

キラリと輝く多摩の歴史・文化・自然・現在を記録し発信するローカルマガジン

# ミコタマ *mico tama*

帝京大学総合博物館  
多摩のヨコガオ発見プロジェクト  
ニュースレター 2021 創刊号

「たべる」をささえる心

USED CLOTH  
ELI CAFE  
RT SPACE



# ミコタマ *mico tama*

帝京大学総合博物館  
多摩のヨコガオプロジェクト  
ニューズレター 2021 創刊号

## ミコタマとは

ミコ (Mico) はラテン語の「輝く」と多摩地域のタマ (Tama) を合わせた言葉です。キラリと輝く多摩の魅力を本紙を通じて記録し発信したいとの思いを込めました。

## Contents

### 特集 「たべる」をささえる心

- 04 何度も味わいたくなる  
ここだけのとっておきのアイス
- 06 うどんの神髄 思い出の味をもう一度
- 08 深大寺そば 挽きたての粉 打ち立てのそば
- 10 「<sup>はらみね</sup>原峰の里」の実り 多摩の名産品と<sup>きし</sup>岨農園
- 12 冬の訪れを知らせる江戸東京野菜  
<sup>とうこうじ</sup>東光寺だいこんを訪ねる
- 14 留学生が見つけた多摩の魅力  
飽きることのない味  
<sup>ばんない</sup>喜多方ラーメン坂内 多摩センター店
- 16 留学生が教える身近な材料で本格中華料理  
おうちで本格水餃子
- 18 わくわくしたい わくわくさせたい  
<sup>マメトラ</sup>Mametra USED CLOTHING + DELI CAFE + ART SPACE
- 22 今号の取材先マップ

### ミコタマ通信

- 23 ライブラリアン おすすめ CINEMA
- 24 共読サポーターズ おすすめ BOOK
- 25 キュレーター おすすめ ART
- 26 キャンパス自然観察だより  
キャンパスに住むタヌキのごはんはなんだろうな
- 27 編集後記
- 28 山頂から眺める多摩 大山から眺める



### 表紙写真

<sup>マメトラ</sup>Mametra (18ページ掲載)の前で撮影。取材日はしとしと雨が降っており、肌寒かったのですが、お店に入るとオーナーの大和さんと小林さんがあたたかく迎えてくださり、身体も心もほっこりしました。  
(2020年10月23日)

### 本誌の編集について

本誌『ミコタマ』は、帝京大学総合博物館(帝京大学八王子キャンパス内)で展開中の「多摩のヨコガオプロジェクト」の一環として作成しています。プロジェクトについては裏表紙をご覧ください。

本紙の企画・取材・文章執筆・デザインは、すべて帝京大学に在籍する学生が中心に行っています。

### 帝京大学総合博物館について

本館は2015年9月に帝京大学八王子キャンパス内に開館した博物館です。帝京大学の持つ貴重な学術資料や最新の研究成果を展示や講座などを通じて社会に広く公開しています。どなたでも入館できます。ぜひお越しください。

- ・Webサイト [https://www.teikyo-u.ac.jp/campus/hachioji\\_campus/museum](https://www.teikyo-u.ac.jp/campus/hachioji_campus/museum)
- ・Twitter (@Teikyo\_Museum) : [https://twitter.com/Teikyo\\_Museum](https://twitter.com/Teikyo_Museum)
- ・Instagram (@teikyo\_museum) : [https://instagram.com/teikyo\\_museum/](https://instagram.com/teikyo_museum/)
- ・YouTube : <https://youtube.com/channel/UCFAxT2oZoyFkrc3Sfu-Q>

特集

# 「たべる」をささえる心

帝京大学八王子キャンパスのある

丘の上から見る風景

眼下には多摩の街が広がっています。

これから私たちはキャンパスを下り

街に飛び出します。

丘の上から眺めているだけでは

気が付かない多摩の魅力に出会うためです。

その魅力を沢山詰めて

読者の皆様にお渡しするための箱が

この「ミコタマ」です。

創刊号のテーマは

私たちにとても身近なものひとつ

「たべる」こと

あわせて、それをささえている心を選びました。

さあ、どんな出会いが待っているのでしょうか。

私たちと一緒に探しに行きましょう。

帝京大学八王子キャンパスからの眺め。写真中央の左寄りには聖蹟桜ヶ丘駅のまわりのビル群が見える。その奥には新宿副都心のビル群も一望できる。

何度も味わいたくなる

ここだけのとっておきのアイス



ミルクアイス MO-MO さんの店頭

子どもから大人まで幅広い世代に愛されているスイーツの王道、アイスクリーム。この場所でしか味わえない、とっておきのアイスクリームを見つけた。それが道の駅八王子滝山にある、ミルクアイスMO・MOさんのアイスクリーム。八王子の金子牧場で搾ったフレッシュな牛乳と八王子の野菜を使用した、地産地消で安心・安全な優しい甘さのアイスクリームだ。

### ここでしかできないアイスを

店長の金子キミ代さんにお話を伺った。なぜミルクアイスのお店を始めたのか。なんと金子さんはご家族で東京の牧場と農園を経営しながらお店も出しているという。取材の始めから驚きの連続であった。「うちが農家で牧場もあるから、それを使ってここでしかないアイスを作りたかった。」そういった理由から始められたアイス作り。手探りで

さまざまな事に楽しんで挑戦してきたという。

まずはアイスクリームメーカー選び。さまざまなお店に自ら足を運んでアイスを食べ比べ、なめらかな舌触りになるものを選び抜いたという。製造する上でこだわっている点を伺うと、「いや、アイスっていうのは、誰でもできる(笑)。ただ、材料になにを使うかが大切。」とこだわりを話してくださった。

まずジェラートの肝となるミルクアイス。牛乳本来の味を出すため低温殺菌でじっくり加熱し、2時間もかけてベースを作っているそう。次にベースに合わせる食材。季節ごとに旬で美味しい食材だけを使っている。自身の畑でとれない食材は知人の農家を通じて美味しいものを調達している。安心して食べてもらいたいという一心で食材選びは抜かりない。その証に、MO・MOさんのアイスは「Eマーク食品」として認証されているという。「Eマーク食品」

とは、材料や製法にこだわった特産品に対して各地域の品質基準を満たしていることを精査し、付けられるものである。幾重もの審査があるため取得にとっても苦勞するというEマーク。東京都の特産品に認証されている安心感に加え、美味しいのだから何回も訪れたいくなるお店である。

## 楽しんで生み出す味

開店して今年で13年のMO・MOさん。苦勞もたくさんあるのではと伺うと、「いや、苦勞というより楽しいね。歩いていて、アツこれ次の新しいアイスにどうかな。そんな食材を探すのが楽しい。」とアイス作



りの魅力を話してくださいました。いろいろなことに興味を持つことの楽しさや大切さにも、気づかせてくださいました。

これまでに生み出してきた季節限定のジェラートは、春はいちご、夏はすもも・とうもろこし、秋はさつまいも・しょうが、冬はゆずやラズベリー&クリームチーズなどがあるそう。どれも珍しいジェラートばかりで、旬を楽しむために何度も訪れて味わいたくなる。元パティシエを含むスタッフと一緒に新しい味を作り続けている。

## ミルクアイスをいただく

インタビューが終わると、金子さ

んが、「遠くからわざわざ来てくれたんだから、食べてって。」と定番フレーバーのミルクキャラメルとブルーベリー、秋季限定のくりとしよりの4種類をご馳走してくださいました。

ブルーベリー、くり、しょうがは、もちろん八王子の食材が使われている。どれも素材そのままの味が感じられ、優しい甘さでとても美味しかった。その中で私たちの一押しが、しょうが。しょうがのさわやかな味が広がり、スプーンが止まらないやみつきになる味であった。秋になったらまたこれを食べにきたい。そう思わせてくれるアイスだ。みなさんもこちらを見つけたらぜひ食べてみて欲しい。

その後一番人気のカネコミルクとソフトクリームもいただいた。どちらもすっきりしているがココがあり、とても美味しかった。

道の駅のテラスで外の空気を感じながらアイスを食べられるところも

格別である。アイス好きはもちろん、東京都唯一の道の駅である八王子瀧山で買い物をした後の癒やしやご褒美スイーツとして、MO・MOさんをぜひ訪れてみてはいかがだろうか。

坂本結衣（外国語学部3年）|| 文  
村松香音（外国語学部3年）|| 写真



出入口のロゴマーク



気持ちの良いテラス



金子キミ代さん (70)

# うどんの神髄

## 思い出の味をもう一度



### 小平ふるさと村 旧神山住宅主屋

江戸時代中期に建築された農家の主屋を移築した建物。土・日・祝日に種うどんを振舞っている。種は栄養バランスを取るためにうどんに添えて食べる野菜で、つゆに付けて食べる。新鮮な地元野菜を茹でて提供している。

(現在はコロナ対策のため、提供は中止中。)

※武蔵野手打ちうどん保存普及会は随時 会員募集中だそうです。気になる方はぜひ。

日本で古来から食べ続けているといわれている、うどん。多摩地域において、うどん文化は古くから根付いている。小平ふるさと村では、古くからの武蔵野手打ちうどんの味を、従来の製法をそのまま継承しながら振舞い、歴史をつないでいる。こちらでうどんを振舞っている武蔵野手打ちうどん保存普及会(以下、保存普及会)の方々にお話を伺った。

### なぜ武蔵野台地でうどんなのか

名前の通り武蔵野台地の上にあるこの武蔵野地区は、古くから「逃げ水の里」という異名を持つ。異名の通り、水はけがよすぎるといふ台地の特徴から、稲作は向かず、麦とサツマイモの二毛作で農業としての生計を立ててきた。このように麦を売

で作った麦を自分たちで食べるという行為が、「うどんはご馳走」という感性を生んだ。そして、武蔵野台地一帯でうどんが大きな意味を持ち、文化として発展していった。しかし、悲しいことではあるが、現在、麦農家は小平市では残り数件であり、厳しい状況が続いている。

### 武蔵野手打ちうどんへの愛

武蔵野手打ちうどんとは、故加藤有次先生(保存普及会設立者)により名付けられたもので、「武蔵野台地の小麦粉を使用したうどん全般のことをいう」とのこと。加藤有次先生の「子供のころに食べた母のうどんの味をもう一度」という強い信念から再び作られたうどんであり、現在作られているうどんはその味を完璧に再現したものであるらしい。「現在主流となっている機械打ちとは一線を画した、古い作り方である手打ちにこだわって作っている」と保存普及会の宮崎照夫会長は



麺棒と麺切包丁

おっしゃる。実際に作り方を聞いたところ、水回し↓成形↓足で約350回踏むなど、大量に作るにもかかわらず機械を全く使わず、あくまで自分自身の力で作っていた。インタビュー中に保存普及会の方々がおっしゃっていた「手間暇がかかっているものは美味しい」ということは、こういった複数の工程を踏んで振舞われているという点でも裏付けされていると感じた。また、うどんに使われる小麦は前述した小平市の小麦農家で作られたものを使用して

いる。地域で作られた小麦は「地粉」と呼ばれ、その地域を象徴するものとして大切に扱われ、誇り高いものである。「地粉を使うことで初めて小平うどんと呼べる」と会員の方はおっしゃっており、うどんへの情熱は地域のものを使う、いわば地産地消からきていると感じた。6ページ

左下の写真は麵棒と麵切包丁だ。どちらも大きく、大人数のうどんを作るためのものとして使われている。年季が入っているが古びた様子はなく、いつでも使えるように手入れがされており、こういった用具の面からも、うどんへの情熱と力強さを感じた。

### うどんの未来をうらなう

従来、小平を含む武蔵野手打ちうどんの立ち位置は、地域のご馳走として成人式、お彼岸、お盆結婚式など特別な行事の際に作られてきた縁起の良いものであった。それを示すように「うどんを打てなければ嫁に

いけない」といった言い伝えが地域では根付いていたようだ。しかし現在、「地元農家の減少と共に武蔵野手打ちうどんへの関心も薄れてきている」と会員の方々は口をそろえる。機械打ちが主流となり、皆が効率を求める社会になってしまった弊害といえるのかもしれない。

このような現状を打開するために、各小学校からの要請により講演会や実演会を開催し、まずは自分で作るうどんの楽しさについて説いて回っているという。小学校を中心に、児童・生徒だけではなく教職員にまで教えているというのだから驚きだ。また日本の有名なうどんを持つ地域（香川・秋田・五島列島）にも遠征し、その地域の方とうどんを通じて交流会を行い、技術、知識の更なる向上を遂げようとしているという。それだけではなく、同じ粉食文化ということで、なんとイタリアに出向き、現地の調理学校で交流したという。うどんの発展を切に願う

気持ちをもってすれば、ここまでできるのかと驚嘆した。「国内外のうどんは美味しいが、小平で収穫し製粉された地粉が一番おいしいよ」とおっしゃっていたが、それだけのプライドや自負を持って、うどんと向き合っているのだと感じた。

### まじっころを込めて

取材を通じて、皆さんが熱い思いを持って活動されていることがよくわかった。「手作業でまじっころを込めて作るからおいしい」と口をそろえておっしゃっていた。

近年は手間を取られる作業を嫌い、短時間でスピーディに物事を行うことで成果を出すことが好まれている。しかしここではあくまで手作業・手打ちにこだわり、うどん作りを継承してきた。足で何度も踏み麺のコシを出す、包丁で切ることによるり出汁がよくうどんに浸みる、冬は太め、夏は細めに麺を切るなど、私たちのように食べ慣れていない者で

は気付かない様々な工夫を凝らし、作り続けてきた。こういった表には出ない複数の工程を踏んでいるからこそ、長年、武蔵野手打ちうどんは愛され、保たれてきたのだと思う。どんなものでも効率化も良いが、逆に原点に立ち返り、奥の深いものに目を向けてみてもよい。今までとは違った新たな発見があり、私たちに語り掛けてくれるかもしれない。

島村竜（政治学科3年） 〓文  
布施輝（社会学科3年） 〓写真



かて  
種うどん（写真提供：武蔵野手打ちうどん保存普及会）  
うどん上部に置かれているのが「みみ」。うどんを打ったときに出来る両端の部分であり、これが手打ちの証ともいえる。

# 挽きたての粉 打ち立てのそば



深大寺そば 一休庵

よく晴れた休日、なんとなく出かけたくなる。一人で、誰かを誘って、ゆったりとした時間を過ごしたくなる。そんな日は、深大寺に足を運んでみてはどうだろうか。木々の隙間から温かい日差しがこぼれ、穏やかな気持ちになれる場所だ。

## 伝統の味と改革

京王線調布駅から深大寺までバスで約20分。下車してすぐに、たくさんのおそば屋が並んでいるのがわかる。深大寺周辺では、江戸時代から深大寺そばが作られていて、徳川家光もその味を認めていたそう。今回は、深大寺周辺のそば屋の一つである「一休庵」を営む、社長の内野和彦さんからお話を伺った。

深大寺の山門前を左折すると見える、水車のあるお店が一休庵だ。一休庵は深大寺周辺で3番目に古い老舗そば屋で、内野さんは3代目の社長である。36歳で家業を継いだ内野さんは「自分が納得できるか」「自分が楽しめるか」「一休庵のそばに足りないものは何か」と考え、それまで機械と手打ちで行なっていたそば打ちの工程を、手打ちのみにすることを決意したのだという。当時は従業員の反発もあったそうだが、

衝突を乗り越え、改革から15年以上経った現在も、機械を使わず手打ちのみでそばを打ち続けている。そばへの情熱が、そばの味を作っているのだ。このそばを食べない手はない。

## そば粉から「自家製」

一休庵では、そばの実を脱穀するところからそば作りが行なわれている。国内のそば農家から玄そば（殻付きのままのそばの実）を仕入れ、

▼上が玄そば（殻付き）で、下がむき実。



店舗近くにある自社の製粉所で脱穀をする。製粉所で脱穀され、むき実になったそばの実には店内にある石臼でその日に必要な分だけ挽かれる。挽きたての新鮮なそば粉は、そばを打つ際に水を入れると、ブワツと香りが立つのだそう。また、信頼できる農家と直接取引をして、自社で製粉することで、どういった粉なのか、いつ挽いた粉なのかといったことが明確になり、基準がしっかりとされたそばを自信を持って提供できるのだという。その言葉からは、そば職人のそばに対する自負がひしひしと伝わってきた。



自家製粉の利点はもう一つある。

そばを打つ際のつなぎとして、そば粉を用いることができるというのだ。そばの実は層になっている。そしてそれぞれの層から一番粉、二番粉、三番粉というように性質の違う粉が取れるのだそう。中心部から取れる一番粉はサラサラ、二番粉、三番粉と外側の層の粉になるほど目が粗く、粘着質でそばの香りが強くなるという特徴を持つ。一般的につなぎは小麦粉や卵、山芋を用いるが、そばの特徴を生かすことでつなぎの役目もそば粉が担うことができる。教えていただいた。この「つなぎ力」は、新鮮な挽きたての粉だからこそできるのだそう。グルテンフリーなどを意識している健康志向の人にもぜひおすすめしたい。十割そばでも全く粉っぽくない、みずみずしいそばを食べることができる。

そばを食べるのに欠かせないのが「つゆ」だ。内野さんは「和食は引き算」「足してあるものを戻すの

は難しい」と話し、素材を生かしたうえで、お客さんの好みで味を足していけるようにして、そばを提供しているのだと話してくださった。わざびとねぎは葉味皿で添えられていて、つゆは濃いめに作ってある。濃いめのつゆに好きな分だけそばを浸して食べることで、素材の味も楽しめるのだ。



### そばの実を余すところなく

「そばの実の、そばとして使わない部分を棄てるのではなく、何かできないか」という考えから、一休庵では和菓子作りも行なわれている。メニューはそば団子とそばまんじゅうだ。団子はそばの実の外側から取れる粉を使用して、そばの香りを感じられるように作り、まんじゅうは、実の中心から取れるサラサラの粉を

小麦粉と混ぜて使うのだそう。そば粉だけでなく、そばの実を入れることでオリジナリティが出るように工夫がされている。そば団子は店先で買うこともできるので、寺の参拝や寺の近くにある神代植物公園からの帰りなど、小腹が空いたときに食べてみてはどうだろうか。

### 観光地 深大寺の中で

そばだけを扱う「そば専門店」というのは珍しい。筆者の自宅近くのそば屋を思い浮かべると、うどんや丼ものなどそば以外に色々なメニューがある。様々な人が来る観光地では、様々なメニューを用意しておく方がお店のリスクは少ない。それでも「自分が食べて、おいしいと思うもの、納得できるものを出したい」という思いでそば専門店をやっているのだと内野さんは語る。職人の熱意と誇りをもって作られたそばは、みずみずしく輝いていて、香り

高く、本当においしいそばだった。家族にも、友人にも、そして読者の皆様にもぜひ一度は食べてみてほしいと思っている。

深大寺周辺には約20件のそば屋がある。一日で深大寺そばを知ることができないだろう。店ごとのこだわりを知るためにも、深大寺へ通い、そばを食べ比べ、お気に入りのそば屋を見つけてほしい。

寺澤頼来(心理学科2年) 文・写真



香り高い、一休庵のそば。職人の熱意と誇りを感じた。

# 「原峰の里」の実り

はらみね

## 多摩の名産品と岨農園

さし

### 「原峰の里」の農園

「原峰の里」は別名「狼谷戸」とも呼ばれる谷戸だ。「旅人が狼に襲われた」「旅人が安全にこの場所を通り過ぎるために狼が守っていた」などの言い伝えのある場所である。そんな昔話が残る場所に岨農園はある。岨農園は「有限会社 岨農園」という社名の造園会社も営む、兼業農家である。

そこで代表取締役を務めるのが岨琢也さんだ。岨さんは生まれも育ちも多摩市で、大学卒業後は父親のすすめで造園関係の企業で10年間働き、家業の岨農園に戻ってきたのは15年前。農業は岨さんのお父様が営んでいたそうだが、現在は琢也さんが引き継いでいる。

### 銘酒の酒米の生まれた場所

岨農園では、1年を通じて色々な野菜を育て、直売所で販売している。白菜・サヤエンドウ・大根・人参・

ホウレンソウ・レモン・ナス・ネギ・大麦・米、変わったところでは古代米として有名な黒米など、育てていないものはないほどだ。そんななかで、ひととき興味を惹かれるのが日本酒の原料となる「酒米」だ。

約20年前、多摩市で収穫された酒米で日本酒を造ろうと、スタートした酒米づくり。現在は岨農園を含む多摩市内に残った4軒の米農家が育てている。

収穫された酒米は、福生市の石川酒造で醸造し、純米吟醸「原峰のいずみ」という名で販売されている。また、酒米を育てている4軒の農家で「農事組合法人 多摩市農産加工組合」を立ち上げ、酒米を使った「原峰のかおり」という味噌も生産している。これらは多摩市の名産品になっている。

実はこの2つ以外にも名産品をつくらうということで、イチジクに挑戦したことがあったそう。日野市のブルーベリーや稲城市の梨・ブドウ

多摩ニュータウンの開発がスタートする前の多摩丘陵は里山が広がる農村だった。そこには「谷戸」と呼ばれる谷があり、谷からこんこんと出る湧水を使って米を中心に様々な作物が育てられていた。現在では開発や後継者不足によって農家の数が激減し、50年前には当たり前前にあった里山の風景はほとんど見ることができない。しかし大きな通りを一本奥に入ると、里山の風景が現れ、そこでは農業が営まれている。今回は、その中の一つ、多摩市役所の裏手に残された「原峰の里」と呼ばれる里山で農業を営んでいる、岨農園の岨琢也さんを訪ねた。

市街地から一本入った場所にある岨農園。ここは東京かと疑うほど、のどかな風景が広がる。

に負けないようにとのアイデア  
だったが、木を植えて収穫まで何年  
もかかることから立ち消えになって  
しまったと岨さんは悔しそうに語  
る。岨さんは、現状に満足せずに常  
に新しいことをしようとするパワ  
ーとアイデアにあふれる方だ。



多摩市の4軒の米農家で収穫し  
た酒米を使って醸造された「原峰  
のいずみ」。芳醇な香りで、のみ  
口はすっきりしている。



「原峰のいずみ」と同じ酒米を使っ  
て作られた味噌「原峰のかおり」。  
岨さんたちが研究を重ねて作り出し  
た味噌だ。

## それでも悩みはある

現在頭を悩ませていることは、農

地を維持することだそう。あわせて  
自然災害の増加、経済状況が読めな  
い時代となってきたため、先を見越  
すことが難しいとのことだ。さらに  
農作物の病気は農家にとっては天敵  
だ。農薬をまいたとしても、病気に  
かかってしまった農作物は完全には  
治らない。特に岨農園は作物を植え  
る際にのみ除草剤をまき、それ以降  
にほとんど農薬はまかないとのこと  
だ。そのため、岨さんは常日頃から  
作物に目を光らせている。

新型コロナウイルスの影響はどう  
か質問してみた。不思議なことに直  
売所での売り上げは右肩上がりだそ  
うだ。おそらく外出の自粛で家にい  
る時間が増えたことにより、自炊す  
る機会が増えたこと、あわせてスー  
パーマーケットなどでは野菜は高騰  
していたが、直売所に売られている  
野菜は安値のため、新規のお客様が

増えたのだろうと、岨さんは語った。

## 農家の醍醐味

アイデアマンであり、パワーあ  
ふれる岨さんに農業の魅力について  
聞いてみた。農業には4つの魅力が  
あるという。

1つ目は、直売所で販売すること  
によって消費者と距離が近くなり、  
どんな人が購入しているか顔がわか  
る。2つ目は、お客様に直接、美味  
しいと言ってもらえること。それに  
よって、嬉しいと同時に作業に対し  
てのモチベーションも高まるものと  
こだ。3つ目は、勉強したことを誰  
かに教えること。岨さんは多摩市内

の小学校と連携して田植えなどの体  
験授業に協力している。JAの職員  
の方々に教えてもらったことを小学  
生達に教えられるように考えること  
が醍醐味だと語る。4つ目は、マイ  
ペースで仕事ができること。起床↓  
作物の収穫↓出荷の準備↓出荷↓昼  
休憩↓日暮れまで農作業というスケ

ジュールをこなす。多忙だが、自分  
が作った計画で作業できることが楽  
しいとのことだ。

\* \* \*

多摩地域に住み始めて3年、日頃  
飲んでいるお酒や味噌の原料、そし  
て食べている野菜、それらは意外な  
ほど身近で作られていた。そして、  
それらを丹精込めて育てている岨さ  
んの想いに触れる時、「食べ物は大  
切に食べたい」として「残してはだ  
め」という思いが今更ながらに込み  
上げてきた。食べ物を食べることは  
生産者の想いを食べることで、そし  
て捨てることは生産者の想いを捨てる  
ことになるのだから。

布施輝（社会学科3年） 〓 文  
島村竜（政治学科3年） 〓 写真



日焼けした肌がとても眩し  
い、岨農園の岨 琢也さん。  
パワーとアイデアで多摩  
の農業を盛り立てる。

# 冬の訪れを知らせる 江戸東京野菜



とうこうじ  
東光寺だいこんを訪ねる

冬が始まる合図。少し冷えた風に運ばれてくる独特な香り。今年も会いたいあの味に。

日野市では江戸東京野菜のひとつ、東光寺大根がつくられている。現在、東光寺大根の作り手は3人ほど。今回はその1人、奥住喜則さん（52）にお話を伺った。

## 東光寺大根の一年

東光寺大根は練馬大根の流れを受け継いだもので、百年以上前から作られている。辛みが多いのが特徴で、見た目は細長く、タクアン用として販売されている。栽培したものから次の作付けに必要な種子を自分で採る自家採種という、昔ながらの方法で育てられている。

まず、形がいい大根は収穫せずに、12月から春にかけて花を咲かせ、8月に大根の花の中から種を取り、乾燥させる。種は落花生や

枝豆のようにさやの中に一つずつ入っている。豪雨や災害を耐え抜いてきた良質な大根を次の年の種として植えることを毎年繰り返すことで、ブラッシュアップするのだ。

9月上旬に種をまくと、大根はわずか3か月ほどの短い期間で育つ。11月から12月に大根を収穫し、洗って干す。大根を干すときは、すだれ状に編む。風が通りやすくなり、乾きやすくなるようだ。以前は縄で編んでいたが、大根が変色してしまうため、現在ではビニールのひもで編んでいる。太さやサイズが同じような大根を選んで編む。こうすることにより、干し場の利便性を確保しつつ、多くの大根を干す事ができる。干す際は、大根に霜がつくと味が落ちる原因となり、本来の歯ごたえが失われてしまうので、注意しているという。乾燥が終わる12月上旬頃から、主に5本から11本の束にして出荷する。



収穫を待っている、青々とした東光寺大根の畑。11月下旬～12月上旬が収穫の最盛期。自家採種という昔ながらの方法で育てており、現在、作り手は3人ほど。



東光寺大根の特徴は細長いこと。特に首の部分の太さは10円玉くらいしかない。

## 伝統を守ることのコツ

もともと測量設計の仕事をしていたという奥住さん。実家で持つ農地の問題などがあつたために、跡を継いで農家をはじめた。大根の他にもトマトやキャベツなどを作り、だんだんと農業の魅力に気付いていった。

奥住さんの家では畑作、田んぼ、養蚕等、元禄時代から13代にわたって農業を営んできたという。東光寺大根の栽培を始めたのは、江戸時代後期から。東光寺大根の栽培の理由としては、八王子では織物が盛んで、機屋で働く女工たちの休憩中のお茶づけやご飯のおかずにはタクアンが重宝されたという歴史的な背景がある。また、漁船に乗る漁師さんたちにも食べられていたそうだ。

干した大根は独特な香りがするのだという。奥住さんいわく、普通の大根よりも大根くささが強く、辛そうな匂いだそうだ。私も実際に食べてみて、いつも食べるタクアンよりも辛みを感じた。奥住さんは干し大根を1本あたり350円で注文を受け、販売している。その他、1年を通して大根以外にもトマトやキャベツなどの栽培もしている。それらの野菜はJAの直売所やスーパーで購入することができる。また、学校給食への提供も行っているという。傷物は安く自宅の庭先で販売している。

大根の売上は他の野菜に比べて少ないそうだ。だが、自家採種という難しい作り方であり誰でも作ることができるわけではないので

こだわりがある。特に土づくりを大切にしているそうだ。細長い大根なのでやわらかい土を作る必要があり、東光寺大根の畑では他の野菜を作らないようにしているという。

大根づくりで大変なことは重労働なこと、休みがほとんどないこと、台風などの自然災害への備えなど、数えきれないほどある。しかし、「お客様から選ばれること、美味しいといっただけで食べてくれることが嬉しい」と奥住さんは笑顔で語る。

### それでも大根を作り続ける

タクアン用として昔から親しまれてきた東光寺大根。奥住さんは、お奨めの食べ方として、香りが立つ東光寺大根の魅力を活かしてやはりタクアンとして味わってほしいと力強く語る。しかし、タクアンの主な消費者層である高齢の方はだんだんタクアンが噛めなくなってくる。さらに、自分の家でタクアンを漬ける人が少なくなってきた。それでも奥住さんは東光寺大根を作り続けていく。どう続いていくのか、どのようにして変わっていくのか、楽しみだ。

日野市を含む南多摩は、都内の他の地域よ

りも田畑が多いが、開発や区画整理により周辺の景観が変わってきた。それは悪いことだけではない。消費者が近くにきたということだ。消費者が側にいて生産と消費のバランスが取れている。奥住さんは、住む人と農家の共存共栄を目指す。農家は安心安全を心がけて野菜を作っているの、ぜひ地元野菜を食べてほしいという。地産地消を実践して、野菜食文化を広めること、それが奥住さんの願いであり私たちができることだろう。

工藤玲奈（人間文化学科2年） || 文・写真



奥住喜則さん（右）と一緒に、作業用のビニールハウス内で記念撮影。左右に組み立ててある木は大根の干し場。取材の時点（11月24日）では大根は干されていなかったが、12月上旬には大根が吊るされて、賑やかになる。

# 飽きることのない味

喜多方ラーメン坂内<sup>ばんない</sup>多摩センター店

私が何度食べても飽きない味は喜多方ラーメン坂内のラーメンである。中国から日本へ留学に来ている私から読者の皆さんに絶対におすすめしたい味だ。

張小寒（観光経営学科3年） 文・写真



喜多方ラーメン坂内多摩センター店の店内。暖かい雰囲気を感じる。



「赤べこ」と「起き上がり小法師」

## 私にとっての喜多方ラーメン

日本には、横浜家系ラーメン、博多ラーメン、熊本ラーメンなど、色々なラーメンがある。今回は、福島県喜多方の喜多方ラーメンをみなさんに紹介したい。

外国人留学生の私は、日本に来てそろそろ4年になる。私は今まで、各地のラーメン屋を訪れ、色々なラーメンを食べたけれど、一番心に残ったのは、「喜多方ラーメン坂内多摩センター店」で食べた喜多方ラーメンである。多摩センター駅から南に向かって歩くこと7分。2012年に開店し、今年で9周年を迎えるお店だ。

はじめてお店を訪れた際は、特に期待など全くなかったが、店内に入って、店の雰囲気や店員さんの笑顔にとっても感動した。もともと印象に残ったのは、やはりラーメンの味だ。食事をして「またここに来たいな」という気持ちが、心の中に生まれた。みなさんはこんな気持ちにならなかったことがあるだろうか。私にとって、喜多方ラーメン坂内とは、そういうお店である。

## ここでしか体験できないこと

喜多方ラーメンの発祥の地は、「喜多方蔵の里」で有名な福島県喜多方市である。店内には、喜多方市を感じてもらおうための工夫がなされている。食事をしながら、ふと上を見ると、人形が飾ってあった。「これは何だろう、面白い」と思って、お店の方に伺うと、「赤べこ」と「起き上がり小法師」という、喜多方市で人気のあるお土産品とのこと。ただ

ラーメンを食べるだけではなく、喜多方市の文化や物語も体験できるのは、最高だと思った。  
私は中国からの留学生である。中国も、地域によって料理や食材に特色がある。今は遠くにいるけれど、故郷のものを味わうと、自分の幼い頃を思い出すことができ、とても幸せな気持ちになるものだ。

## 自慢できるもの

この喜多方ラーメンの写真、とても美味しそうですね。喜多方ラーメンの自慢できる特徴は、丁寧に仕込んだ醤油スープや手もみの熟成麺、そして自家製チャーシューである。チェーン店として、どこの店でも食べることができ、かつ同じ味が提供できる。毎日食べても飽きることはないラーメン。「福島県出身のみなさんは、いつでも、どこでも、故郷の味を食べることができて、幸せだよね！」と羨ましく思う。

## 心を込めたおもてなし

店内の雰囲気は黒と白を基調としている。喜多方ラーメン坂内PR担当の奥寺紀代さんによると「東北地方を感じさせるデザインを随所に取り入れている」とのこと。さらにカウンター席、テーブル席、家族用の座敷が設けられている。中国には、こんなに色々な種類の座席がないため、日本のお客さまのニーズに合わせてサービスを見て、心から素晴らしいと感じた。

また、お客様自身が席を立ち、お冷を注ぎに行くのではなく、店員が席に来て注ぐサービスがある。中国ではここまで丁寧なサービスはしていない。お客様の所へ行くのは、お店の方にとって面倒なことではないかと感じた。しかし、「セルフサービスだとお客様とコミュニケーションが全く取れない。お客様との関わりを増やすためにやっています」とお話しいただいた。



喜多方ラーメン坂内のメニューで人気があるラーメンセット。



トロトロの自家製チャーシュー



ラーメンを茹でる様子。  
麺は手もみの熟成麺で、喜多方市の本店と同じ製麺所から毎日送られてくる。



人懐こそうな笑顔でラーメンを作る副店長さん。  
この日にお会いできなかった店長さんは、入社2年目の女性でバリバリ活躍されているようだ。※2020年11月12日に撮影

このようなサービスの重要性を実感するとともに、お店の方がお客様の状況を確認した上での親切なサービスだと感じ、「おもてなし」ができるいい店だと思った。

こんなに美味しく、喜多方市の文化も知ることができ、素晴らしいおもてなしも体験できる、喜多方ラーメン坂内多摩センター店。みなさんも、ぜひぜひラーメンを食べに行ってみよう。

# おうちで 本格水餃子

広大な中国。その面積は約960万平方キロメートルで、地域によって食文化と風俗が全く異なっています。例えば、お正月。良い

一年を祈願して、南の地域では団子を食べます。そして、北の地域に古くから暮らす人々は、餃子を食べます。餃子のあんにする肉を叩き切る音とともに新年を迎えるのです。今回はそんな様々な食文化の中から、水餃子を取り上げます。本格的な水餃子を作る、日本でも簡単に手に入る材料で気軽に作ることが出来ます。是非、お家で作ってみてください。

魯娜（観光経営学科2年）|| 文・料理作成  
堀越峰之（帝京大学総合博物館）|| 写真  
石川純子（帝京大学総合博物館）|| レシピ補助

## 人々を病から救った餃子の伝説

中国には餃子にまつわる伝説があります。

東漢（後漢）王朝の終わりに、首長を務めた「医療聖人」の張仲景は、辞任して故郷に戻ります。冬のソルスティス（冬至）の日に間に合うように帰郷した彼は、南陽の人々が飢えと寒さに苦しみ、両耳に霜が刺さるような痛さ（凍傷）に耐えている姿を見ました。その年、台風熱（流行性の病気）が蔓延し、多くの人々が亡くなりました。張仲景は、漢王朝の2000年以上の臨床体系をまとめ、地域に医療小屋をつくり、そこに大きな鍋を設置しました。その鍋で子羊の肉を唐辛子と生薬で煮込み、それらを取り出して細かく刻み、小麦粉を練った生地ですのこで包み込みました。それを先ほどの大きな鍋で再度茹で上げ、そのスープ（ゆで汁）を添えて、貧しい人々に与えました。人々は、冬のソルスティスから大晦日までの間、台風熱を乗り越え、凍った耳を治すために、これを食べました。

その時から、「餃子の耳」または「餃子」と呼ばれるこの料理を食べる習慣が村の人々の間に広まります。「ピアンシ」または「ホットヌードル餃子」と呼ぶ地域もあります。やがて、冬の休暇中に餃子を食べることは、不可欠な行事となりました。1400年以上の歴史の中で、餃子は人々の心に根付いてゆき、徐々に代表的な中国料理として多くの人々に支持されるようになりました。





- ⑤ 麺棒を使って、生地を1つずつ直径7cmくらい、1.5mmくらいの薄さの丸形に伸ばしていく。  
※適宜打ち粉をしながら伸ばす。

### 3 仕上げ



- ① 出来上がった生地に小さじ山盛1杯分の あんをのせる。



- ② 生地の端を指でしっかりつまんであんを包む。



- ③ 大きめの鍋に水を張り、1.5%くらいの塩(例:800ccの水の場合12g(小さじ2杯))を加えて沸騰させる。  
④ 沸騰したお湯に包んだ餃子を1つずつ入れていく。  
※鍋の大きさにより、適宜、数回に分けて茹でる。  
⑤ 餃子が浮き上がってきた後、30秒たったら取り出して完成!!

## 2 生地づくり



- ① 分量の粉を入れたボールに、50ccの水を入れ、粉と混ぜ合わせてよくこねる。粉がパサつくようなら、水を少しずつ足して生地がひとかたまりになるまで混ぜ、台の上で滑らかになるまでよくこねる。

※季節・気温などにより粉の状態が異なるので、後半の水は少しずつ加え入れすぎに注意する。

※目安としては生地にだまがなくなり表面につやが出て耳たぶくらいの固さになるまでこねる。



- ② 生地を丸めて、約30分休ませる。



- ③ 休ませた生地を2等分して棒状に伸ばしていく。(直径2cmくらい)



- ④ 棒状に伸ばした生地を90度ずつ回転させながら、2cm幅に切っていく、打ち粉をふる。残りの生地も同様に。

## ニラと卵の水餃子



材料 (4人分・約40個)

### 【生地】

- ・薄力粉…… 200g
- ・水…………… 約60~70cc
- ・打ち粉…… 約20g

### 【あん】

- ・ニラ………… 1束
- ・卵…………… 4個
- ・塩…………… 2g(小さじ1/3)  
※下味1g、仕上げ1g
- ・油…………… 大さじ3杯

### 【仕上げ】

- ・水
- ・塩…………… 水の量の1.5%
- ※好みで醤油、酢、ラー油など。

## 1 あん作り



- ① 洗って根を取り除いたニラを1cmの長さに切る。  
※洗ったときの水気をよくきってから切る。  
② よく溶いた卵に塩を1g(小さじ1/6)加えて、混ぜ合わせる。  
③ フライパンに大さじ3杯の油を敷き、②の卵を加えて軽く炒める。  
④ おおよそ火が通ったら、ニラを加えて炒める。  
⑤ ニラがしんなりしたら、塩を1g入れて味を調べて、あんの完成!  
※塩加減は好みで増減する。

# わくわくしたい わくわくさせたい

マメトラ  
Mametra

USED CLOTHING + DELI CAFE + ART SPACE

お店に入ると、必ず発見がある。そして、必ずまた行きたくなる。Mametraはそんな魅力を持ったお店だ。何を隠そう、私も足繁く通っている一人である。その魅力は何なのか。オーナーの大和直子さん、小林博代さんにお話を伺った。

堀越峰之（帝京大学総合博物館）＝文  
村松香音（外国語学科3年）＝写真

何度訪れても発見のあるマメトラの店内。オーナーである大和さんと小林さんの思いが詰まっている。

## 聖蹟桜ヶ丘のカルチャースポット

京王線聖蹟桜ヶ丘駅で下車し、歩くこと5分。川に面した住宅街の中にある「Mametra」（以下マメトラ）が見えてくる。古着屋十デリカフェ＋アートスペースの3つの顔を持つマメトラは、開店し今年でちょうど20年になるお店だ。販売だけでなく、時には生演奏のライブ会場や、ボードゲーム大会会場に変身する。多彩な活動を繰り広げているマメトラは「聖蹟桜ヶ丘のカルチャースポット」と呼ばれ、多くの人々に愛されている。

## また来てもらいたい

「望み通り出来たこともあったし、守れないものもあった。ただ、お客様にまた来たいと思ってもらいたいという思いを持ち続けてお店をやってきました」と古着販売を担当する大和さん。その心遣いが店内のあらゆる場所から伝わってくる。

マメトラの主力商品は新品と見聞



丁寧にメンテナンスされた古着。ラックは美術品の輸送ボックスをイメージした特注品。

違えるほどのブランド古着だ。仕入れた古着を一点一点丁寧にメンテナンスしている。商品は特注のラックにゆったりと並べられており、とても見やすい。価格はどれも格安で新品の半額以下だ。お洒落したいけれどお金がない若者には嬉しい限りだ。あわせて商品の回転が速く、いつ行っても掘り出し物があるため、毎日でも行ってみたいくなる。またウェルカムドリンクサービスがあるため、スタッフの皆さんとの距離がぐっと近くなる。おかげで喉の渇き



ボリューム満点のプレートメニュー。野菜が中心で、からだに優しい。

を潤しながら安心して購入を悩むことができ、ついつい長居してしまう。一番びっくりしたのは、大和さんは常連さんだけでなくお店にふらっと立ち寄っただけのお客様の顔も一人一人覚えていらっしやることだ。私は開店直後からマメトラに通っていたが、大和さんとお話する機会はなく、お話しさせて頂くようになったのはここ数年のことだ。初めて大和さんと会話をした際に「数年前に購入されたニットはいかがですか」とお声がけ頂きビックリした。

### もっとお客様との交流を

誰に何を販売したのかを覚えていらっしやるのだ。「売っておしまいではない、お店作りがしたい」魅力的なお店の裏側には大和さんの思いがあったのだ。

開店以来、古着販売のみだったマメトラが、「もっとお客様との交流を増やしたい」との思いから、お客様が滞在できるようにデリカカフェとアートスペースを設けてリニューアルオープンしたのは2014年のこと。もう一人のオーナーでデリカカフェ担当の小林さんが出したアイデアだ。これは大成功し、お客様の滞在時間が増え、交流の時間が以前よりも多く取れるようになったとのこと。カウンターでお客様が食事をするのが談笑しているのを見てると、私たちもお腹が空いてきた。早い夕食を兼ねてデリカカフェでプレートメニューを頂くことに。本日のメニューは「サケのクリームチーズソー

ス」、ゆで落花生の炊き込みご飯だ。特に炊き込みご飯は、今朝採れたばかりの落花生を使ったもので、採れたてのものでないと作れない今日のイチオシだそう。サラダは「塩豚入りヨーグルトポテサラ」「スパイスチキンとグリンのサラダ」「穀物のゴマドレッシング」を、数ある種類の中から選んだ。野菜中心のメニューはからだに嬉しい。

「聖蹟桜ヶ丘周辺の飲食店はチェーン店が多く、野菜中心のメニューを扱っているお店が少ないため、地元の方は喜んでくれる」そう。何より料理の彩が鮮やかで食欲をそそる。「見た目のきれいさではなく、自分のこだわりの色で配色している」と小林さんはしっかりとした口調で語った。

### 一期一会の食材を使って

「料理を作って人に食べてもらってお金をもらえるなんて考えてもみなかった」と小林さん。「私の料理は家庭料理の延長、誰でも作れるよ



ポテトサラダの上ののっているのがディルの花。普通は捨ててしまう。だが、噛み締めると蜜の香りが口いっぱい広がる。

うな手作り感が出た料理」とのことだが、とてもそうは思えない。素材にはこだわりがあり、多摩市にある自然栽培で野菜を育てている「青木農園」さんから仕入れる。その日に食べごろの野菜を譲ってもらう一期一会の仕入れだ。「その日に採れた素材を大切にして、他の食材と組み合わせる工夫するのが楽しい。ファッションの組み合わせを探すのと似ている。自分たちもわくわくしたいし、お客様もわくわくさせたい」と話す小林さんはとても楽しそうだ。時には捨ててしまうものも活用す

るといふ。小林さんにサラダに添えられていた小さな花を食べてみるように勧められた。口に含んで噛むと、ほんのり蜜の香りと甘い味が口に広がる。「これはデイルというハーブの花です。花は本来捨ててしまうのだけれど、偶然食べてみたら蜜の味が口いっぱい広がったんです。それ以来、料理に使うようになりまして」と発見した時の感動を笑顔でお話ししてくださいました。

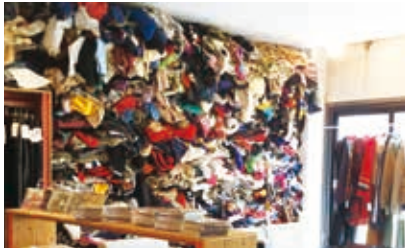
本来は捨てられてしまうものに光を当てようとする小林さんの思いを聞いて、大和さんが担当する古着販売の心に通じるものを感じた。

### 人と人をつなぐ

「多摩の人は人柄が良い」と語る大和さん。開店したばかりの頃、古着のポケット内をよく確認せずに売ってしまい、購入したお客様から物が入っていたとご指摘をもらったことがあったそうだ。「お客様にご指摘いただいで成長できました」

お客様の年齢層は幅広く、来店した方々は色々な話を聞かせてくれるそう。「マメトラが一人暮らしをしている若者の緊急連絡先になっていく」など、思わず笑ってしまうエピソードもある。マメトラで出会ったことがきっかけで、お客様同士の繋がりができることもあるそう。出会いの場として機能しているのだ。

出会いの場として忘れてはいけないのがアートスペースである。この空間はアーティストやクリエイターに貸し出すギャラリースペースだ。常に予約が入っている状態で、借りてくれた方を通じて、友達、そのま



アーティスト・クリエイターの表現の場としてのアートスペース。

写真は2017年にマメトラ企画で開催した「PLAY BACK 再生」Part2の様子。「エシカル」をテーマに、赤澤えるさんにご協力を頂いた。(写真提供: Mametra)

た友達とつながっていくそう。

多摩にゆかりのある方々との交流も生まれた。八王子出身のブランドディレクターの赤澤えるさんに協力頂き「エシカル」(人や社会、環境に配慮した消費行動)をテーマにマメトラ企画で展覧会を開催した。また、聖蹟桜ヶ丘在住でグラフィックデザイナーのマルヤママナブさんは、ご自身の出身地の群馬をテーマにした展覧会を開催している。「店内の壁が殺風景と思って貸し始めたアートスペースがお店の中で一番人と人を繋いでくれた」と大和さんと小林さんは力強く語る。

\* \* \*

マメトラにはマークがある。先ほど紹介したマルヤママナブさんが作ったものだ。「マメトラという公園 公園内にある回転遊具を、遊びに来る様々な人が回してくれる遊んでくれる そんな意味のこもったマーク」との思いが込められている。この思いが磁石のように様々な人々



回転遊具をイメージしたマーク。マメトラをいう公園を使って遊んでもらいたいという思いが込められている。

を引き付け、そこから「わくわく」するつながりが生み出されている。しかも毎日違うわくわくが生まれ、その場面に遭遇しないと損をする気分になる。それが何度でも足を運びたくなるマメトラの魅力なのだ。

そんなマメトラだが、20年の節目となる2021年3月末で閉店することに決めたそうだ。大和さんから「それでもよろしかったら取材してください」と温かい言葉を頂いた。大和さんと小林さんには感謝しかない。残り少ない営業だが、是非マメトラに足を運んで頂き「わくわく」する体験をしてほしい。

特集まとめ

## 「たべる」をささえる心

研ぎ澄まされた五感を最大限に活かし

取材を進めた私たち。

「たべる」の魅力にふれたとき

同時にそれをささえる人たちの心にもふれました。

その美しい心にふれたとき

私たちのキャンパスの丘から見えていた風景とは

全く違ったものが見えるようになったのです。

住宅、ビル、道路、林。

取材をする以前の私たちに見える風景の中には

人がいませんでした。

取材を終えた後

丘から多摩の街を眺めると

直接見えるはずのない

多摩の人たちの営み

そしてその心が、見えるようになりました。

私たちが見えるようになった

多摩の人たちの営み、そして心をまとめた

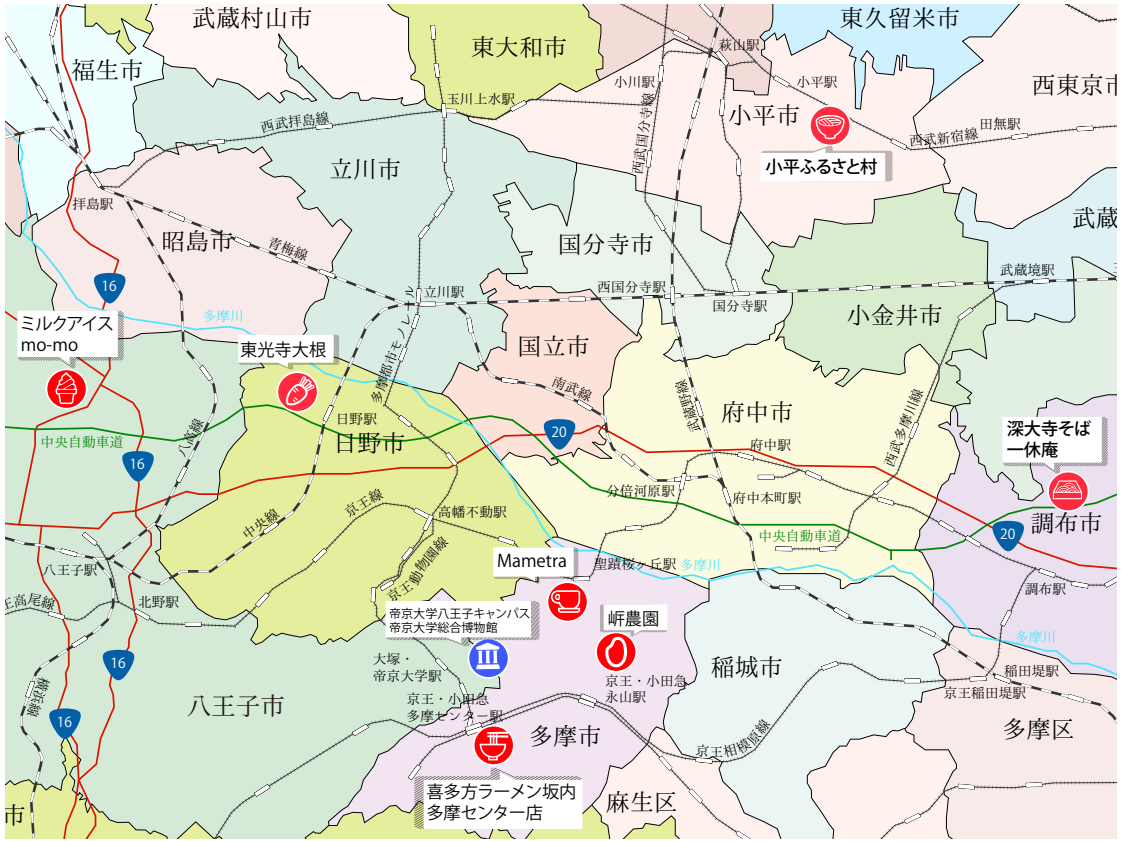
「ミコタマ」は今回が創刊号です。

今後、号数を重ねるたびに

私たちが見ることでできる風景は増えていくでしょう。

Mametraの取材を終え、外に出た私たちの目に飛び込んできた夕焼け。  
多摩の街から見える風景はキャンパスから見える風景からでは気付かない美しさがありました。奥に見える大きなビルは帝京大学八王子キャンパス。(2020年10月23日)

# ◇ 今号の取材先マップ



電子地形図 25000 (国土地理院) を加工して作成



きし  
岨農園

東京都多摩市関戸  
6丁目23-3



深大寺そば一休庵

東京都調布市深大寺元町  
5丁目11-2



小平ふるさと村

東京都小平市天神町  
3丁目9-1



ミルクアイス  
mo-mo

東京都八王子市滝山町  
1丁目592-2  
(道の駅八王子滝山内)



帝京大学総合博物館

東京都八王子市大塚 359  
(『ミコタマ』編集部活動拠点)



Mametra

東京都多摩市関戸4丁目  
34-15



喜多方ラーメン坂内  
多摩センター店

東京都多摩市落合1丁目1  
丘の上パティオ本館1F



東光寺大根

東京都日野市栄町・新町

# ミコタマ通信

特集にまつわる おすすめ映画や本、アートなどを、帝京大学メディアライブラリーセンターのライブラリアン、帝京大学総合博物館のキュレータを中心にをご紹介します。



## ライブラリアン おすすめ CINEMA

ナビゲーター

### 立木加奈子

(帝京大学メディアライブラリーセンター)

学生時代は映画好きが高じて、映画館で働く。本と映画をこよなく愛するライブラリアン。大学図書館の新しいかたちを生み出すべく奮闘中。



『ディナーラッシュ』  
2000年 アメリカ



『リトル・フォレスト』  
2014・2015年 日本

### 映画で味わう、至極の一品

映画で強く惹きつけられるのは「食」

にまつわるシーンが多い。鍋から立ち昇る白い煙、フライパンで油がはねる音。匂いを嗅ぐことも舌で感じることもできないが、想像の中で、たしかに味わう。私にとって、映画を楽しむ1つのスパイスだ。

紹介する作品はいずれも、「食」が登場人物に負けない存在感をだしている。

\* \* \*

橋本愛主演の『リトル・フォレスト』

は「いただきます」とつぶやきたくなる

1本。主人公のいち子は東北の山奥「小森」で1人、農業を営み四季折々の素材

を食しながら、日々を生きている。夏に

は収穫のかたわらトマトをほおぼり、秋

にはご近所さんと栗の渋皮煮でひと息つ

く。雪深い冬のために蓄える備蓄食。そ

して芽吹く春の収穫の歓び。巡る季節は、

その時々のご馳走を実らせる。映画のな

かで、生きることと食べことは直結し

ている。稲を刈るために早朝から働き、

鴨やいわなを絞めて、命をいただく。ス

ローライフといえば聞こえがいいが、圧

倒的な自然は容赦ない。故郷を捨てて出

て行った母親の生きる知恵を受け継ぎ、

自らの手で生産して調理する、数々の料理に癒されながら、少しずつ成長していくいち子の姿は、凛々しい。

\* \* \*

お次は「ごちそうさま」といいたく

なる1本を。『ディナー・ラッシュ』は

ニューヨークの超人気イタリアン・レ

ストランを舞台にしたサスペンス作品。

ギャングブル漬けの副料理長に女癖が悪い

シェフ。雑学王のバーテンダーに画家志

望の給仕人、癖ありの登場人物が集う一

夜、彼らの人生は絡み合い衝撃のラスト

まで突き進む。レストランは非日常の場

だ。大切な家族や、しばらくぶりに会う

友人と、自分では作らない(作れない)

料理とお酒をお供に、つかの間の時間を

楽しむ。高揚する気持ちには、場を盛り

上げるテンション高めの料理があると嬉

しい。本編でシェフが作り出すのは、ロ

ブスターとエビのシャンパンソース、ワ

サビ風味のいくらととびうおの卵…。想

像が追い付かない、アートのようない

皿。サスペンスとしてもグルメ映画とし

ても満喫できるディナータイムは後味ま

で濃厚だ。現実には熱気あふれる店内で

の「密」な時間はしばし、お預けになっ

ている。そんな今を映画の力を借りて乗

り切りしたい。ご賞味あれ。



# 共読サポーターズ おすすめ BOOK

ナビゲーター

## 共読サポーターズ

(帝京大学メディアライブラリーセンター)

「共読」とは、本を薦めたり、読み合わせたり、評し合う読書のかたち。帝京大学メディアライブラリーセンターでは「共読ライブラリープロジェクト」を立ち上げ、「共読」を盛り上げるべく活動中。共読サポーターズはその活動の中心になり、本や図書館の面白さを広く発信するために活動する帝京大学の学生です。

読んだら食べたいくなる

こと間違いなし！



都竹 圭  
(経済学科3年)



山梅愛夏  
(日本文化学科3年)

### しろくまちゃん、私のぶんは？



『しろくまちゃんの  
ほっとけーき』

わかやまけん  
こぐま社、1972年

パンケーキより、ホットケーキの方がおいしそうだと  
思ってしまうのは、小さい頃よく読んだこの作品の影響が  
大きい。『しろくまちゃんのほっとけーき』が今も昔も大  
好きだ。主人公しろくまちゃんがお母さんに手伝ってもら  
いながらホットケーキを作る0歳児〜3歳児向けの絵本。  
卵を落としたり、粉を混ぜ合わせる時にこぼしそう  
になったりどきどきしながらページをめくった思い出。  
特に見開き2ページをまるまる使ったホットケーキの焼け  
るシーンは何度も何度も繰り返して読んだ。ホットケーキを  
作るたびにそのページのことや頭に浮かぶ。「ぼたあん」「ど  
ろどろ」「ぶつぶつ」「しゅっ」「ぺたん」「ふくふく」「く  
んくん」「ぽっ」。時間の経過ごとに変わるホットケーキの  
様子とオノマトペを使った表現が目を楽ししい。お友達のコ  
ぐまちゃんといっしょにおいしいねと笑い合うラストも優  
しくて好きで、なかよしな二人に癒される。原色を中心と  
したぱっきりとした色使いはちいさな子供だけでなく大人に  
も楽しく感じられると思う。口に出してみると、リズム感  
はあるのに無駄のない文章に驚いてしまう。この歳に絵本  
を読み返すことの面白さを感じた。これから先もホット  
ケーキを食べるたびにこの作品を思い返すのだろう。ああ、  
おいしいホットケーキが食べたいな。

山梅愛夏 (日本文化学科3年)

### 世界に一つだけのカレー



『カレーライス！！  
：アンソロジー』

阿川佐和子 [ほか]  
パルコエンタテイメント  
事業部、2013年

みなさんの家のカレーはどういうカレーだろうか。牛肉  
をいれるのか、鶏肉をいれるのか、もしくは魚介類をいれ  
るのだろうか。カレールウはどうだろうか。スープみたい  
にサラサラか、それともドロドロか、色は黄色か、はたま  
た黒か。そう、こんな風にかレーとは千差万別である。し  
かし人々は己のカレーこそがカレーであると信じてやまな  
いのだ。「カレーライス」とよぶよりは、むしろ「ライス  
カレー」とよびたい。戦前の下町では、そうよびならわし  
ていた。「これは池波正太郎が書いた『カレーライス』と  
いう作品の冒頭である。このあと彼とライスカレーとの思  
い出とそのレシビを綴っている。最後にはそのライスカ  
レーの写真があり、彼の語りや相まって非常に食欲が湧い  
てしまった。この本はアンソロジー形式の本で33もの作品  
がまとめられていて、それぞれの作者が自分のカレー感に  
ついて熱弁している。カレーという食べ物がかここまで人に  
熱く語らせていて、とてもおもしろい。  
そんな十人十色なカレーだが、自分が共感できてしま  
うカレーもいくつも見られた。この本では多種多様なカレー  
を知ることでも、自分のカレーを見つけてくれることでも  
万一反つけれられなくとも、絶対に食欲をそそらせられるカ  
レーが見つかるはずだ。これを読んだ日のご飯はカレーに  
なることまちがいない。

都竹圭 (経済学科3年)



ナビゲーター

## 橘田梢

(帝京大学総合博物館)

幼少より美術館に通いつめアートに親しむ。現在はキュレーターとしてワークショップなどを通じてアートの魅力を社会に発信する活動を展開中。

本ページ掲載の作品はすべて世田谷美術館所蔵。  
撮影：上野則宏



## キュレーター おすすめ ART



北大路魯山人《染付葡萄文鉢》1941年



北大路魯山人《雲錦大鉢》1940年



北大路魯山人《織部かすみ平鉢》  
1935年 - 44年



北大路魯山人《色絵染付鮑形鉢》  
1935-44年



北大路魯山人《椿文鉢》1940年頃

### 食器は料理のキモノ

—— 北大路魯山人のうつつわ ——

味はもちろん、料理にとって見た目もとても重要な要素です。どんな器にどのような盛りつけるかで味や印象、気分までも随分と変わるものです。コンビニやスーパーのお惣菜だって、好きな器に盛り付ければあら不思議！いつもの食卓は途端に彩り豊かになるのです。

そんな器と料理の関係性を真剣に考え、実践していた作家がいます。その名も北大路魯山人。明治〜昭和を生きた書家・陶芸家・料理人で美食家としても知られています。彼は、料理人として自らの料理で腕をふるっていました。料理に使う器は主に古陶磁。「食器は料理のキモノ」と考え、器と料理の関係性に非常に重きを置いていた魯山人は、次第に自らの料理に合う器を自分で作るようになります。終生特定の師は持たず、様々な古陶磁に学ぶ姿勢を貫きました。

食事は毎日のことだからこそ、日々の楽しみでありたいものです。好きな料理を好きな器で食べる喜び。食と器を考えることが日々を彩り、楽しみのひとつになることを願って。

### この展覧会で鑑賞できます

世田谷美術館コレクション選

## 器と絵筆—魯山人、ルソー、ポーシャンほか

2021年1月5日(火)～2月28日(日)開催

素朴派などの作品に加え、魯山人の作品約50点が展示される。

会場：世田谷美術館 東急田園都市線「用賀」駅より美術館行バス「美術館」下車徒歩3分、もしくは「用賀」駅より徒歩17分

開館時間：10時～18時(毎週月曜日は休館)



世田谷美術館 (写真は同館提供)



# キャンパス自然観察だより

## キャンパスに住むタヌキのごはんはなんだろうな

ナビゲーター

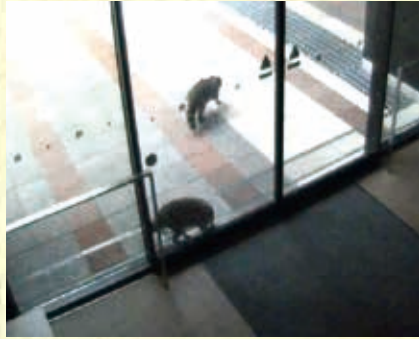
### 堀越峰之

(帝京大学総合博物館)

皆さま、ご協力ありがとうございました!

※写真 右から

- ・村上弘祐さん(朝日管財)
- ・深澤貴志さん(ミュージアムアシスタント)
- ・一ノ倉浩幸さん(野村不動産パートナーズ)



アライグマのペア  
(2020年10月4日)



キャンパス内を走り抜けるタヌキ  
(2020年10月17日)

帝京大学八王子キャンパス内にはタヌキが住んでいるらしい。そんな噂を耳にすることがある。

住んでいるとしたらタヌキたちのごはんは何だろう。高畑勲監督の「平成狸合戦ぽんぽこ」のタヌキたちのようにみんなでここにことハ

ンパーガーでも食べているのだろうか。なんだか気になってきた。そんなとき食べたものを知るためにはタヌキのうんちの中身を調べればよいという情報を手に入れた。さらにタヌキは決まった場所にうんちをする「ため糞」をするため、そこを見つければ安定的に、うんちを手に入れられるとのこと。

早速、タヌキのうんち探しをスタートした。まだ残暑が厳しい9月のことだ。まずは警備員さんに聞き込みをし、目撃情報を得る。やはりキャンパス内にタヌキは住んでいるようだ。そして目撃地点の茂みに入り、やぶ蚊、クモの巣と1時間格闘した結果、成果なし。

もう一度戦略を練り直し、キャンパス内のピル管理を行っている一ノ倉さんに聞き込みを試してみた。「ため糞ではないですが、うんちが落ちてましたよ」と有力情報。初めから聞けばよかった。急いで現場に駆け付けるとうんちがあった。かなり乾いていたが、うんちには間違いない。匂いを嗅いでみる。しっかりと、うんちの匂いがする。本当にたぬきのうんち

かどうかは分からないが、何らかの哺乳類のうんちであることは間違いないさそうだ。ポリチャック袋に入れて持ち帰り、マイナス60度の冷凍庫でカチカチに冷凍して保存することにした。

1か月後、「すごい映像が防犯カメラで撮影されましたよ」と警備員の村上さん。防犯カメラに映り込んでいるのは特徴からしてタヌキとアライグマ。うんちを残したのは彼らのようだが、その特徴は似ているため、どちらのものかの区別は難しいそう。うんちの主が知りたい解明されたところで、うんちの中身をアシスタントの深澤さんと一緒に調べることにした。まず冷凍していたうんちを解凍し柔らかくする。その後、アルコールの中にうんちを入れ、割りばしで混ぜて溶かす。透明なアルコールがみるみる茶色く濁っていく。うんちが完全に溶けたら、茶こしを使ってこす。完全にこし終わったらピル管理で残ったものを分けていく。

分けると紙やビニールが入っており、ゴミを漁っていることがわかる。驚くべきことは昆虫が大量に入っていたことだ。特にコオロギの頭は22個もあった。どうやら季節によって食べているものは違うようで、実りの少ない夏は昆虫が主食のようだ。ちなみに秋は木の実の種が多くなるそう。キャンパスに住むタヌキは(アライグマかもしれないけれど)都会の生活でもたくましく生きているのだ。



ビニールの破片



コオロギの頭が22個もあった。



アルファベットが印刷された紙

うんちの中に入っていたもの



アルコールで溶かしているようす



タヌキのアライグマのものと考えられるうんち

## 「創刊にあたって」

発行  
帝京大学総合博物館

編集長  
堀越 峰之 (18-20,26)

編集・デザイン  
村松 香音 (1-3,21,27)  
坂本 結衣 (4-5)  
島村 竜 (6-7)  
寺澤 頼来 (8-9)  
布施 輝 (10-11)  
工藤 玲奈 (12-13)  
張 小寒 (14-15)  
魯 娜 (16-17)  
橘田 梢 (25)  
甲田 篤郎 (28)

査稿  
立木 加奈子 (23)  
山梅 愛夏 (24)  
都村 圭 (24)  
※ () は担当ページ

特別協力  
北垣 憲仁  
崎田 史浩  
取材マップ加工・作成  
松本 健吾  
校閲・管理  
川北 友美  
DTP 製作  
鈴木 洋子

印刷・製本  
(株)ムレココミュニケーションズ

### ミコタマ 第1号

発行日  
2021年1月30日

発行部数  
700部

発行 / 編集  
〒192-0395  
東京都八王子市大塚 359 番地  
帝京大学総合博物館  
多摩のヨコガオ発見プロジェクト  
ニュースレター『ミコタマ』編集部  
E-mail:teikyo.u.museum@gmail.com

© 2021 『ミコタマ』編集部  
乱丁・落丁の場合はお取り替えいた  
します。編集部までお知らせください。

8月から始まって準備してきたこの4か月は、あっという間の日々だった。今回取材をさせて頂いた中で、私が感じたのは「色」というものだ。多種多様な人の考え方に色を感じ、主に写真撮影として今回携わったことで、レンズを通して普段意識することのない日常風景の色にも感じるものがあった。(村松香音)

何が行動したいという一心から始めた雑誌作り。最初は興味本位だったけれど、人と関わり、多くのことを知るにつれて、もっと良い物を作りたいという気持ちに変わっていきました。その瞬間を写真とともに記録に残せる雑誌はとても魅力的なものであると思います。関わってくださった方々、本当にありがとうございました。(坂本結衣)

今回の取材を通じ古来の手法についての考えが改まった。効率化、簡略化ばかりに目の行く現代だが、この自粛期間こそ、原点に立ち返り、手間暇をかけたものの大切さを痛感した。昔に立ち返り現代を見ることで、見えもしなかった景色が浮かんでくるのかもしれない。(島村竜)

プロジェクト発足から原稿を書き上げるまで、初めてのことでかなりで毎日が緊張の嵐でした。メンバーの学部はバラバラ、感染症対策で集まることも難しい。そんな中で、プロジェクト初の雑誌が完成したことは大きな達成感に繋がりました。取材を受けてくださった方々に雑誌を通して感謝の気持ちが伝わることを願っています。(寺澤頼来)

実際に人の話を聞いて、話を基に書き起こして原稿にまとめるという制作者側に立ってみると、雑誌作りにあたり多くの人に関わっていると感じました。今年は大学の課外活動の制限が厳しい中、このように取材が出来たこと、取材に協力していただいた多くの関係者に、感謝します。この感謝の気持ちを忘れずに、今後も雑誌制作をしていきたいです。(布施輝)

20歳になったから何か新しいことに挑戦しよう、そんな気持ちでこの活動に参加した。自分が興味のあることを見つけ、誰かに話を聞き、文字にすること。それはとても大変だけど、やりがいがあって楽しいことだった。これからも私の住む街の魅力を伝えられるよう精一杯活動していきたい。(工藤玲奈)

初めて雑誌の編集に携わりました。取材のアポイントを取ってお店の方々と交流し、いろいろな体験をしました。この経験を通じて、日本語の勉強ができるとともに社会人の方とコミュニケーションをとる貴重な機会を得る事ができました。とても嬉しかった。また今度チャンスがあれば絶対にやってみたい。(張小寒)

学生時代も残すところ2年間になりました。人生で一番大切なこの時期に、雑誌の制作を体験できたことに大変感謝しています。餃子に関する記事を通して中国の文化と歴史を広く紹介できて、とても嬉しいです。(魯娜)

## 大山から眺める



1. 帝京大学ソラティオスクエアから見える壮麗な丹沢山地と富士山（2020年11月11日）



2. 大山山頂より帝京大学のある北東をみると雄大な関東平野が広がる（2020年11月19日）

帝京大学八王子キャンパスから南西を望むと、季節毎に姿を変える富士山を見ることができる。その手前に屏風のように連なる山々は、丹沢山地。神奈川県最高峰の蛭ヶ岳、日本百名山にも数えられる丹沢山をはじめとして、標高およそ1000~1600mの稜線が続く（写真1）。その東端にあって、相模湾に向かう滑り台のような山体が、昔も今も多くの人々が訪れる大山。山頂から帝京大学方面を見渡すと、相模川・相模原台地の先に、境川・多摩丘陵・武蔵野台地といった多摩のヨコガオを一望できる（写真2）。

この遮るものがない、火山噴出物により造られた地形においては、水の確保が大きな課題であり、海からの水蒸気により山頂付近に雨雲の多い大山は、「あふりやま」（雨降山 / 阿夫利山）とも呼ばれ、古来より信仰を集めた。本号特集で扱った、武蔵野手打ちうどん・深大寺そば・東光寺大根は、こうした自然環境を、美味しく生き抜くための食文化である。学生が特定のテーマを持って山・川・町さまざまな場所に立って、私たちの生活のフィールドである多摩を観察する。そこから見える新たな景色が本プロジェクトの楽しみのひとつだ。

甲田篤郎（帝京大学総合博物館）



### 帝京大学総合博物館 多摩のヨコガオ発見プロジェクト

帝京大学八王子キャンパス周辺の自然、歴史、文化、現代に関する魅力を、帝京大学総合博物館が調査したことをもとにして広く社会に紹介するプロジェクトです。

「赤駒を 山野に放し 捕りかにて 多摩の横山 徒歩ゆか遣らむ」（万葉集）

放牧してある赤駒を捕まえることができなくて、険しいという「多摩の横山」を（防人に赴任する夫に）歩かせてしまうことになったよ。

この歌は、奈良時代に編まれた「万葉集」の歌の一つです。「防人」として武蔵国を離れて九州に赴任する夫を妻が気遣った歌です。「多摩の横山」と呼ばれる場所は、ちょうど帝京大学八王子キャンパス周辺にあたります。丘陵が、横に長く連なる様子を当時の人々は「多摩の横山」と呼びました。万葉集の頃の「多摩の横山」の面影は、現在は少なくなりつつあります。ですが、しっかりと目を凝らしてみると過去の面影を感じ取るのできる場所が残っています。そして、それらの場所には過去から現在までの人々の営みが連綿と続いています。このプロジェクトは「多摩の横山」に残された自然や、文化、歴史、そして現在の人々の営みに光を当てて紹介するものです。普段は何気なく通り過ぎて気がつかない魅力あふれる「横山」ならぬ「多摩のヨコガオ」を探して記録し、社会に発信していきます。