

秋山郷を知るミニミニマガジン

郷akiyama 〜シル Vol.3

Take free

2018.9.23

秋・秋分号

特集

山の良さ

秋の山クライマックス!

秋山郷の森に暮らす

秋山ジニー 夫婦で伝えた秋山郷

ごっおーん

キノ!きのこ!茸!

秋山歳時

秋山の祭り

特集

山の良さ

空高く靡くすすきの穂
 頬にふれる風は晴々として
 古き良き山の移りに会う

秋山の森はどんな森？

ここ信州秋山郷エリアは標高が約600m~1000m程のところに人の暮らしがあります。共にある森は森林分布では「冷温帯林」にあたり、成熟した森林は落葉広葉樹の森になります。



秋山郷のクワイマックスノオア楽しんでみましょう!!

山の良さ 秋山郷のクワイマックス!!

九月に入るとグッと風が涼しさを増し
 苗場山頂の草もみじが色付きはじめま
 す。十月に差しつかれば里の木々も黄
 から赤へと移り本格的な紅葉シーズン
 の到来です。きのこもたくさん顔を
 出レ山の旨味がギュウッと濃縮された
 ごちそうに、源泉掛け流しの温泉がじ
 んわり沁みる心地良さ。一年で最も多
 くのお客様で賑わい活気に満ちる季節

山の良さを暮らし
たまごさん



火の山に行くのが
楽しいねそれが
元気のひけつ!!

ウリとか。作るの好きなんだー虫が食うのがやだでも
さあ、木酢をまいてそーあおしておくんだけでも今年の
虫はちと頑固だよー。ばあちゃんのカチャバツ甘えん
だい。って娘と孫がそういうんだでもそ、自分じゃし
よっちゃう食べてるからわかかんねけどね。やっば寒さ
と暑さの差があらんがいやんだねんかな。山の水が
おいしいからそれもあらんだねかなー、お茶も山の水
ですればおいしいしねえ。いつまで出来るかわからね
でもさ、あそこへあれ植えて、ここにあれ植えてとか
たのしみだよー。うまくできれば嬉しいしねー、子供
や孫にやったりねー。んー秋山のいいところはねー春の
芽吹くにおいっていうか天池の野ばらがいい匂いする
んだよ。あと紅葉、島山のアカクラが一番最初に赤
くなくて山に行く方貝れば苗場も赤くなくてきて。
飽きねえなあ。

「やだと思えばやらねえと思うよ
楽しめと思うからやると思うよ。」
おそうざい買って食べるとかはな
いねえ、ひな作って食べるよ。
野菜もほとんと種から、去年の種
もと、といたりしてや、ばねタネ
からのがち、と強いようなね。夏
はトマト、ナス、ピーマン、キュ



山が丸
青子さん

動物も花も
生きものへの愛に
あふれる山が丸
だいき



「動物や植物は可愛いよーちゃ
んとこたえてくれるからね。レ
うちは本当に動物色々飼ったんだ
よー、ヨタカも育てたよー、親と
はぐれたのお父さんが拾ってきて
刺身やっ、て大人の羽出るまで育て
たし。昔さ、ツバメの巣がかかっ
てるとこフンが落ちるって水かけ

て落としちゃったところにあ、まだ目も開かなく
てくちばしも黄色くてべったんこなヒナがたくさん
落ちてて、ヒヨヒヨヒヨヒヨ言ってるの子供たちが
かわいそうって拾って来たんだよ。ツバメは羽あと
スズメバエ羽。ティッシュちぎって一羽ずつちゃー
んと巣を作っ、てあげて箱の中に並べてツバメは生餌
だから虫獲ってきて食べやすいようにちぎってやっ
てさあ。それでエサをチーチーやるんだよ。おもし
ろいんだよーおなかすくと追いかけてきてさ。天気
のいい時に外でバツタ獲っておいて保存しといたり
雨の日は家中の蜘蛛の巣とってつかまえたリ。そ
のつち巣立ってその年の秋、ツバメがきつちり羽
うちの屋根に止まって飛んで行ったんだよ。ちやん
とあいつつしていったんだねー。



お風呂&温泉!!

Rama
かわいい
ワンちゃん♡

いろんな
木の紅葉が
みれるよ!!



vol.3 キノコ!きのこ!茸!

ワッー!!!!!! (ﾟ▽ﾟ)ーッ!!!
 さあ!やってきましたよキノコのシーズン!山の旨味が
 ぐんぐんとつまった山のグルメ♡天然にも栽培にも
 どちらもうまし!!そんなキノコの食べ方ご紹介!!

きのこ基本の下処理



1. 水に1ほどばす



2. ゴミが浮いてきたら
 サッと洗って水をきる

食べるときは
 解凍せずに
 調理



3. お料理するor冷凍

ブナハリタケ (シシタケ)



白くて
 7ヤツサ

ミニタケフライ

・ミニタケを洗って軽く水気をとる
 ・小麦粉、卵、パン粉をつけて揚げる!!
 ・カツネ色に揚がったらソースでいただく!!
 ・お肉や野菜と一緒に焼くのもイイ♡!!



キノコ



なめこおろし

・なめこをさっとゆでる
 ・大根おろしと味えてしょうゆをかける

なめこのつくね煮

・石臼粉としょうゆで...
 甘辛に煮るだけ~o



THE とちの実 ~アケ坂きのこの道り~



・拾ってきたら一週間程水に1ほどばして虫出しする
 ・とにかくしかり干す!一週間くらい
 ・午前中水に1ほどばして午後熱湯に1ほどばす
 ・シワが伸びてきたら皮をむく
 ・むいた実をさらに一週間程水に1ほどばす
 ・灰をぶいて熱湯にむいたしさらに一週間ほど

Point!! 灰はた葉植樹の灰がバスト!!

とちぎぎ

もち米2升5合に
 とちの実1kgくらい

いしょにぶかして

つく!!

実を粉にして
 あんまにも

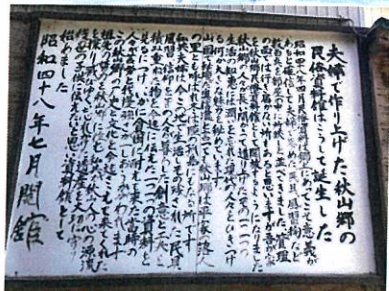




夫婦で伝えた秋山郷 屋敷民俗資料館



未来に伝えたい!!
笑顔がステキ♡



40年まではこういう道具使
ってただよ、みんな山の木
で作って。(特大木鉢)これ
おじいさん自分でこの中入っ
てチョウウナで彫ったんです。
昔はお展申とかみんなうちで
やったから朝う人くらういでお
ばさん達で10人分くらういこね
て。こういう古い道具とかた
くさん出てきたから子供達の代
まで残しておこうと思って全
部こっやうて並べて資料館に
したんですよ。全国から旅行

会社とかバスなんか
で見に来るようにな
って。昔の暮らしの
昔話聞かせたらお客
さんに良いと思っ
声が出ればねお客さ
ん来れば話するしお
茶も出しますよ。



貴重な民具の
孝女!ほろご
タイムスリッパ!!

イラクサの糸を
使った古い
着物のウウ!!

特大木金本!!
こんなに大きいのは
他には無い!!

こちらの古民家で実際に使われ
ていた道具だからこそ当時の臨場感
がたっぷり味わえる。それがこの資料
館の西は西胡洞です!!



おら木村の画家!!
寿章氏の糸絵画
ギャラリーもぜひ
お見逃しなく!!
幻想的な世界感
に引き込まれる!!



屋敷資料館
はみやさんとご
主人(政平氏)
の熱い思いで
作り上げてこら
れたのです。

秋山 歳時

が男女の出会いの場とな
ていて多くのカップ
ルが誕生したそうです。

九月になると秋山郷は祭りの季節
第一土曜は小赤沢、第二土曜は屋
敷、上野原、和山で行われます。
秋山の祭りは踊り、神楽や獅子舞
は無く、「のよさ節」や「からす
踊り」といった民謡の音頭に合わ
せて踊りの輪をつくりまわります。か
つては各集落の祭りを手ずかまし、これ

秋山の祭り



老若男女みんなで踊る！踊る！

今年のスターレは 小赤沢の祭りでは
スグ(?)の菓子玉 花火で始まる



祭りとはいえれば、かき
ないのが、つづつある
その中でも、輝く郷土
料理の手作りの味は
最上のおいしさ



小赤沢集落館にはとっても
かわいいさるぼぼサオジナル
の熊グッズがあります。

さるぼぼ一つ一つの
ホーズに注目〜!!



gallery AKIYAMA

秋山郷にはいろいろな
手作り品があります。
皆さんの作品と出会える
場所をご紹介します!!

じゅんさんの和装うりば
る合いがオシレ!!
集落館にもやまぎもりりにも
常設展にも



又山荘にはお鳥様
の田中不兼作のバードウ
の作品があります。
とまもりルでオジ!!



武元雄士の木工装品
花台や灯台は「ジャポル」
インテリアになじみます。

和山の「やまぎもりり」にて

福さんの山びとの「おにわ」秋山らしいです。



秋山郷へ こらっしやい!

お車でお越しの場合

- R117 → R405
- 堀沢石打IC ~
- 豊田飯山IC ~
- 志留高原経由
- 信州中野IC

電車で「お越しの場合

- 越後湯沢馬場R ~
- 森宮野原馬場R ~

タクシーまたはバスをご利用
下さい。バスはデマンド交

通へ車の료가「必要です

お問い合わせ先

取材編集・発行
杉森奈那子

長野県栄村秋山地区
地域おこし協力隊

X-10 akiyama-s @

vill.sakae.nagano.jp

栄村役場秋山支所

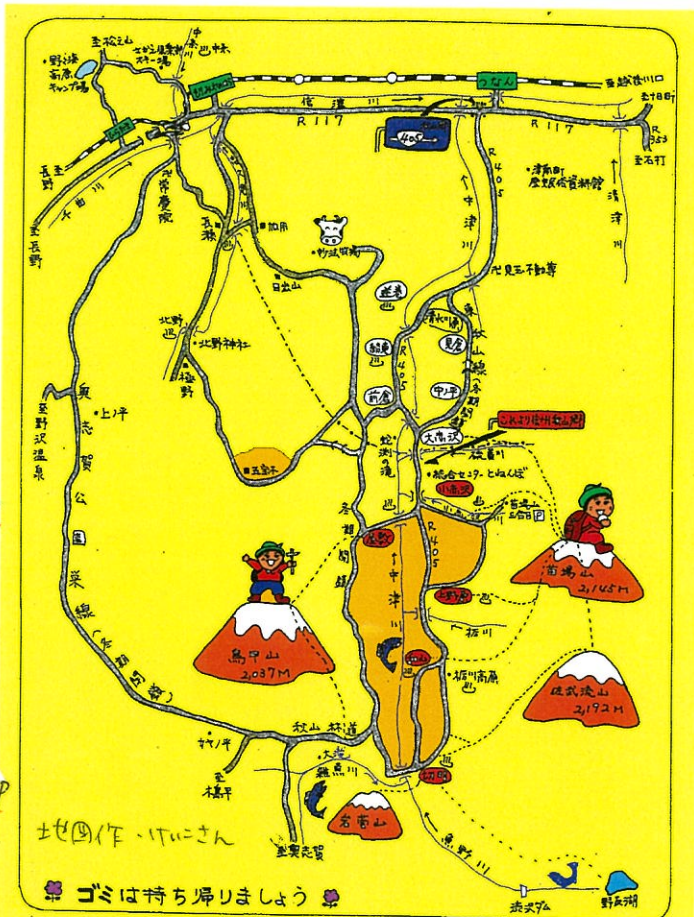
「とねんぼ」〒949-8321

長野県下木内郡栄村大字

堺18281

TEL 025-767-2202

FAX 025-767-2276



栄村秋山郷観光協会

TEL. 0269-87-3333 FAX. 0269-87-2280

(秋山支所) TEL. 025-767-2202 FAX. 025-767-2276

2018

編集後記すまもりなご

第3号「すまもり」が発行できました。8月下旬より和山集落に自身の活動拠点「やまごもりメモリー」をオープンし、そちらの準備にかかりきりでありました。やまごもりメモリーは売店と休憩所としてオープンしており、ヒーヤハーブティ、スーパヤカッラー、X-10など「ご用意」しております。ぜひお立ち寄りください。ただ、秋山郷はこれから11月初旬まで紅葉のとても美しい森林に包まれます。私もこの1ヶ月秋山郷にて精進修行しております。ぜひ、秋の秋山郷へ皆様お出かけ下さいませ。