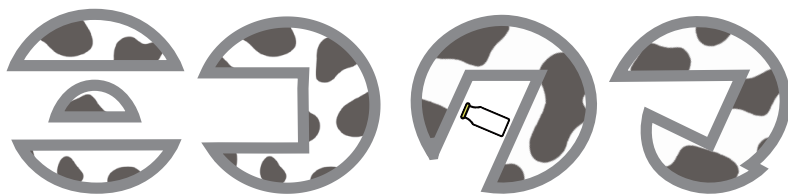


キラリと輝く多摩の歴史・文化・自然・現在を記録し発信するフリーマガジン



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
フリーマガジン 2026 第11号

**TAKE
FREE**

多摩のミルクめぐり

幸せな牛たちに会いに行く
東京の酪農を支える
東京産のおいしさを届ける
チーズづくりにかける思い
古代ローマのチーズケーキ作り





表紙写真

磯沼ミルクファームにて撮影。住宅街のすぐ近くの放牧地で、牛がのんびりと草を食む姿に癒される。(2026年7月19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「多摩のヨコガオ発見プロジェクト」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。

本誌の企画・取材・執筆・デザインは、帝京大学に在籍する学生と、帝京大学総合博物館が行っています。

Contents

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フリーマガジン



帝京大学総合博物館
多摩のヨコガオ発見プロジェクト フリーマガジン 2026 第11号

「ミコタマ」の名前の由来

ミコタマとは、ラテン語の「輝く」という意味のミコ(Mico)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。

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。どなたでもご入館いただけます。ぜひお越しください。

・Webサイト: <https://teikyo.jp/museum/>

・X(旧:Twitter) (@Teikyo_Museum) : https://twitter.com/Teikyo_Museum

・Instagram (@teikyo_museum) : https://instagram.com/teikyo_museum/

・YouTube: https://youtube.com/channel/UCFAx_FST2oZoyFkrc3SFU-Q?si=G1YTzgwyvx5focfd



高幡不動尊金剛寺(33頁掲載)の境内で咲き誇るあじさい。五重塔の朱色と、あじさいの花の紫色や、葉の緑色が境内を彩る(2026年7月19日)

特集 多摩のミルクめぐり

- | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|------|--------|---|---------------------|------------|------------------------------------|---|----------------|---------------------------------|-------------------------------|-------------------------|---------------------------|
| 36 | 35 | 34 | 32 | 31 | 28 | 24 | : | 20 | 17 | 14 | 11 | 8 |
| キャンパス自然観察だより
幸運を呼ぶ彩雲 | 編集後記 | ミコタマ通信 | 見つけた!多摩の自然
記憶よみがえる森の中
木漏れ日の中に咲くあじさい | ちよつと元気になる
散歩のすゝめ | 大栗川と多摩川を歩く | 車のように走り続ける人
株式会社ONO ENGINEERING | . | 古代ローマのチーズケーキ作り | チーズづくりにかける思い
フロマージュ・デュ・テロワール | 東京産のおいしさを届ける
手づくりアイス工房ヴェルデ | 東京の酪農を支える
東京都酪農業協同組合 | 幸せな牛たちに会いに行く
磯沼ミルクファーム |



A man in a blue jumpsuit stands next to a white truck with a large white crane arm. The truck is parked on a paved surface, and the man is smiling at the camera. The crane arm is a large, white, articulated structure with multiple joints and a hook at the end. The truck is white with black accents. The background shows a paved area and some greenery.

A photograph showing a person standing in a wide, shallow river, likely the Koshi River. The person is wearing a white shirt and dark pants. The river is filled with water and some submerged vegetation. In the background, there is a lush green forested hillside with some buildings visible at the top. The sky is overcast.

A photograph of a traditional Japanese garden. In the foreground, a wooden bridge with a low railing crosses a small stream. The garden is filled with lush green plants, including various shrubs and trees. Some trees have pink blossoms, likely cherry blossoms. In the background, a traditional Japanese building with a tiled roof is partially visible through the trees. The sky is blue with some light clouds.

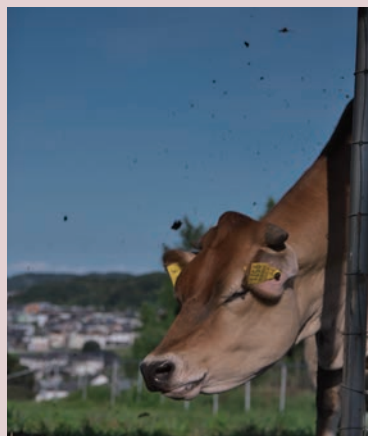
A photograph of a traditional Japanese pagoda (stupa) with multiple tiers and a central spire, partially obscured by purple and white flowers in the foreground. The pagoda is constructed of dark wood with green-painted eaves and a central spire. The foreground features a cluster of purple and white flowers, likely hydrangeas, with green leaves. The background is a clear blue sky.

4



今号の取材マップ

※地理院地図（国土地理院）を加工して作成



① 磯沼ミルクファーム
八王子市小比企町 1625



② 東京都酪農協同組合
瑞穂町箱根ヶ崎 99



③ 手づくりアイス工房
ヴェルデ
武蔵村山市三ツ藤 1 丁目
80-3



特集

多摩のミルクめぐり

多摩地域で酪農が始まったのは、明治時代にさかのぼります。

1892 年、現在の帝京大学八王子キャンパスのある、
八王子市大塚を含む由木村に酪農が導入されたことが、原点でした。
そこから、多摩地域の酪農は順調に拡大していきます。

最盛期にあたる 1964 年には、2,617 件の農家で、
合計 12,981 頭の乳牛が飼育されていました。

その後、多摩地域の都市化とともに酪農家は減少していきましたが、
現在でも連綿と酪農が営まれています。

2026 年 9 月 1 日の統計によると東京都内には
37 戸の酪農家によって 1,236 頭の乳牛が飼育されています。

その数のほとんどが多摩地域のものです。

それらの酪農家によって生産された新鮮な生乳を使った牛乳やチーズ、
ジェラートなど、個性豊かな牛乳や乳製品が多摩地域で作られています。

それらに従事する人々は、

どんな思いを持って仕事に向き合っているのでしょうか。

「なぜ、多摩地域で育て、作るのだろう。」

その答えを探して

私たちは、「多摩のミルク」をテーマに

牧場や、乳製品を扱うお店をめぐる散歩に出かけてみました。

参考資料：『新八王子市史民俗調査報告書 第2集 八王子市東部地域
由木の民俗』八王子市 2013 年 / 『東京都統計年鑑 第16回』東京都
1965 年 / 一般社団法人 J ミルクデータベース



幸せな牛たちに行き

のびのびと牧草を食べる牛たち

東京都八王子市、京王線山田駅から歩いて10分ほど。都心からでも気軽にアクセスできる住宅街の中に、地域で愛される「磯沼ミルクファーム」という牧場がある。

この牧場では地域と調和しながら、牛たちが幸せに過ごせるための様々な活動を行っている。そこで私は、牧場主の磯沼正徳さんいそぬまさのりにお話を伺い、その魅力的な取り組みを覗いてみた。

牛と人の、しあわせな牧場

牧場に一歩足を踏み入れて驚いたのは、牛たちが穏やかな表情を浮かべているように見えたことだ。ここでは牛たちが牧場内を自由に動き回り、好きなときに十分な食事や、睡眠をとれる環境が整っている。「牛本来の飼い方をすると、ストレスなく幸せになれる」と磯沼さんは語る。牛は本来、鎖につながれることなく好きなように動き、食べ、眠る自由がある。このように牛

自身の意思で行動を選択できるようにし、飼育している間は、ストレスを限りなく減らす。そうして牛が、健康的な状態を保つことのできる環境を整える飼育方法は、「家畜福祉（アニマルウェルフェア）」と呼ばれる。磯沼さんは50年前に研修で訪れた、オーストラリアでこの飼育方法を知ったそうだ。牛が広大な牧草地に放牧されている光景は、生産性の向上ばかりを追い求めて、狭い牛舎に牛をつめこむ日本の飼育方法と全く違っていた。これに大きな衝撃を受けた磯沼さんは、帰国後、家畜福祉の考えを取り入れた牧場作りをスタートさせた。「牛の満足度を上げることは、牛がフレンドリーになってくれることにつながり、結果的に牛にとっても人にとっても良いことになる」と磯沼さんは語る。

磯沼ミルクファームは運営理念の一つとして、「牛と人の、しあわせな牧場」を掲げている。その裏には牛を一方的に管理するのではなく、

牛の幸せを第一に考えることで、互いを尊重し合える関係が生まれるという磯沼さんの確固たる考えがある。

おいしい工夫

磯沼ミルクファームでは、食品工場で廃棄されてしまう野菜や果物などを牛の飼料としている。この飼料は「エコフィード」と呼ばれる。本来これは食品ロスの削減やコストダウンといった人間側にメリットがある取り組みだ。しかし磯沼さんはそれだけにとどまらない。「全部の餌



牧場での放牧の様子

をエコフィードにするとコストは下がるけど、牛たちの栄養バランスが悪くなる。実際に自分が食べてみたりしながら、エコフィードの割合は半分からいに調節している。人間が食べてみて美味しくないものは牛たちもあまり食べないんだよね」と磯沼さん。環境への配慮だけでなく、自ら味を確かめ「牛にとって本当においしいか」を第一に考える姿勢に私は心を打たれた。

取材に伺った日も、朝に農家からもらってきたというパイナップルを、美味しそうに頬張る牛たちの姿



パイナップルを頬張る牛たち

が印象的だった。これまで私の中の牛といえば、毎日同じ乾燥した草を黙々と食べているイメージだった。けれど、ここでフルーツを美味しくに食べている姿を見て、牛たちにとっても食事はただ栄養を摂るだけではない幸せなひとときなのだとハッとさせられた。

これからの牧場

磯沼ミルクファームは、誰もが気軽に立ち寄れる牧場として地域の人々に愛されている。直売所での乳製品の販売や、餌やりといったふれあいの場を提供し、子どもから大人まで幅広い層を受け入れた体験学習を実施している。こうした様々な取り組みにより、地域に開かれた牧場となっているのだろう。

「飼う楽しみが美味しいものにつながる喜び、そんな『酪農家の楽しみ』をもっとたくさんの人に知ってもらいたい」と磯沼さんは笑顔でそう教えてくれた。

さらに今後の展望を伺ったところ、「子牛に名前を付けて一緒に育てていく体験を実施して、楽しみをより深く共有しながら、酪農の奥深さを伝えていきたい」と未来へ向けた熱い想いを明かしてくれた。

* * *

磯沼ミルクファームの取材を通して、私の中の牧場のイメージは大きく変わった。牧場は大自然の中にあるものだと思い込んでいたため、駅からほど近い住宅街で牛たちに出会えたこと自体が、私にとって驚き



乳製品を販売している牧場内の直売所

だった。何気ない住宅街のすぐそばに、あんなにも幸せそうに過ごす牛たちがいることを知り、いつもの街の景色が少し違って見えた。

一見、街の中の牧場は窮屈そうに思える。けれど、のびのびと暮らす牛たちを見てみると、ここが牛にとっても人にとっても、一番心地良い場所なのだと気づかされた。

牛のしあわせを第一に考える磯沼さんの愛情と、それに応える牛たちの穏やかな姿。磯沼ミルクファームは、牛と人がつくる「しあわせ」な関係を地域の人がいつでも共有できる優しさに満ちあふれている牧場のだ。

斎藤詩朗（史学科3年）

Ⅱ 文・写真・デザイン



熱い思いを語る磯沼さん



磯沼ミルクファームのすぐ隣にある、磯沼さん自身が手掛けるカフェ「TOKYO FARM VILLAGE」からの眺め（写真はすべて2026年5月30日に撮影しました。）

東京の酪農を支える



東京牛乳。まろやかで軽く、飲みやすい

「東京牛乳」という牛乳がある。協同乳業株式会社から販売されている、コクがありながらも後味がよいことが評価されている牛乳だ。この牛乳は、東京都酪農業協同組合（以下、東京酪農）の酪農家から集乳した生乳を元に作られている。今回は、東京酪農の役割を知るため、自身でも酪農を営みながら東京酪農の組合長を務める平野正延さん^{ひらのまさのぶ}にお話を伺った。

酪農家をつなぐ

スーパーなどで販売されている牛乳は、牧場で牛から搾乳された生乳を集め殺菌処理されたものだ。そのような工程を経て、牛乳は私たちの食卓に並ぶ。この過程で重要な役割を担っているのが、東京酪農だ。

「酪農家の皆さんが生産した生乳を、私たち東京酪農が委託した東京港運送株式会社の集乳用のトラックで集める。集めた生乳は、東京酪農の上部団体である関東生乳販売農業

協同組合連合会（以下、関東生乳販売）が受託し、そこから乳業メーカーさんに販売するんです」。

私たちが多くの団体とのつながりに目を丸くしていると、平野さんは「東京酪農が集めた生乳をどこにどれくらい配分するか、あわせてその販売価格については、関東生乳販売が乳業メーカーと交渉しております」と、さらに詳しい説明をしてくださいました。

東京酪農は、酪農家を乳業メーカーや団体とつなぐ存在として、欠



東京酪農の移動販売車

かせない役割を担っている。

新しい牛乳

さて、話は変わるが皆さんは牛乳を飲んでお腹を下したことはないだろうか。私は胃腸が弱く、腹痛を起こしてしまうときがある。

原因は科学的に証明されていないが、お腹を下してしまうのは、牛乳に含まれるA1型ペーカゼインというたんぱく質の影響が疑われている。乳牛はA1型とA2型の遺伝子を持つものに分けられる。A2型の遺伝子のみ持つ乳牛は、人間が消化しやすいペーカゼインを含む牛乳を出すのではないかと考えられている。現在、都内で飼育されている乳牛をすべてA2型のものにしようと、東京酪農が中心となって、様々な機関と協力して進めている。あきる野市にある平野さんの牧場でも、既にすべての牛がA2型の乳牛だ。

しかし、その裏でA2型でない乳牛を手放すことになったそう。「私の



酪農について楽しそうに語る平野さん

牧場には、去年の暮れに三頭牛がいたんです。乳房から性格までもきれいな牛でした」。平野さんは、得意げに話す。一体どんな牛だったのだろうか、実際に見てみたくなるような語り口だった。

だが、その牛はもう平野さんの牧場にはいない。まだ活躍できるものの、牧場で飼育する牛をA2型のみにするために、泣く泣く手放したという。

新しい牛乳の登場によって牛乳の選択肢が広がるのは、一消費者として、喜ばしいことである。その裏には、酪農関係者のためまめ努力があり、それによって実現してきたことを、忘れないようにしたい。

子どもと牛乳

私が通っていた小学校では、給食の際、ときどき東京牛乳が出されていた。牛乳はみんなに人気で、余っ

た時には、「牛乳じゃんけんするよー」と先生が声をかけ、みんな

牛乳をめぐってじゃんけんした記憶がある。そのことについて平野さんにお話しすると、「学校給食では安定して牛乳を使ってくれています」とのことだ。では給食が出ない時期はどうなるのだろう。「牛乳の不要期である11月～3月の時期には、廃棄を防ぐために、関東生乳販連と協力して、東京都牛乳普及協会を通じて子ども食堂等に寄付を行っています」と、教えてくれた。

「子ども食堂」は、経済的・時間的な余裕がない家庭の子どもたちに安く、または無料でバランスの良い食事を提供する活動だ。学校の給食を食べることができない時期は、子どもたちの栄養状態が悪化する可能性がある。多くの子どもにとって、牛乳というのはおいしい上に、背が伸びるかもしれない魔法のような飲み物だ。そんな「魔法の飲み物」を、子どもたちが飲めるようにする、素

晴らしい活動を東京酪農は進めている。

未来を見据える

今、日本の酪農で使われる飼料の自給率は26%にとどまっており、海外からの輸入に大きく頼っている。しかし近年の異常気象により、飼料となる雑穀の収穫量の減少や、円安による輸入品の高騰などで、輸入飼料が以前のように安定して供給できないことが酪農業界全体の問題となっている。

そんな中、東京酪農は以前から国産飼料の割合を増やすための活動をしてきた。「今は北海道をはじめ、日本各地から飼料となる牧草ロールを購入しています」と話す。しかし、当初は反対の声もあったそうだ。「そんな国産のあてにならない量の飼料を確保するより、輸入飼料をもっと確保しろよって文句を言われました」。それでも、国産飼料を生産する農場との関係を広げ続けてきた。

その結果、今では「何年か前に組合長が言っていたことが正しかった。おかげで助かっている」と皆さんが言ってくれるようになったそう。

安価で簡単に手に入る輸入飼料に依存するのではなく、国産飼料を使うと決めたこと。その選択には、未来を見据えた、組合長としての信念が表れているように感じた。

＊ ＊ ＊

平野さんが目指す酪農の在り方をたずねてみると、「楽しい酪農」だという。「仕事は楽しくなくちゃ。

辛いときがあっても、いろいろな苦しいときがあってもやっぱり楽しいなって思えるように。そうじゃないと続かないから」。平野さんの言葉は終始穏やかだった。しかしその語り口の奥には、酪農に対する熱い思いが感じられた。その思いがあったからこそ、ここまで様々な困難を乗り越えてこられたのだろう。

平野さんは最後に、かみしめるよ

うにこう伝えてくれた。「一生懸命やったら色々つながるし、絶対無駄にならないから」。この言葉は都内の酪農を支える東京酪農の組合長として、人や技術、思い、そして牛と向き合い、一生懸命に働いてきたからこそ出てきた重みのある言葉だ。

私たちが日ごろ、何気なくスー

パーやコンビニで手に取り、飲んでいる牛乳。そこに込められた平野さんの思いやこだわりを感じながら飲むと、普段よりもおいしく感じるような気がした。

太田圭柊（社会学科1年）
＝文・デザイン



平野さんの胸元で輝く東京酪農のバッチ。酪農への誇りを感じる

東京産の おいしさを 届ける

「手づくりアイス工房ヴェルデ」の外観。まるで牧場に來たみたいだ

東京都武蔵村山市。住宅街に一筋の小道があった。その道を進むと、「手づくりアイス工房ヴェルデ」が見えてくる。ここは地域の素材を使ったジェラート店だ。この店のオーナーは本木祐一さん。本木さんは、ジェラート・酪農・ブルーベリーという三つを軸に、お店を営んでいる。今回はそんな本木さんにお話を伺った。

農家であること

手づくりアイス工房ヴェルデがオープンしたのは28年前。本木さんは代々続く酪農家の家に生まれ育った。ある時、お父様から「生乳を使ってアイスを作ってみよう」という話を聞き、本木さん自身も興味を抱いたという。そこで当時勤めていた会社を退職し、酪農を継ぐとともにアイス作りに挑戦することを決意。まずはジェラート店で研修を受け、作り方から盛り付けまで一から学んだ。しかし、自宅に戻って実際に作っ

てみると、思うような仕上がりにならなかったそう。それから技術を磨き、苦勞の末に手づくりアイス工房ヴェルデ（以下ヴェルデ）をオープンした。

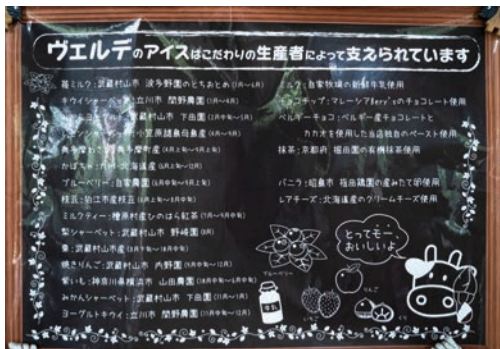
そんなお店の名前である「ヴェルデ」は、イタリア語で「緑」を意味する。本木さんは、「農家がやっているジェラート店だと気づいてもらえるように、店名や建物も農家っぽくしています。農家なら畑があるのかな、そこで採れたものを使っているのかな、というところまで想像してもらいたい」と語る。確かに、お店を見渡すと山小屋のような雰囲気、窓の外にはブランコも見える。ヴェルデには東京の住宅街の一角だとは思えない、のどかな空間が広がっていた。

本木さんにとって、農家であることは大きな強みだ。東京と農業は一見結びつきにくいように思われる。しかし実際には、東京にも多くの農家があり、日常には東京産の農産物

があふれている。ヴェルデは、そんな東京の農業をより身近に感じてもらうための架け橋のような存在だ。

お店のこだわり

「東京産素材のメニューを充実させたい」と本木さんは語る。実際にメニューを見ると、東大和産の抹茶など、東京産の素材が積極的に使われている。しかし本木さんは、当初からこの方針を持っていたわけではない。きっかけは、狛江市農業協同組合の直営店から「枝豆を使ったア



お店のメニュー表。東京産の素材が使われたジェラートがずらりと並ぶ

イスを作れないか」と依頼を受けたことだった。試しに作ってみたところ好評を得て、以降は毎年提供しているという。そしてこの依頼をきっかけに、本木さんは「地元農家が提供したもので作れる」という、地域密着型の個人店だからこそその強みに気づいた。その後、「この食材で作れないか」という相談が徐々に増えていったそうだ。「やっぱり地元でやるのはいいなって」本木さんはそう感じるようになったと語る。

そして次に持ちかけられたのは、奥多摩のわさびを使った商品の開発だった。「最初はどんなだろうって思いました。わさびって、いわば大人向けの味だから」。それでも本木さんは、試行錯誤を重ね、わさび味を完成させた。完成した商品は、奥多摩の観光協会に提供され、各施設で販売している。わさび味は、奥多摩を訪れる観光客に好評で、今では年間一万个以上売れる人気商品になっているそうだ。

私も気になって実際に食べてみたが、わさびの爽やかな辛味とミルクのまろやかさが想像以上に調和しており、癖になる美味しさだった。豊かなわさびの風味は、奥多摩の自然を想起させる。旅先でこのジェラートを食べれば、旅の思い出がより素敵なものになるだろう。

地元で愛されるお店に

地域との関わりは学校との交流にも広がっており、狛江市では枝豆、国立市ではほうれん草と、各地の名産品を使ったジェラートを学校給食に提供しているという。こうした取り組みは20年近く続けられ、今では「小学生の頃、給食で食べたんですよ」とお客さんから声をかけられることもあるそうだ。

また、学校の授業とのコラボレーションも行っている。武蔵村山市の小学校の生徒が授業の中で考案した「焼きいもキャラメル」は、昨年冬に商品化され、店頭にも並んだ。使

用しているサツマイモも武蔵村山市産のものだという。ジェラートを通して地域の農産物に触れる機会をつくる。こうした取り組みも、ヴェルデが長年地元から愛され続ける理由の一つなのだろう。

支える

ヴェルデのジェラートには、様々な味のベースとなる「ミルク味」がある。そのミルク味は、本木さんが管理する牛舎の生乳から作られる。

今回、その牛舎も見学させていただいた。牛舎は、ヴェルデから少し離れた、住宅街に囲まれた場所にある。搾乳は朝・晩の1日2回。ジェラート店やブルーベリー農園の仕事



牛を撫でる本木さん。
朗らかな表情をされていた

の合間を縫いながら、牛の世話や餌やりを行っている。牛には運動が必要だが、周辺住民への配慮から、一時間に一頭ずつ運動場へ出しているという。実際に牛舎を見学すると、牛たちの健康状態に気を配りながら世話を続ける酪農の仕事は、多くの手間と労力を要することが伝わってくる。ジェラート作りに使われる生乳は、こうした日々の積み重ねの上に成り立っているのだろう。

また、ブルーベリー農園も見学させていただいた。見渡す限り一面にブルーベリーの木が広がっている。この膨大な量のブルーベリーは、本木さんのお母様やご友人が収穫しているそう、「摘むスピードは敵わない」とおっしゃっていた。そして、ジェラート作りには息子さんが携わっているという。本木さんはご家族と力を合わせながら、ジェラート、酪農、ブルーベリーという三本軸を支えている。

こうした多忙な日々を送る本木さ

んにとって、何が仕事の原動力となっているのだろうか。

「自分が作った牛乳で、自分が作ったアイスで、お客さんが喜んでくれるって、まだ少し信じられなくて。なんでだっと思ってます。それが根底にあるから、自分の中ではゲームをしているような感覚。仕事だけど、自己満足で嬉しい」。自分が作ったもので人が喜ぶ。その嬉しさが、本木さんが忙しい中での仕事を続けられる何よりの原動力なのだ。休みのない酪農に加え、ジェラート作りや地域との関わりにも力を注ぐ本木さん。インタビュアでは、終始楽しそうに仕事について語る姿が印象的だった。その仕事への愛情こそが、ヴェルデのジェラートの魅力を支えているのかもしれない。

* * *

取材中、編集部員たちでジェラートをいただいた。私が選んだのは、お店おすすめのミルクと神津島産

パッションフルーツだ。どれも素材の風味が存分に感じられる。取材当日は真夏日だったが、一口食べるごとに体の熱がすっと引いていき、自然と笑みがこぼれた。この美味しさの裏には、酪農やブルーベリー農園、そして地域とのつながりを大切にしてきた本木さんの日々の積み重ねがある。「手づくりアイス工房ヴェルデ」は、武蔵村山市をはじめとし、東京の笑顔を支える存在になっているのだろう。

庄所柚子（観光経営学科2年）

Ⅱ文・デザイン



左からパッションフルーツとミルク、カボチャとイチゴミルク、バニラとミルクティー。味ごとの香りや食感も楽しい



お店の入口では牛の等身大オブジェが出迎えてくれた。本物さながらな存在感に驚かされる

チーズづくりにかける思い

JR青梅線小作駅から徒歩20分「フロマーージュ・デュ・テロワール」というお店がある。このお店は、鶴見和子さんが営む、地元の素材を使った手作りチーズ工房だ。

チーズ作りとの出会い

「チーズが好きで、本場フランスのチーズを見てみたいと思っていました」と鶴見さん。そんな鶴見さんがチーズ作りを始めたきっかけは、フランスに語学留学をしたことだったそう。なぜ、語学留学することになったのだろう。「その頃は、あまり体調がよくなく、もしかしたら死ぬかもしれないと思っていました。今を逃したら、もうフランスには行けないと思い、一念発起しました」。そして、語学留学中にパリのチーズ屋さんで働いていたことで、自身もチーズ作りについて学びたいという熱が高まったそう。そして、ついにフランスのチーズ専門学校に通うことになった。鶴見さん



チーズ専門学校で取得した資格証明書

の決断力と行動力にびっくりする。様々なチーズの製造方法を学んだ鶴見さんは、日本に帰国すると、当時両親が暮らしていた青梅市にチーズ工房「フロマーージュ・デュ・テロワール」をオープンさせる。2014年のことだ。

当たり前の追求

店名には「テロワール」というフランス語が入っている。「その土地



実際にお店で販売されているチーズ

その地域の」という意味を表す言葉だ。青梅市でお店を営む鶴見さんは、青梅という土地にこだわりがあるのだろうか。

鶴見さんは、「青梅にこだわっているわけではなく、留学したフランスではその土地の素材でチーズを作るのが当たり前だったから。だから、日本でもできるかぎり同じことをしているだけ」と答えてくれた。とてもあっさりと言っていたが、環境や文化が違う日本でフランスの当たり

前を追求する努力を続けていることに凄味を感じた。

店の窓には「近くの牛とヤギ乳使用」と掲げられている。どこの素材を使っているのだろうか。

「本当は自分で牛とヤギを飼育して、その乳を使用したかった。そして、新鮮で風味を好きに調整できたから」と鶴見さん。しかし、一人では、そこまでするのは難しい。そのため、店の近くで生産している素材を探していたところ、今号のミコタマでも取材させていただいた、東京都酪農業協同組合が生産している「東京牛乳」にたどりついたそう。牛乳を生産する場と、それをチーズに加工する場がつながっていることを実感し、とても嬉しくなった。

お酒のチーズ

店頭には様々なチーズが並んでいる。どれも鶴見さんが、手間暇かけて作ったものだ。その中でも私が気になったのは、塩水やお酒で表面を

洗いながら熟成させる、ウォッシュタイプというチーズだ。私は、チーズ作りにお酒を使うイメージがなかったのですが、こんなチーズがあるのかと驚いた。しかも、青梅のお酒を使ったチーズだ。なぜ鶴見さんは、青梅産のお酒を使ってチーズを作り始めたのだろうか。

お店を始めた2014年頃、日本酒を使ったウォッシュタイプのチーズを、日本で作っている人はほとんどいなかったそうだ。鶴見さんは、それなら挑戦してみようと、チーズ作りに使うお酒を探し始めた。そうして、行き着いたのが1702年から青梅に酒蔵を構える小澤酒造だった。そこで、長期熟成された古酒を発見し、この古酒でチーズ作りを始めようとした。ところが、古酒はチーズ作りに必要な量を安定して手に入れることが難しかった。そこで、古酒に近いお酒を探し、辿り着いたのが小澤酒造の日本の伝統的な酒づくりの方法で作った「元禄」だった。



ショーケースに並ぶ様々なチーズ

そんな地元のお酒を使って作ったチーズは、お店の看板商品だ。しかし、「元禄」は、昨年の9月に終売してしまった。今後、どうするのか質問すると、鶴見さんは、「代わりになるお酒を探さなきゃね」と曇った表情になった。だが、すぐに表情が明るくなり「ただ、こういった過程も含めてチーズ作りは楽しい。同じものはないから、次がより上手くいくことを探す。まさに実験の気分」

と語ってくれた。

困難を楽ししいと思ひ挑戦し続けている鶴見さん。この姿勢が、移り変わりが激しい世の中で、チーズを作り続けられる秘訣なのだと感じた。この先、私も困難を楽ししいと感じながら取り組めるようになりたい。そうすれば、この先の人生がより楽しくなる予感がした。

好きな理由

鶴見さんのチーズに対する愛情はとても強い。そこで、チーズを好きになったきっかけや、その理由について伺った。

鶴見さんは、「子どもの頃から好きだった。好きな理由は、強いて言うなら、子どもの頃からチーズを食べていた。子どもの好きなんていっぱいあるし、いちいち理由なんてなかった」と語ってくれた。

言われてみると、自分も好きなものが、なぜ好きなのかという理由は後付けだと気がつく。好きなものは

直感で好きとなった後に、誰かに説明したり自分を納得させるために、好きと言う理由をつけている気がする。子どもの頃の好きという感情は純粹なのだろう。童心を取り戻し、自分ともう一度向き合おうと思う。そうしたら、今までは気づけなかった自分の中にある新しい好きに出会えそうだ。そして鶴見さんのように「好き」をとことん追求してみたい。

廣田拓海（経済学科2年）

|| 文・デザイン



ショーケースに並ぶ牛のフィギュア



チーズへの愛情を語る鶴見さん



古代ローマのチーズケーキ作り

古代ローマにもチーズケーキがあったことをご存じだろうか。史料で古代ローマについて学ぶ私は、今回、紀元前160年頃のカトーの著作『農業論』に記されたチーズケーキ「サビルム」の調理に挑戦した。

同書は、古代ローマの政治家・軍人であるカトーが記した農業書である。農産物や乳製品の活用法など、当時の暮らしを知る手がかりが数多く残されている。

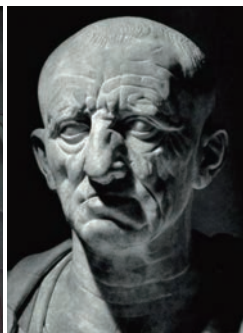
レシピをもとに再現したサビルムからは、ほのかに甘い香りが漂う。口に運ぶと、現代の濃厚なチーズケーキとは異なる、リコッタチーズの素朴な味わいと、ハチミツの穏やかな甘みが広がった。約2,200年前のローマの人々も味わったであろう古代のチーズケーキ。その一口は、遠い歴史を身近に感じさせてくれた。

彦坂菜々子（史学科4年）

|| 文・写真・デザイン

<材料>

- ・リコッタチーズ 500g
- ・小麦粉 100g
- ・卵 1個
- ・ハチミツ 50g
(+表面にかけるハチミツ)
- ・オリーブオイル 少々
- ・ポピーシード（ケシの実） 少々



【参考】CIRCO MITALI『おいしいイタリア家庭料理』2021年4月23日、「【古代ローマのチーズケーキ】2200年前のレシピで作る by Circo Mitali」, YouTube, <https://www.youtube.com/watch?v=O2y7mrntnda>

カトー著『農業論』（所蔵：ラウレンツィアーナ図書館）
出典：Wikimedia Commons

「カトーとされる胸像」
出典：Wikimedia Commons

作り方

4. 一度取り出し、表面全体にハチミツをかけた後、ポピーシードを満遍なく振りかける。



5. 今度はグリルで10分焼成する。焼き色がついていなければ、追加で3分ほど焼き上げる。オーブンから取り出し、粗熱を取る。



1. リコッタチーズと小麦粉を混ぜた後、卵とハチミツを加え、混ぜ合わせる。



2. 生地にとままりが出てきたら、オリーブオイルを引いたプレート(直径約24.5cm)に流し込み、平らになるように成形する。



3. 200℃に予熱したオーブンで10分加熱する。



／ 完成 ／





なぜ、多摩地域で育て、作るのだろう。

きっとその答えは「好きだから」「この地域に生まれたから」。

そんなシンプルで力強い思いにあるのだと、感じました。

そんな思いを込めて作られた多摩地域の牛乳や乳製品を味わえることは、とても幸せなことなのだと思います。

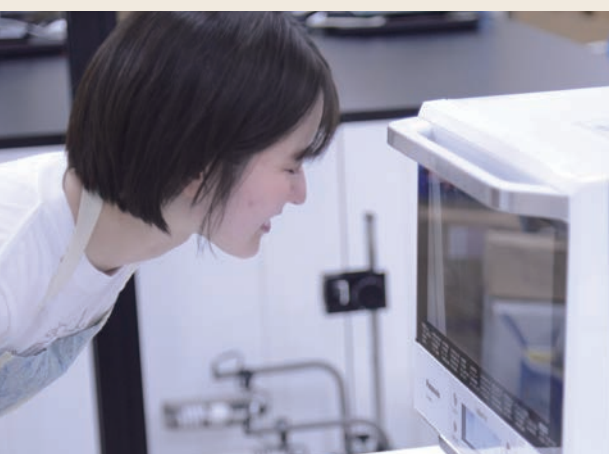
取材を通して知ったのは、多摩地域には、私たちが思っていた以上に、酪農や乳製品づくりに関わる人たちがいるということです。

そして、都市ならではの環境のなかで、

さまざまな苦労や工夫を重ねながら乳牛を育てたり、乳製品を作り続けているということも、知ることができました。

私たちが牛乳やチーズなどを手に取るとき、その向こう側には、牛や素材と向き合い、地域の食を支える人たちの姿があります。

この特集をきっかけに、いつもの牛乳や乳製品が少しだけ特別なものを感じてもらえたら、とても嬉しく思います。



車のように 走り続ける人

全長10mの巨大ロボットが立ち上がる「パトレイバーデッキアップイベント」。知る人ぞ知るこの大人気イベントの仕掛け人の一人が、帝京大学八王子キャンパスのご近所で自動車整備業を営む株式会社OZ ENGINEERING（以下オノエンジニアリング）代表の小野晃弘（56）さんだという。小野さんは、その他にも車にまつわる様々なことを手掛けているらしい。一体、どんな方なのだろうか。

堀越峰之（帝京大学総合博物館学芸員） Ⅱ文・写真・デザイン



俳優や声優の経験がある小野さん。ツナギ姿が良く似合う。「いい写真取れましたよ！」と伝えると「本当かなあ？」とニヤリと笑う（2026年6月15日）

タイヤがついているものは何でも

「僕ね、本当にね、恥ずかしながら、車バカだから。まあ、普段もほかの意味でバカなんだけど」と小野さんは笑いながら話す。小野さんは調布市生まれ調布市育ち。幼い頃からの車好きで、鍋の蓋を自動車のハンドルに見立てて遊んでいたそう。高校卒業後に、自動車整備の会社に入社するも、人に使われるのは向いてないと考え1年で独立し、1991年にオノエンジニアリングを設立する。当初は店舗を持たない出張整備業としてスタートした。事業の拡大にあわせて、調布市内に車の整備と保管用の敷地を確保したが、その敷地も手狭になってしまった。そこで、さらに広い敷地を求めて2015年に八王子市に移転したそうだ。

小野さんにオノエンジニアリングの展示場を案内してもらう。整備中の乗用車から、貸切用リムジン、はしご付消防自動車まであらゆる車両



右上／様々な車両が並ぶオノエンジニアリングの展示場（2026年5月18日） 右下／貸切用リムジン。以前は有名な芸能人姉妹の専用車だったそうで、テレビにもよく登場した（2026年5月18日） 左／アメリカ製車両の整備作業をする小野さん。部品は海外から取り寄せるそうだ（2026年6月15日）

が並んでいる。なぜ色々な車両が展示してあるのだろうか。その理由は、オノエンジニアリングが整備・改造業だけでなく、観光バス業や、販売業、映画などに使う特注車両の製作など、車に関わるあらゆるものを扱っているためだ。会社のホームページには「タイヤがついているものは何でも！」とある。オノエンジニアリングの事業の幅と、小野さんの車を愛する心が詰まった、遊び心あふれる言葉だ。

小野さんは「変態」？

「営業が下手なんだよ。押売りと思われるのが、嫌なんですよね」と小野さん。しかし、小野さんのスマートフォンには、車の整備を依頼したいお客様からの連絡が引っぱり無しに来る。営業せずとも仕事の依頼があるのは小野さんの腕が良い証拠なのだろう。その感想を伝えると「うちは変態だから」と小野さん。「変態」とはどんな意味だろう。通常は車を

ディーラーに修理に出すと、壊れた部品だけではなく、それを含んで部品が組み合わさったユニットごと交換するそうだ。そのため修理費は高くなる。しかし、オノエンジニアリングでは、ユニットを開けて壊れた部品だけ、はんだ付けして直すそうだ。そのため、お客様が支払う修理費は安く上がる。「でもそんなことをすると手間がかかるから、みんなしない。だれもやろうとしないことをするから『変態』ってこと」と小野さん。そのこだわりの強さのため、利益よりも「直してあげたい」という気持ちが勝ってしまうこともあるそうだ。しかし、この損得勘定を抜きにした「変態的こだわり」が、お客様の信用と信頼を得ることに繋がっているのだろう。

車のためなら海を越える

小野さんは、お客様から依頼を受け、海外で買付を行うことが多くある。ある買付ではアメリカ東海岸に



オノエンジニアリングが輸入した中国製の電気バスは、各地で活躍している。写真は広島県にあるニュータウン「スカイレールタウンみどり坂」で活躍する電気バス（2024年撮影／写真提供：小野晃弘）



アメリカで買い付けた車を運搬している際の写真。「その道中、警察に目をつけられないように窓に、ペイントマーカーで「Go to Japan」って大きく書いた。みんな手を振ってくれたよ」と小野さん（2012年撮影／写真提供：小野晃弘）

近いメイン州で購入した車を小野さん自身が運転し、数週間かけて日本まで運んだそう。車のためなら海を越えてしまう。

そんな海外経験豊富な小野さんが最近感じるのは、電気自動車作りにおける日本と中国の技術力の差だという。「例えば日本製の電気バスはエアコンを使いながら走ると、実用航続距離が80キロ程度な場合があるんだよ。でも中国の老舗メーカーの電気バスは同じ条件下で走っても200キロ走るモデルもある。実用性が高いのが大きな強みだね」と語る。そんな中国の技術力の進歩を見て、「車の技術力は日本が世界一」という考えを改めた小野さんは、中国の有力バスメーカーの電気バスを2014年から輸入し自治体などに納品している。

海外に行くたびに新しい刺激を受けて、自分の考えを更新し、仕事に活かしている小野さん。「日本だけで終わるのはもったいない気がする。

る。若い人には海外にどんどん行って違いを見てもらいたいっていうのはあるよね。考え方が変わるから」。

時を忘れる仕事

「時を忘れるのはやっぱりこれ。パトレイバーのあいっ乗ってる時。緊張感がすごいあるわけよ。狭い道入って出られなくなったらどうしようみたいな。そのスリルがたまらない」。小野さんの言う「あいっ」とは、2014年〜15年にかけて劇場公開されたアニメや漫画で有名な『機動警察パトレイバー』の実写



「パトレイバーデッキアップイベント」のため、会場の高幡不動尊内に進入する「イングラム」を載せた「レイバーキャリア」（2026年4月5日）

版『THE NEXT GENERATION パトレイバー』の撮影に使われたロボット「イングラム」とそれを運搬する「レイバーキャリア」の実物大車両のことだ。全長17mにもなるこの車両の制作を請け負ったのがオノエンジニアリングだ。「大まかな設計図はあったけど、細かいところは適当に作ったんだよ」と小野さん。適当に作ってしまったのは小野さんの才能だ。車両は現在、オノエンジニアリングの展示場に保管されている。だが、要請があれば、その雄姿をお披露目するために、小野さんが



日野市にある高幡不動尊内で開催された日野警察署・日野市交通安全協会主催の「令和8年度春の全国交通安全運動」の一環として「パトレイバーデッキアップイベント」が行われた。朝から沢山の人が詰めかけ、大盛況であった。前列真ん中が小野さん（2026年4月5日）

運転し会場まで出張する。これが、冒頭でも紹介した大人気イベント「パトレイバーデッキアップ」だ。

私も帝京大学八王子キャンパスのすぐ近くにある、高幡不動尊で行われたイベントに参加したことがある。実物大「イングラム」の迫力は圧巻だ。その足元で、スタッフの皆さんが走り回っている。「緊張感があり緩くもあるイベント中のスタッフの姿が、作品の登場人物の雰囲気 に似ていて、いいねって言われるよ」と小野さん。「スタッフの方々は熱心ですね」と感想を伝えると、「社員もいるけどファンの人たちがボランティアで手伝ってくれるんだよ」とのこと。まさかボランティアの方が運営に加わっているとは思わなかった。なぜ、無償で手伝うのだろうか。パトレイバーが根強い人気を誇る作品だからこそ、イベントに関わりたという思いを持った方々なのかもしれない。さらに、会場で参加者と分け隔てなく談笑する小野

さんの姿を見ると、その人柄に惹かれて小野さんやオノエンジニアリングの社員の皆さんのファンとなり、手伝っている方々も多くいるのではないか。小野さんの話を聞きながら、そう思わずにはいられなかった。

＊ ＊ ＊

「車っていうのは動いてないと傷むんです。走らせないと」と小野さん。これはまさに、新しいことに挑戦し続ける小野さんの生き方そのものだ。自身の生き方について「適当なんですよ」と笑う。しかし、その言葉の後ろには、小野さんの一貫して車にこだわる信念と、様々なことに臨機応変に対応するしなやかさが隠れている。だからこそ走り続けられるのだ。まるで車のように走り続ける小野さん。次の目的地はどこなのだろう。きっと誰もが想像もしないことを考えているに違いない。これから、走り続ける小野さんの活動から目が離せない。

大栗川と 多摩川を歩く

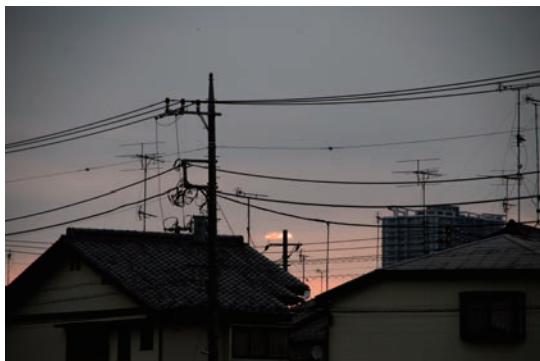
釣りをしている人もちらほら見かけた。少し調べてみると、結構多くの種類が釣れるらしい

『ミコタマ』第2号では、「35 + 103 km先の景色」という記事で、笠取山へ登り、多摩川の始まり（水干）までの道のりを記事にしている。そこで、今回はノリと勢いから、私たちは大塚・帝京大学駅から大栗川、多摩川沿いに移動し、そのまま羽田空港の脇にある、多摩川の河口までを歩くことにした。当然、どんなに大変かなんて考慮していないのである。以下の文は、計画性も無く実行された約10時間に及ぶ道のりをつらつらとつづるものである。

さあ、いざ散歩へ

2026年6月14日午前4時。大塚・帝京大学駅前に集合した。こんな朝っぱらから、超長距離散歩のために集合する人間が、この日本の中にどれほどいるのだろうか。少なくとも、私のSNS上ではたくさんいるが……。なんてことを思いながら集合場所へ赴く。一応、この時間に指定したには訳がある。地球温暖

化の影響か、ヒートアイランド現象か、何かはわからないが、今日の最高気温は27℃である。加えて梅雨。そんな時期に、お昼から日を遮る場所もない川沿いを歩き続けるような体力は、私たちにはないだろう。そんなことを考えながら4時15分、私たちは、歩き始めた。まず、大栗川を多摩川方面へと下っていく。このルートは、近所の方であれば、歩いたことのある人が多いかもしれない。大栗川沿いを歩いていて見かけるのが、川底の沈んでいるコンクリートブロックを木枠で囲んだものである。何だろうと思い、土木関係



住宅街から昇る朝日

の仕事をしている母に聞くと、「多分、洗堀防止目的の護床工」^{せしやうこう}とのこと。実は、大栗川にはいくつか沈んでいるので、興味があつたら探してみるのも面白いかもしれない。

多摩市和田にある殿田橋を横切ると、河川工事をしていた。大栗川堤防緑化工事だろう。東京都の資料では、グリーンインフラを推進しており、上柚木公園周辺も、親水公園へと変わる計画も見られた。ゲームよりも川遊びで育った私は親水公園には目がないため、完成したらぜひ行ってみたいものである。工事区間が終わると、堤防の内側に遊歩道が作られているため、ここを歩く。ずっ

と歩く。丁度このあたりで日が見えてきた。心なしか、車の音も多くなってきた気がする。

川に目をやると、鳥がいた。手持ちの図鑑で調べると、アオサギというらしい。「日本にいるサギの中で最も大きく、水中を歩いて魚やカニなどを探して食べる」と書かれている。なるほど。ということは、この川には魚やカニがいるのだろうか。コンクリートに両岸を固められたこの川に、魚やカニがいるというのは驚きだ。大雨でも降ったら流されそうなものだが、どうにかして生き残っているのだろう。生命とは強いものだ。

さて、このままでは河口に着く間もなく与えられたページが終わってしまいそうなので少々端折らせてもらう。てくてくと歩き続け、大栗川と多摩川の合流地点まで歩いてきた。ここには多摩市立交通公園があり、自動車の教習所のようなコースがあった。交通公園、知ってはいた

が、現実で初めて見かけ、少し感動した。物珍しく思い、きよろきよろしながら散策していると、なんと、猫を発見した。大栗川を辿ってきた甲斐があるというものだ。猫は、人ほど柔軟に体温調節できない気がするが、こんな暑い中よく外で活動できるものだなあと変に関心した。

多摩市立交通公園を出て、対岸の遊歩道へ渡るために少し多摩川を上り、鎌倉街道が通る関戸橋まで戻る。途中で「海まで34km」と書いた河川距離標が建っていた。あと34kmとなると、時速5kmくらいで歩けば、6時間くらいだ。お昼時には歩き終えている予定だったが、無理そうだ。

京王相模原線の鉄道橋をくぐるとすぐに見えてくるのが、二ヶ領用水^{にかりょうようすい}に水を引いている二ヶ領上河原堰^{にかりょうがわらえん}だ。この二ヶ領用水は、1611年に完成した用水路だ。水田のために作られたものだが、時代の変化と共に工業用水路に変化した。1960年以降の急激な都市化と共に、多く



護床工。川の婉曲部分などに置き、川床が削れるのを防ぐ。普通は婉曲部全体に置く



アオサギ。
アオサギと呼ばれるが、体は灰色



多摩市立交通公園。小学校低学年以下向けに、乗り物の貸出も行っている



多摩市立交通公園にいた猫。かわいい。
地域猫のようだ。かわいい



河川距離標。
河口から一定間隔で設置されている。



ニヶ領上河原堰堤。
向こう岸にニヶ領用水がある



ニ子の渡し跡



0km 標識

の生活排水が流入し、水質汚染などの問題も出た。その後、下水道の整備と共に解消した。今では整備され、近隣住民の憩いの場となっている。

多摩川沿いはこのような古くからの水路が複数あり、この水路たちを探索するのも中々面白いと思う。

さらに2時間ほど歩き、10時になったころ、二子多摩川駅周辺に着いた。ここでお腹も空いたし、お昼ご飯を食べようと、お店に入ろうとしたら、10時開店を待つ人の列が見えた。「10時は朝ごはんか」と思inaおし、1時間程休憩した。休憩を終え、散歩に戻ろうとした際、住宅街の中に「二子の渡し跡」の石碑を

見つけた。渡しと言えば、『ミコタマ』第10号にて、日野の渡しが出てきた。二子の渡しがあった場所は、冬は水量が減るために橋を架けて渡り、夏は渡しによって輸送を行っていたという。1925年に二子橋が完成したのと共に、二子の渡しは廃止された。

二子橋から下流の河川敷には、ゴルフ場などのスポーツ施設が沢山設置されている。それらを横目に見ながら淡々と歩き続ける。14時頃、羽田空港から離陸した飛行機が見えた。ゴールはもうすぐそこらしい。羽田空港から少し上流に行ったところに、羽田の渡し跡も見つけた。す

でに、足は悲鳴を上げ、関節からは摩擦熱すら感じるような気がする。無心に歩みを進めていると、多摩川0km地点の案内板が見えた。あと少しらしい。えっちらおっちらと看板の案内の向く方へ向かい、ついだからと途中で架かっていた多摩川スカイブリッジを往復した。橋の先にはヨドバシカメラの倉庫があり、トラックが忙しそうに出入りしていた。お世話になっておりますと手を合わせておく。

やっとの思いで0km地点へ到達した。標識はどこだと探すと、遊歩道と川の間にドリンクコースターほどの大きさの標識がはめられていた。

ここが0km地点ということだろう。すでに時刻は16時となっていた。

* * *

知らない景色を見に行くことは、好奇心を満たし、刺激する。特に、ニヶ領用水などは今度改めて回りたいと思う。ただ、一日で歩ききる距離ではないことは確かだろう。

皆さんもぜひ何回かに分けて、歩いてみてほしい。事前にある程度調べてから行くのが望ましいとは思いますが、お好みのA I片手に散歩するのも楽しいのではないだろうか。

児玉悠斗（心理学科4年）

|| 文・写真・デザイン

ちよつと元気になる 散歩のすゝめ

「散歩に行こう」。修士論文の執筆

で煮詰まっていた私は、家で唸り続けるよりも、とりあえず外に出てみることにした。正直、悩んでいる時は家に籠もっていたいが、今日の私は一味違う。重い腰を上げて歩き出すことにした。

時刻は12時頃、日差しが眩しく、少し蒸し暑い天気である。着の身着のまま向かったのは、多摩モノレー



根川緑道。見渡す限りの新緑が美しい
(2026年5月17日)

ル柴崎体育館駅からすぐの「根川緑道」。目的はただ1つ、生き物たちを眺めることだ。

マイペースに

足を踏み入れると、小川に沿った遊歩道が見えてきた。近づくとそのよそよとした風が吹き、涼しさを感じる。ふと横を見ると、アオサギがひょっこりと現れ、捕まえた餌を丸呑みした。サギが餌を食べているところは初めて見た。思わずじっと眺めてしまったが、当の本人は周囲のことなど全く気にしていない素振りだ。水辺をすいすいと歩く姿が可愛い。そんな姿を見ているうちに、



アオサギ。気付いたら、傍にいた
(2026年5月24日)

「私も自分のペースでのんびり歩こう」と思え、一気に肩の力が抜けた。そう思いながら進むと、前からのんびり歩く鴨に遭遇した。心の中で「こんなにちは」と挨拶する。なんだか親しい友達に会ったようで、ホッとした。

無我夢中

そんな調子でぼんやりと歩いていると、目の前を小学生たちが駆け抜けていった。「あっちだよ！こっちは？」小川に架かる橋をいったりきたり。無我夢中で遊ぶ姿は、エネルギーにあふれていた。その姿を見ていると、何事も「楽しむ」という気



小学生たちの遊び場。誰もが思わず足を留めてみたくなる場所だ
(2026年5月24日)

持ちを忘れたくないと思った。大変なことや辛いことがあっても、まずは目の前のことを楽しんでみる。小学生たちは、私に新たな視点を教えてくれた。論文執筆で凝り固まっていた頭も、気がつけば少し軽くなり、狭まっていた視界が広がったような気がした。

「今日の私は一味違う」。冒頭でそう意気込んだ通り、外に出たことで、私の心は少し軽くなっていた。生き物も、小学生たちも、それぞれのペースで今を生きていた。その姿は「焦らなくても大丈夫」と静かに教えてくれるようだった。いつもなら家に籠もって下を向いてしまう日こそ、思い切って散歩に出てみてほしい。何気ない出会いが、言葉のないエールを送ってくれるはずだ。

荒井涼花（史学・文化遺産学専攻2年）

|| 文・写真・デザイン

記憶よみがえる森の中

6月初旬。私は自然を求めて学校を飛び出した。まだ多摩地域に詳しくない私は、目に入るすべてが新鮮だった。光に照らされる、色鮮やかな緑たち。ふと目に入る自然に、心の中の幼い私は胸が躍る。さあ、わくわくを見つけにいこう。



トンネルの先の光

光を求めて

子どもの頃読んだ絵本に出てくる妖精は、いつも森の中にいた。そんな妖精がいそうな森を、大学付近で見つけた。その名は「百草三方の森緑地」。三方は日野市、多摩市、八王子市にまたがっていることから名付けられている。

三方の森コミュニティ会館を正面として、まず迎えるのは開けた公園。その公園の奥にひっそりと隠れているのが雑木林へ続く道だ。階段を登りきると、道は右手と左手に分かれる。私たちは奥へ続いていそうな右へと進む。体力のない私には骨が折れるような、かなり急な坂や階段があった。屈せず、この道を抜けた先の達成感を求めて進む。

夢中になって足を動かし続け、ふと周りを見渡すと、あたりは自然の宝庫だった。足元にはドングリや落ち葉が、耳を澄ませば小鳥の鳴き声が聞こえる。笹が傾き倒れかけ、そ

れがトンネルのようになっていて、姿には胸が高鳴った。濃い緑に囲まれた中で、そのトンネルの先の光だけが、私たちに道を示してくれている。道は舗装されてはいたものの、草木は伸びきっており、まるで獣道だった。ゴールがあるのかも分からない中を私たちはただただ進んだ。

絵本の中？



どこまで続くか分からない不安とワクワクは、小さい頃の私を思い出させる。絵本の主人公が森へ迷い込むと、お決まりのごとく森の妖精が現れ救ってくれる。笹のトンネルの中はそのシーンと酷似していた。絵本の世界に入りたかった小さい私は、とても喜んだ。小さいころの私の夢を叶えてあげられたようで嬉しかった。

1時間ほど道なりに沿って歩き続け、最後に階段の上り下りを2回ほど繰り返すと、ぱっと団地へ続く道へ出る。出迎えるのは百草団地だ。



笹の葉でできたトンネル

振り返ると、歩いてきた道があるなんて分からない程の草木で覆われていた。私はこんな中を歩いていたのか、と感心する。もしかすると、森の妖精が歩きを支えていてくれたのかもしれない。そうして、私たちは空想のような緑地を後にする。

森の妖精に出会えたのかは分からない。けれど小さい頃となんら変わらなく未知に期待する心のままに、私はこれからも過ごしていきたい。

恩田こころ（日本文化学科2年）

|| 文・写真・デザイン



日差しを受けてキラキラと輝くあじさい



上：五重塔とあじさい
下：降り注ぐ木漏れ日



木漏れ日の中に咲く あじさい



6月半ば、多摩のあじさいが見頃を迎えた。梅雨の時期の貴重な晴れ間。取材を行った6月13日は、はじめじていたが、過ごしやすいう爽やかな日だった。

あじさいを求めて

京王線高幡不動駅から徒歩5分の距離にある高幡不動尊金剛寺。通学時に見かける五重塔はいつも私を誘ってくれていたが、まだ行ったことがない。あじさいが見頃を迎えた今、高幡不動尊へ行こうと思う。

境内に入っすぐ、あじさいの姿は見えない。訪れる前にホームページで写真を確認していた鮮やかで美しく咲くあじさい。実物をまだ見ていない私は期待を膨らませた。そのまま歩を進めると、視界の先には斜面いっぱい広がる満開のあじさいが咲いていた。想像以上だった。その美しいグラデーションは太陽の光を受け、より一層輝いているように思える。あじさいに誘われるよう

に私たちは坂道を登り始めた。

木漏れ日が差し込む散策路は時々気持ちの良い風が吹いている。思わず涼しいと声に出る。しかし坂道はアップダウンが激しく、汗が滲んできていた。しばらく登り、ふと周りを見てみると、建物が見下ろせるくらい高い場所まで来ていた。目の前の坂道に必死で、ここまで登っていたなんて全く気が付かなかった。視界に広がるあじさいはまるでここまで登って来たことを祝福してくれているようだった。

散策を終え、戻ってくると、五重塔が迎えてくれた。いつも遠くから見ていた五重塔が今は目前にある。達成感と疲労が同時に押し寄せる。それでも、満開のあじさいを見ることができて、ここまで頑張っ登ってよかったと心の底から思った。曇り空が広がる憂鬱な梅雨の時期をあじさいが彩ってくれた。私は梅雨を少しだけ好きになった。

大堀美瑠（日本文化学科2年）

通信

2026 年 1 月～2026 年 8 月までのミコタマ編集部
の活動をお伝えいたします。

帝京大学総合博物館が開館 10 周年！記念シンポジウムに編集部が参加しました。



右／シンポジウムのポスター。左上／シンポジウムでは、今後の大学博物館の可能性について意見交換が行われました。左下／シンポジウム終了後は交流会が行われました。(2026 年 3 月 14 日)

2025 年度は、ミコタマ編集部が拠点とする帝京大学総合博物館が開館 10 周年という節目の年でした。それを記念して 2026 年 3 月 14 日、帝京大学八王子キャンパスにて「帝京大学総合博物館開館 10 周年記念シンポジウム」が開催され、私たち『ミコタマ』編集部も参加してきました。テーマは「地域社会と大学博物館／人間形成・人づくりの場としての大学博物館の可能性」です。

講演では、帝京大学の沖永佳史学長から、帝京大学の教育・研究活動の状況や、大学の知を社会に還元する意義が示されました。続いて帝京大学総合博物館の堀越峰之学芸員からは、博物館が成長していく歩みや、「人間形成の場」としての可能性について語られました。あわせて私たち『ミコタマ』の活動について「地域と大学をつなぐ重要な取り組みである」と報告がありました。また、東京学芸大学教授の君塚仁彦先生からは帝京大学総合博物館が学内

外の壁を越え、多様な人々をつなぐ拠点となることへの期待が語られました。さらに、登壇者のお一人である都留文科大教授の北垣憲仁先生から、2025 年に開館した「つるフィールド・ミュージアム」の活動についてのお話がありました。北垣先生は、2002 年から 22 年間にわたり都留市を活動の場として、学生と共に地域を観察・記録する冊子『フィールド・ノート』を刊行されてきた方です。この活動こそが『ミコタマ』のお手本となりました。シンポジウム後の交流会では、北垣先生から直接アドバイスをいただくことができ、大変刺激になりました。

シンポジウムへの参加を通じて、私たち『ミコタマ』の活動は、地域と大学をつなぐ大切な役割を担っているのだと実感し、身が引き締まる思いがしました。これからも、帝京大学総合博物館を拠点として多摩の魅力を発信していきたいと感じる実りある時間でした。



帝京大学総合博物館
多摩のヨコガオ発見プロジェクト
フリーマガジン 2026 第 11 号

発行
帝京大学総合博物館

編集長
莊所 柚子
彦坂 菜々子
堀越 峰之

編集・デザイン
荒井 涼花 (6-7, 22-23, 31, 35)
児玉 悠斗 (4-7, 22-23, 28-30, 35)
彦坂 菜々子 (20-21, 35)
広野 楓花 (取材補助)
莊所 柚子 (2-3, 14-16)
廣田 拓海 (17-19)
太田 圭終 (11-13)
大堀 美瑠 (33)
恩田 ころこ (32)
斎藤 詩朗 (8-10)
堀越 峰之 (24-27, 34)
※ () は担当ページ

ロゴデザイン
寺澤 頼来
児玉 悠斗

特別協力
都留文科大学 地域交流センター
フィールド・ミュージアム部門
『フィールド・ノート編集部』

校閲・管理
川北 友美
堀越 峰之

印刷・製本
株式会社帆風

SNS のフォローをお願いします!



X (旧 Twitter)

@Teikyo_Micotama



instagram

teikyo_micotama

発行日：2026 年 9 月 10 日
発行部数：1000 部

発行 / 編集

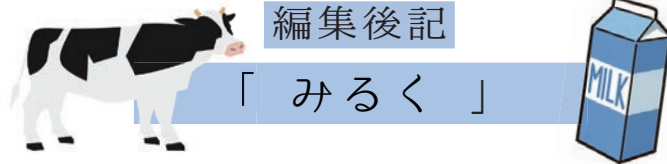
〒192-0395
東京都八王子市大塚 359 番地
帝京大学総合博物館
多摩のヨコガオ発見プロジェクト
フリーマガジン『ミコタマ』編集部

E-mail
tamanoyokogaomicotama2020@gmail.com

Web サイト
<https://teikyo.jp/museum/>

X (旧 Twitter) (@Teikyo_Museum)
https://twitter.com/Teikyo_Museum

© 2026『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。



みちを歩いていると、白くて可愛い花を見つけました。調べてみると、「ワルナスビ」という名前。可愛い見た目とは裏腹な名前に驚きました。由来を調べると、花がナスに似ているが、茎と葉にトゲがあり、繁殖力が非常に強いことから、「悪なすび」と名付けられたそうです。確かによく見ると、ものすごく長いトゲが生えていました。触っていたら、とんでもない悲鳴を上げていたな、触らなくてほんとに良かった。そう思ったのは束の間。結局好奇心で触ってしまい、案の定痛い目をみました。常に変な好奇心と隣り合わせの人生ですが、安全を確認しつつ、気になったことには挑戦してみる。そんな自身の気質をこれからも大切にしていきたいです。(荒井涼花)

る一つ(ルーツ)を辿ると、身近にある食べ物は意外にも遠い歴史を経ていることがあります。私は今回、古代ローマのチーズケーキを再現してみました。普段食べているチーズケーキと見た目や食感は異なりますが、古代ローマにも存在していたと思うと、いつものおやつ時間が歴史を感じる特別な時間へと変わります。皆さんも、好きな食べ物のルーツを辿り、再現してみると、いつもの日常が少し面白くなるかもしれません。(彦坂菜々子)

くさが生い茂っている所をみると、その先に何があるのだろうかと考えてしまいます。グーグルマップでも確認出来ませんが、それは味気が無いというものでしょう。ポケットに肥後守を入れ、適当な枝を拾い、草木を掻き分けて進む。河原で一休みし、家に帰る。そんな休日を送れたら良いなと思い、今号の記事が出来ました。(児玉悠斗)

📦 ミコタマ配送について
配送を承ります。

ご希望の方がいらっしゃいましたら、帝京大学総合博物館までご連絡下さい。
※送料のご負担をお願いいたします。
在庫の無い号もございます。

📄 アンケートへのご回答をお願いします!

本誌の読者の皆様からご意見・ご感想を受け付けています。
右の QR コードまたは URL をご利用の上、ぜひご回答よろしくお願いします!

<https://forms.gle/WkNMTNBQKY8jCMJJP6>

※ QR コードは (株) デンソーウェーブの登録商標です。



キャンパス自然観察日より

幸運を呼ぶ彩雲



2025年7月10日、キャンパス内を歩きながら空を見上げると、真珠の光沢のような色をした雲が空に浮かんでいました。調べてみると「彩雲」と呼ばれる現象だということがわかりました。光には、障害物にあたると、その裏に回り込む性質があります。これを回折といいます。太陽の光が、雲の中の水滴や、氷の結晶を回り込むときに、色によって曲がる角度が違うために色がついて見えるのだそうです。古代の日本の文献に記述のある「慶雲」や「景雲」「瑞雲」が彩雲のことを指していると考えられ、縁起の良いものとされていました。それらの雲が見えたとして元号が変更された年もあったそうです。

私の見た彩雲は数分間で消えてしまいましたが、なんだか嬉しい気持ちになりました。また見ることは、できるでしょうか。次の機会が楽しみです。



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、文化、歴史、現在に関する魅力を、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。



帝京大学総合博物館
Teikyo University Museum

TUM