



# 只見町ブナセンターだより

今年はカメムシが多かったから大雪になっかしんねえぞ？

## 11月号

## 最近、トチ餅を食ってやっかい？

ほのかな渋みがクセになるトチ餅ですが、アク抜きに手間がかかるので、只見町でも作る人がすっかり減りました。

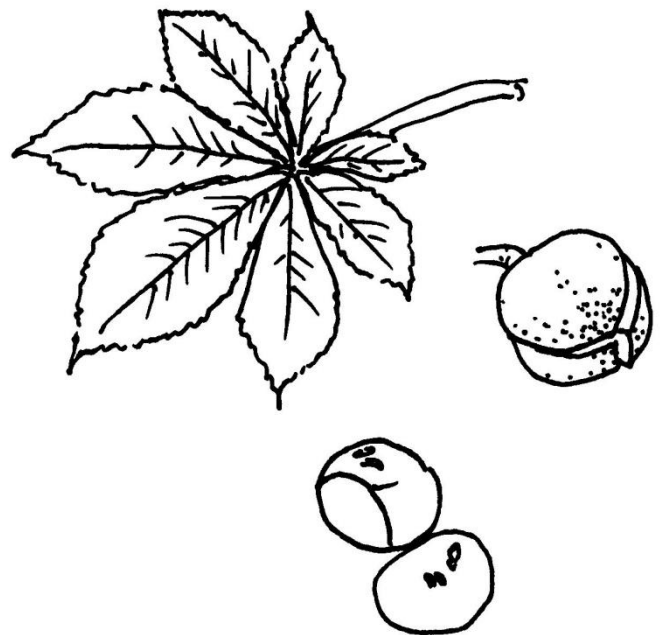
トチノキは日本各地に自生する落葉広葉樹で、その実は縄文時代から食べられてきました。アクが強くて保存が効くので、雪国の冬の食料として、また飢饉を救う非常食として重宝してきました。

日本人のソウルフードともいえるトチの実の食べ方が、受け継がれないのは残念です。毎年、トチ餅を作り続けている長谷部房子さん（叶津）に、とち餅をごちそうになりながら話をききました。

Q. 今年はブナやクリが不作だったども、トチの実はどうだったがや。

「そうだな。毎年、9月の彼岸過ぎに、山に拾いに行くんだが、今年はまあまあ、あったなあ。トチの実はアクが強くてクマも食べないから、成り年には1本の木の下にたくさん落ちてんだ。

背負ってきた実は、一晩、水につけて虫だししてから、天日干しするんだ。カランカランと音がするくらいまで4~5日干すと、カビもはえずに何年でも保存できるなあ」



### 【房子さんのアク抜きレシピ】

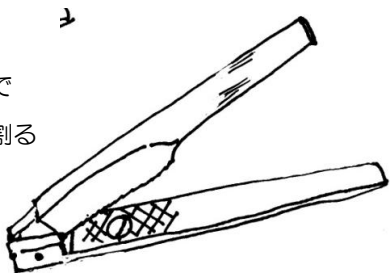
1. 乾燥したトチを池などの流水に3日間入れてふやかす
2. 鍋で温めてから外皮をむく
3. 皮をむいた実を流水に2日間さらす
4. 桶に実を入れて、同量から2倍の灰を上からかけて、さらに実が見えなくなるくらいの熱湯をかけて、一晩置く
5. アク（灰）を洗い流した実を鍋で煮てザルでこす
6. 実を鍋に戻し、煮立つ寸前に水を替える作業を水が澄むまで10回ほどくりかえす
7. 苦味がなくなったら布でこして完成。餅をついてまぜて、餡子やキナコをまぶす

Q. トチ餅はいつ作りやんだや。

「決まりはないが、おれは毎年2月か3月に作るなあ。子どものころもかーちゃん節句のときに作ってくれた記憶がある。手間がかかるから、冬の暇なときに作ったんじゃないやがや。

面倒な仕事だから、おれも1年に1回作れば嫌になる(笑)。毎年、これで最後にしようと思いながら、作り続けてきたなあ。今度、作るときに覚えにきたらいいべ」

専用の道具で  
トチの実を割る



Q. とても大変そうだけど、教えてけやれ。ほかに覚えたい人がいると思うけど。

「この前、栃木から教わりに来た人もあったし、村の人に教えることもあったけど、料理は微妙なもので、説明するのが難しいなあ。たとえばアク抜き灰でも、軽い灰と重い灰があって、ナラを燃したような重い灰はトチによく効くが、軽い灰は効かないから分量を多くするんだ。そうした勘は、口で説明するよりも、一緒に作って覚えてもらうのが一番いい。覚えたい人は機会があるうちに教わった方がいいべなあ」

Q. 今日はごつつおさまでした。今度は実践で教えてけやれ。聞き手: 晶子

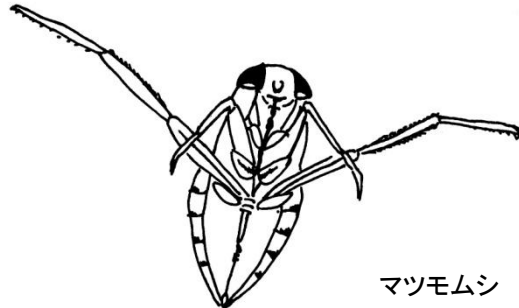
写真は  
ブログを見  
てけやれ

### 連載・ただみの昆虫記 —3

## 背泳ぎをするカメムシの仲間

# マツモムシ

カメムシ目マツモムシ科 / 松藻虫



マツモムシ

水田や池などの流れがほとんどない場所に、マツモムシという昆虫が生息しています。体長は約 1.2cm、後脚が体よりも長くボートのオールのように使って背泳ぎをするカメムシの仲間、真冬以外はその姿を見ることができます。

彼らは肉食で、水面に落ちた小さな昆虫や水中のボウフラなどを餌としています。前脚と中脚で獲物を素早く捕らえると、針のような口を突き刺して消化液を注入し、溶かした汁を吸います。マツモムシを不用意に捕まえると、すぐに口を突き立て刺そうとするため採集する際は注意が必要です。筆者もこれまで何度も刺されましたが、ハチに刺されたような激痛が数分間続き大変な思いをしました。

彼らはよく共食いを行なう種としても知られています。幼虫同士はもちろん、成虫が幼虫を食べることも珍しくありません。自分以外の動くものは例え親子であっても餌とみなされるようです。生存競争に勝ち抜いたもの以外は生き残れない厳しい現実が身近にあるのです。

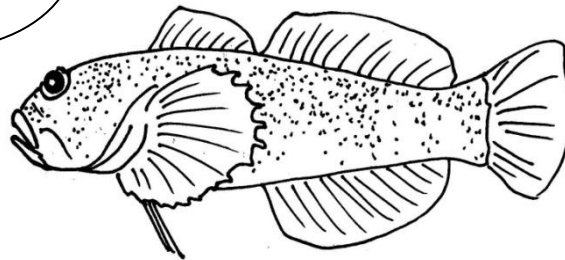
筆者 ● 角田亘さん / 1974年、只見町小林で生まれ育つ。横須賀市自然・人文博物館研究員を経て、現在は神奈川県で造園業に就く。只見町での昆虫採集をライフワークとし、現在 2000 種以上を採集。

ミュージアム  
の水槽で待つ  
てるよ!

ユーモラスな顔と泳ぎ

## カジカ

カサゴ目カジカ科／鰻



きれいな清流にすむ魚で、伊南川本流から支流、只見川本流の一部と支流に広く分布しています。一時は、只見町でもカジカが減少して心配されましたが、最近になって、ようやく戻ってきました。

体長は5cm～10cmほど。顔も、泳ぎ方も、ユーモラスです。ふだんは岩魚などに食べられないように、川底にじっと隠れています。保護色といって、からだの色を近くの石や砂の色に似せることができます。

大雨で沢が増水すると、カジカは流されないように石を飲んで、体を重たくして、岸边にはりついて水が引くのを待ちます。唐揚げなどにして食べるときに、その石がガリッと歯にあたることがあります。

産卵は雪解けの春で、石の下に産みつけた卵をオスがじっと守っています。

### ●スタッフ奮闘記

早いもので、リニューアルオープンして7カ月が経ちました。これまでに講座を9回、イベントを2回、特別展示を4回開催しました。スタッフだけではできないことも多く、町民の方々、友の会の方々のご協力をいただいて、運営できているんだと実感しています。

私がここにいて一番楽しいのは、お客様の驚きを直接、感じることです。館内の展示を見て驚いたり、ブナの森の話に目を輝かせるお客様がたくさんいて、ふと気が付くと只見を自慢している自分がいます。

ブナセンターは今年から通年営業になります。只見もこれから寒い冬に入りますが、ブナセンターに来れば、温かい気持ちになれたり、なにか一つ知ることが出来たなあと感じてもらえるような企画を考えたいと思っています。なので…ぜひ皆さん気軽に来てげやれ～

(恵美子)

### ■ブナを知ろう④

冬芽のなかで春が眠っています



○ブナは次の春にのばす葉や枝、花の準備を夏までに終えて、冬芽のなかにしっかりとしまっています。

○冬芽は、芽鱗(がりん)と呼ばれる25枚以上の褐色の皮に包まれて、厳しい冬を過ごします。春が来るのが、今から待ち遠しいですね。

## 【ただみ・ブナと川のミュージアム特別展示】

●11月23日（祝）まで開催中

# 「只見の秋の実り展」

町のみなさんと集めたキノコや果実酒、薬草などを展示しています。

手作りの企画展でしたが、評判もよく、多くの来館者に楽しんでもらいました。

●12月1日(水)～平成23年2月28日(月)

# 「只見の民具とその素材展」

只見町には、祖先から受け継いできた数多くの民具があります。そのほとんどは山から調達し加工して作られたものです。たとえば、鍬や鎌の柄はウワミズザクラ、コーシキはブナ、ザルやハケゴはマタタビが使われています。今回の企画展は、只見の先人たちの知恵や創意工夫を特集します。

＜主な展示＞

ブナ材を利用したもの … シャクシ・コーシキ・ツキグワ  
ナラ 〃 … 鍬の柄・マンガ  
クルミ 〃 … 皮箕・タカバヨ  
ホオノキ 〃 … ゲンベエ型・鎌の柄  
ウワミズザクラ 〃 … ソラックチ・ザルの縁  
マタタビ 〃 … ザル・ハケゴ・メケエ・ドジョウドウ



●第10回ブナセンター講座「只見の自然から生まれた民具（仮）」

講師：新国勇さん 日時：平成23年1月中旬予定



Tel 0241 (72) 8355 fax 0241 (72) 8356

〒968-0421 福島県南会津郡只見町大字只見字町下  
2590 番地「ただみ・ブナと川のミュージアム」内

web サイト <http://www.tadami-buna.jp>

ブログ <http://tadamibuna.blog2.fc2.com/>

E-mail [info-buna@amail.plala.or.jp](mailto:info-buna@amail.plala.or.jp)



ホームページが新しくなりました！