れることで「こごり」ができやすくなる。(※)こごり…卵とじのように寄ったタンパク質

4 表面に「こごり」が現れたらすくうように軽く混ぜ、リュウキュウ、ナスを加えて2分ほど煮る。

5 醤油で味を整え、ネギを散らして完成。

ツガニ汁

おたからレシピ

ひとくちメモ

昔は捕まえてきたツガニを家の水槽に入れて、餌(カボチャ)を与えながら食べ頃まで育てよった。それで食べる前にはいったん断食をさせてお腹の中をきれいにする。ツガニ料理で一番大事なのは風味やきね。アレンジするときも、できるだけ風味を残すよう素材な食材と合わせてみて。

なかのよう

【レシピ案内人】中野葉子さん

いの町出身。国道194号線沿いで仁淀川流域に伝わる郷土料理を提供する「山慶紅(やまやぐれない)」のオーナー。目の前を流れる仁淀川や、近隣の山々の幸をふんだんに使った昔ながらのお料理やお弁当を振る舞う。

まだまだある! 「ツガニ」を使った料理

【ツガニうどん】

ツガニ汁と並ぶ仁淀川流域の人気郷土料理。作り方はツガニ汁にうどんを加えるだけ。味付けはツガニ汁より少し濃いめで調整。ゆでたツガニなどを乗せると見栄えもグッド!

【ツガニの卵豆腐】

卵に冷ましたツガニのだしを加えて作る卵豆腐。お豆腐の柔らかい舌触りと、濃厚なカニの味わいが楽しめる家庭料理。蒸す時は火加減を強くしすぎないように注意を。



土佐の

技

明治後半から始まり、土佐楮（こうぞ）を仁淀川の水で漉く「土佐和紙作り」をしている「井上手漉き工房」は、代々障子紙や提灯用和紙などを制作してきた。3代目であった井上稔夫さんは、国宝や重要文化財の補修紙を手がけ、平成8年に「土佐の匠」に認定。現在、4代目を務める井上みどりさんもまた、年々減少している手漉き和紙の

明治から紡がれる、心で漉く和紙

継承に励んでいる。手漉き和紙職人の教えとして「和紙は心で漉く」という言葉がある。その言葉の意味を自身で見いだすことを追い求めている。「植物と水だけで作られた手漉き和紙に触れてほしい。そして和紙作りの体験を通じて、先人の知恵の素晴らしさを体感してほしい」。近年では和紙を使ったさまざまなワークショップも手がけている。



明治後半からこの地で和紙を制作。現在はこの工房で土佐和紙の魅力や手作りの楽しさを、多くの人に伝えている。



井上手漉き工房 手漉き和紙職人

いのうえ
井上みどりさん

井上手漉き工房の4代目となって4年目。手漉き和紙の小物や雑貨も制作しており、どれも色合いや手触りが異なる世界に一つだけの作品。



実際に
手漉き和紙を
体験してみたい！

今回は井上手漉き工房にて、手漉き和紙の体験に挑戦。温かく迎えてくれたのは4代目の井上みどりさん。27年間の会社勤めから和紙職人へと転身した経歴を持つ。今回は伝統的な漉き方と、紙に自由に色や模様をつける2種類を体験。紙料づくりの工程は井上さんの作業を見ながら学べる。紙漉きは黄柝（すけた）と呼ばれる用具を使って行う。「繊細で難しい作業もあるけど、ちよつとした紙の厚みなどの違いが見られて面白いです！」。乾燥させた完成品は、和紙が重なったり透けたりしている部分もあったが「伝統的な手法とその難しさを知ってほしい」と井上さん。楽しみながら手漉き和紙の奥深さを感じられる体験内容だった。

土佐の技を体験
ワカモノ
副音声

体験者：つかはら夫婦

YouTube
「つかはら夫婦」で検索！



温故知新

今回のテーマ

和紙

世界一薄い和紙、伝統から革新へ

機械漉き和紙メーカーとして躍進を続ける「ひだか和紙」。その5代目社長を務める鎮西寛旨さんは、和紙の新たなニーズを開拓し続けるバイオニアだ。「伝統工芸は世の中に『いない』と認識されるほど廃れますが、逆に『いる』と認識してもらえる世界があれば輝けます」と話す鎮西さん。現在、世界のあらゆる

文化財修復現場で活用されている同社の「世界一薄い和紙」も、鎮西さんが文化財の学会に出展したことがきっかけで、その透過性と柔軟性が知れわたることになったという。「薄さを安定させる機械漉きならではの技術。今後さまざまなニーズや時代に対応できるように進化を続けたい」と力強く語った。



脆弱化が進んだ文化財を極薄の和紙(典具貼紙)で挟むように保護。文化財本来の雰囲気を邪魔しない透過性の高さに驚く。



ひだか和紙有限公司

ちんせい ひろよし
鎮西寛旨さん

5代目社長として機械漉き和紙の販路を開拓。海外留学の経験もあり、海外取引先とのやりとりなどは全て本人が担当。



乾燥させた完成品がこちら。1枚の和紙の中にさまざまな手触り、色合い、透け方を感じることができる。



染料で好きな色に色付けた紙料を上から流していく。色選びや流し方は自由で、思い思いの作品を作ることができる。



先ほどの素材に水とのりを加えて混ぜる。ここでよく混ぜることがムラのない和紙を作るために大切だと教えてくれた。



和紙の素材となる植物の繊維を、手のひらほどの大きさにちぎる。ふわっとした優しい触感が印象的だった。

自然博物

ミステリーハンター

今回の調査は

越知町「横倉山」に行く！

化石、歴史ロマン、生き物…、様々な不思議を秘める「横倉山」。
底知れぬ神秘を宿したこの場所は、
はるか昔から現在に至るまで、人々の関心を惹き続ける。



ハンターくん

高知県の不思議な自然博物を探検！相棒はカワウソのオッター。



横倉山の自然はもちろん、
歴史や伝説といった
魅力にもご注目を。



不思議を案内してくれるのは…

越知町立 横倉山自然の森博物館
学芸員 博士(農学) 谷地森 秀二さん

宮城県出身。専門のタヌキをはじめ、生き物のスペシャリスト。いろいろな生き物の研究者を横倉山に呼び、その魅力を掘り起こしている。



安徳天皇陵墓参考地の森。神秘的な静けさのなかに、そこで生きる豊かな生き物たちの息吹を感じることができる。森の奥には安徳天皇が眠るとされる神聖なお墓も。



地域に生きる

自然フシギ発見

横倉山の化石

●よこぐらやまのかせき



「筆石」の化石

地質上の生い立ちにも大きな謎を秘めている横倉山。近年の研究によると、横倉山はおよそ4億年以上前に赤道付近で誕生し、ゆっくりと現在の位置まで移動してきたと考えられており、日本で唯一、横倉山でのみ発見されている「筆石」の化石や、陸上植物「鱗木」の化石などが見つまっている。地球の歴史を紐解く鍵が横倉山に眠っているかもしれない。

横倉山の麓にたずむ「横倉山自然の森博物館」では、発見されたことをヒントに、横倉山の自然を学ぶワークショップも開催している。もっと横倉山を知りたくなる、さまざまな展示もあるので、ぜひ訪れてみて。



横倉山の多様な生態系の根拠であるアカガシ。日陰や適度な湿気をつくりだし、豊かな生物が暮らせる環境を形成している。



10世紀前半に開拓された横倉山は、土佐国唯一の修験道場だったと伝えられている。



高知県内では数カ所しか見つかっていないニホシモシガ。豊かな生態系の存在を示す。

「不思議はそれだけじゃないよ、ハンターくん」と話すのは、横倉山自然の森博物館の学芸員の谷地森さん。「この森には全国的にも珍しいアカガシの原生林が残っていて、ここでは希少な生き物や、まだ名前が付いていない生き物、それに数々の珍しい生態が発見されているんだ」。

多様な生き物を抱く原生林に不思議な感覚を覚えながら、やがてハンターくんの調査はひとつの仮説にたどり着いた。この豊かな原生林が切り開かれずそのままに残されたのは、「安徳天皇のお墓を守る」という人々の信心があったからではないだろうか。事実、ほとんどの森が人工林に置き換わった今も、安徳天皇陵墓参考地の森は手付かずのまま、その姿を留めている。人々の信心こそが、横倉山の神秘を生んだのかもしれない。

アカガシの原生林はなぜ残された？ 安徳天皇の伝説が神秘的森を生む

ハンターくんが訪れたのは、仁淀川流域にある越知町の横倉山。「神秘的の森」とも呼ばれ、地元住民はもちろん、県外にもファンが多いミズナリーの宝庫だ。その最大の謎は、何といても「安徳天皇陵墓参考地」。

例えば、全国的にも珍しいことごとく、モモンガとムササビが横倉山では同じ木に巣を作っていることも確認されている。また、非常に希少なモリアブラコウモリが横倉山で発見されたことも、特異な謎になっている。



プライム トローグ

次世代を担う
若者たち

高知の風土に育まれた「土佐人」たちは
今日もそれぞれの分野から「土佐の風」を発信
そこに新たな文化を重ねながら…

GUEST

山のめぐみ舎 代表

ふるきあきこ

古城 亜希子さん

神奈川県大和市出身。「山のめぐみ舎」代表。東京で貿易事務として働いた後、平成25年に仁淀川町池川へ移住。地域おこし協力隊として「池川こんにやく」の継承に取り組む。近年では、ワークショップ講師として子ども達にこんにやく作りを教えることも。

都会から仁淀川へ
山の恵みと暮らす
素朴な暮らしを求めて

仁淀川町、池川。仁淀川の上
流域にあたるこの山間の小さな
町には、受け継がれてきた「池川
こんにやく」がある。今それを
作っているのは、古城亜希子さ
ん。都会で働き、東日本大震災
を経験、やがて仁淀川町への移
住を経て、池川こんにやくのバト
ンを受け取った。

古城さんが生まれ育ったのは、
神奈川県大和市の住宅街。当
時、朝の満員電車や事務所に缶
詰めになって働くような都会の
生活のほかに、別の選択肢があ
るとは思いもしなかったという。
最初に小さな転機が訪れたの
は、とある自然食品店に足を踏
み入れたとき。そこで有機栽培
やマクロビオティックといった食
事の在り方を知り、「食」に興味
を抱くようになったという。やが
て古城さんは、地域の有機農家
と知り合い、畑仕事を手伝うよ
うに。そこで鳥の鳴き声や畑に
吹く風、安心できる新鮮な野菜
の味わいを実感したとき、「自然
に寄り添って暮らしたい」という
ヒントを受け取ったのだとか。そ
んなときに起こったのが、東日本
大震災。原発事故や経済の混

食文化を継承し、未来をかたどる 仁淀川町らしい暮らしを実践する



乱に、足元を揺るがされるようなシヨクを受けながら、「自分には社会を変えることはできない。でも、自分の暮らし方を変えることはできる」と考えた。やがて古城さんは、仁淀川での暮らしに歩を踏み出す。

池川こんにやくと出会い やがて担い手として 職人修行に

古城さんが池川に移住したのは、東京で参加した野菜づくりのワークショップがきっかけ。やがて仁淀川町の「地域おこし協力隊」として移住関連の仕事に取り組みうちに、「池川こんにやくが途絶えようとしてい

仁淀川の上流域である仁淀川町池川では、目の前を青く澄んだ土居川が流れる。「池川こんにやく」は、丸いフォルムが特徴的だ。



も始めた当時は、とにかく苦戦続き。地域のお母さんたちと並んで古城さんもこんにやく作りに取り組むが、形も重さもなかなかそろわなかった。こんにやくの弾力を決める水の配分量も、芋の状態や季節によって最終的には手の感覚頼りのため、なかなかつかめない。さら

に冬場ともなれば、冷たい水に手が悴んで痛むほどだ。慣れた手つきでこんにやくを作り続ける地域のお母さんたちが、とても遠くに感じられた。

昔ながらの暮らしを实践 山の恵みを受け継ぎ、 新たに伝えていきたい

池川こんにやくの職人として修行を積みながら、やがて、築80年の古民家を改修して「山のめぐみ舎」をオープンさせた古城さん。「こんにやくの製造だけでなく、食べ方の提案を交えながら、池川こんにやくを次世代に伝えていきたい」と考え、こんにやくを使ったカフェメニューの展開やワークショップなどを開催している。そんな古城さんは「こんにやくは、畑で育てるのは難しく、山の中で自然に育つもの。つまり、山の恵みなんです」と話す。「山の恵みと暮らし」とい

自身への思いとの繋がりを、改めて実感しているという。「今後



は、木造の古民家やまきを使うような「昔ながらのお山の暮らし方」も、山のめぐみ舎で

伝えていきたい」と、宿泊や自然体験の展開にも着手している。改めて周囲を見渡せば、自身が移住した当時と比べても、過疎化は進んでいる。だからこそ、「昔ながらの山の恵みがある暮らしを少しでも残していきたい。仁淀川の豊かな暮らしを、自分たちの手で次世代につなぎたい」と古城さん。こんにやくを大事にこねるように、理想の暮らしを丁寧に届けていきたい、と。



FM高知で毎週金曜放送中のラジオ「プライムトーク」に出演した時の古城さん。古城さんの出演回は10月1日、8日の2週にわたってオンエア。

昔々にあったとさ♪

「忍術つかい茂平」



日高村

日高村沖名石田の
日下茂平の屋敷跡

日下茂平は、今の日高村石田に生まれた。石田の里を訪ねてゆくと、畑の中に「日下茂平屋敷跡」の標柱が立ち、その裏山には、「日下茂平墓」とあり、無銘の粗末な石の墓がある。生家跡、墓もあるように茂平はれっきとした実在の人物。

今から三百年ほど前、日下の里に茂平という男がおった。貧しい作男(※)で庄屋の屋敷で働いておったが、いつしか庄屋の娘と恋仲になった。けんど身分違いということとで、庄屋の怒りを買って、屋敷から追放され、やけくそになった茂平は死ぬつもりで、猿田洞へ入っていった。ところが洞内で仙人に会い、伊賀流の忍術を習った。そして、三年後、忍者に変身した茂平はさっそうと洞くつから姿を現わし、恨み重なる庄屋の米蔵から、たっぶり米をちゅうだいし、残らず村の貧乏人たちに分けてやった。

それから高知のお城下へと足を伸ばした茂平は強欲商人や貧しい農民をいじめる悪徳代官の屋敷へ忍び込んで、金品を頂いて貧しい人たちに配り、すっかり庶民の人気者になった。そんな時、たまたま出会った猿田洞での兄弟弟子の佐川市之丞と示し合わせ、高知城へ忍び込んで殿様の刀を狙うことにし、まんまとお城への潜入に成功した。

ところが、お客(酒宴)用のごちそうを目の前にして、つい手が伸び、不覚にも酔っぱらって眠り、捕まってしまう。やがて、高知城の三の丸で茂平と市之丞は処刑されることになり、首切り役人が刀を振り下ろした途端、茂平の姿がどろんと消えた——かと思うと、そこにネズミが現れ、市之丞の背中へ駆け上がると、ぶちぶち縄を食い切った。と、今度は市之丞がバツとトンビになって茂平のネズミをつかむと大空高く舞い上がった。あつげにとられる殿様と家来、二人はそれっきり姿を現わさざったと。

(※)作男…雇われて農耕をする男

出典 土佐おもしろ人間烈伝 著者 市原麟一郎

天衣無縫に生きた土佐おどけ者の生き様に惹かれ「近代土佐における、おどけ者の探求」を行い、数々の民話を発行。そんな市原麟一郎氏が惹かれたおどけ者は「いごっそう」「どくれ」「ひょうげ」「そそくり」「かんりやく人」「のかな奴」「おっこうがり」「てんぼのかあ」「ごくどうもん」など。

応募締切
令和3年12月20日



BLUE BREW
醸造所&タップルーム
クラフトビール
3本セット

4



2名様

ムカイさんが惚れ込んだ仁淀川水系の水に、副原料として地域の食材を使用したこだわりのクラフトビール3種。

1



中内健一さん
椿山のハチミツ

2名様

椿山古来の花から取れた、安心安全のハチミツ。「とさのさと」などで販売するも、すぐに売り切れてしまうほど人気。

とさぶしからの贈り物

NPO法人日高わの会
真っ赤なトマトの
パスタソース&
とまとみそ

5



3名様

日高村産のシュガートマトを使用した「パスタソース」と、トマトの万能調味料「とまとみそ(甘辛)」のセットを3名様にプレゼント。

2



mowcandle

MARUシリーズ(1個) 3名様

円柱形のキャンドル。優しい灯りで、室内使いからキャンプや庭など様々な場面で楽しめる。どの色になるかは楽しみに!

6



株式会社わらびの
ふるさとの台所

3名様

高知の町や村で受け継がれてきた旬の食べ方250食を収録。平成28年に復刊し、重版出来となったベストセラー。

3



井上手漉き工房
藍染め
手漉き和紙

1名様

「仁淀ブルー」をイメージした藍染め手漉き和紙(約43cm×69cm程度)。※草木染めのため、写真より色目が異なる場合あり

たぐさんの応募
お待ちしております。

クイズとアンケートに答えて読者プレゼントに応募しよう!

クイズ 仁淀川町の椿山地区があるのは標高約何mの場所?

- ① スマホから左のQRコードを読み込んでwebサイトにアクセス
- ② 応募フォームより、必要事項を明記し、読者プレゼントに応募する



※読者プレゼントの応募は「とさぶしwebサイト」もしくは、官製ハガキから応募できます。官製ハガキで応募される場合はお名前・発送先のご住所・お電話番号・ご希望のプレゼント番号・クイズの解答・とさぶしを読んでのご意見やご感想、今後見てみたい特集テーマをご記入の上、下記の宛先まで締切日(令和3年12月20日)必着でお送りください。〒781-0081 高知市北川添10-15 株式会社ほっとこうち

A BRAND NEW CHAPTER #NOCHI
TOSABUSHI

とさぶし

web
リニューアル!
見てちや!

<https://tosabushi.com>



facebookもやっています!

<https://www.facebook.com/tosabushi>

発行

高知県文化生活スポーツ部文化振興課

〒780-8570 高知市丸ノ内1丁目2番20号(本庁舎5階)

Tel 088-823-9793 Fax 088-823-9296

E-mail 140201@ken.pref.kochi.lg.jp

発行日: 令和3年9月30日(季刊)

企画 とさぶし編集委員会

制作 ほっとこうち

バックナンバーの入手方法

お近くに配布先がない場合は、送付を希望されるバックナンバーの号数と部数、送付先、氏名、連絡先(電話番号)をご記入のうえ、送料分の切手をお送りください。受取次第、発送をいたします。

※連絡先は、バックナンバーの在庫がない場合や切手の過不足があった場合などに使用します。

【送料】

1冊 140円

2冊 180円

3冊 215円

4・5冊 310円

6冊以上の場合は、一度ご連絡ください。

お問い合わせ・送付先は、

高知県文化生活スポーツ部文化振興課(上記)まで。



このパンフレットは宝くじの収益金の一部で作成しています。

次号予告

「わが町の路面電車とさでん」

令和3年12月27日発行予定です。

お楽しみに!

※内容は変更になる可能性がございます。予めご了承ください。