

紹佳女子隊!

TAKE  
FREE

ちゅくる  
Chuclu

2013 秋号

「1000年先の未来へ」山の“つくる”場、ひと、こと、ものがたり



特集

山地の秋～実りの喜び、冬の足音～



.....CONTENTS.....

特集!山地の秋 .....4

リアルむらぐらし .....12  
~移住女子の間の円...。お金編~

まないたりレ .....14

やまとも .....16  
~山地をまえる仲間たち~

あいたいせがれ .....17

ChuCluたより .....18

いさばさの天声人語 .....20  
/編集後記

ちゅくるの語源

「中山間地に来る」という意味と、山地が生産の現場=つくる場、というのをかけて私たちは、「ちゅくる」と名付けました。

移住女子とは?

中山間地に惚れて移住してきた女の子たち。移住女子されど、心は地元女子。



ライター紹介  
 移住女子(左から)新田あかり(新潟県平井町) / 移住女子(新潟県平井町) / 移住女子(新潟県平井町) / 移住女子(新潟県平井町)



いつのまにか、空がひろくなっていた。

歳を主張する夏の空に比べると、幾分かやさしくなり、空も冬支度をしているよう。なんにもない。ひろい空にコンパインがバックするときのピッピッという音が山じゅうで聞こえる。こたます。「さあ補列りだ」。

補列りのなかで舞う。補列りの粉。舞い上がり、かすんで見えるひろい空間でたくさんの赤とんぼがふうふうわわわっていった。

生きるということとは、理屈ではない。

小さいなら、小さいなりの生き方がある。そして美しい場所、観光名所、おいしい食べ物...それらはこの美しい日本じゅうごまんとある。しかし、その場所を愛し、そこで自分の人生を全うし、イキイキ生活しているその人はそこにしかない。そしてなによりもそんな大人が地域を輝かせている。

先日佐渡出張に行き、まちづくりワークショップに参加した。そのときに「自分の地域の自慢はなんですか」という質問にこう答えた男性がいた。

「おらの家は本当に海のそばだから、波が荒れたときはうちごとサパーン!と波を頭からかぶるんだ。そんなのうちくらいで、それくらい波をダイレクトに感じれるところかな!」

小さな価値観の変化が足を止め、人を繋げ、後世に続くやさしい地域を作ると思う。そしてそれが私たちが含む山地のひとたちの背中を押してくれる。

今回は、移住女子がそれぞれ見て聞いた、やまの秋模様をお送りする。山も作物も生き物も命の限り燃え尽き、そして静寂の冬へと向かう。その高揚感と静かな躍動、そしてその中にある「ひと」の息づかいを、この秋分でお届けできればと思う。(編集長 坂下可奈子)

山に吹く風とおなじやさしさが  
皆様に届きますように。

山から吹く風となる。



歴史と地域を感じる  
 牛の角突き、千秋楽

「ヨシター」という勢子(せこ)たちの掛け声、一トを超え  
 る牛同士がぶつかり合う鈍い  
 音。毎年五月から十一月、小千  
 谷・小栗山闘牛場にて毎月開催  
 される牛の角突き。今年は生憎  
 の冷たい雨の中、千秋楽を迎え  
 た。長岡・山古志を含む、かつ  
 て二十村郷と呼ばれていた地域  
 で行われる牛の角突きは、全国  
 各地の闘牛とは異なり、唯一牛  
 同士の勝負をつけずに「引き分  
 け」にするところが特徴だ。国  
 の重要無形民俗文化財にも指定  
 されている。滝川馬琴の『南総  
 里見八犬伝』にも記述があり、  
 神事としても奉納されていた  
 人々の娯楽。農耕や運搬に牛が  
 欠かせなかった時代から続く、  
 牛と人とのつながりは今も続い  
 ている。



家族同然の存在

同じ牛でも一頭一頭個性があ  
 り、体つきや顔つきは様々。硬  
 い草が好きなのもいれば、そう  
 でないものもいる。のんびりやさ  
 んもいれば、ちよつと荒っぽい  
 性格の牛もいる。もはや彼ら  
 は、家族の同然の存在。牛飼  
 たちは、日々、牛に声をかけな  
 がら世話をする。それを聞く牛  
 たちの目は穏やかで優しい。そ  
 んな牛の表情を見ると、「言  
 葉は話せないけれど、心はつな  
 がっているてー。」そう語りか  
 けてくるように見えるのだ。牛  
 舎ごとにそれぞれの色があり、  
 物語がある。だからこそ、取り  
 組みそのものにも個性が生ま  
 れ、面白くなるのだ。

牛がつなぐ  
 世代の輪 地域の輪

「こ」東山小学校では闘牛を

飼っている。その名も『牛太郎』。  
 子供たちは牛や、角突きの文化  
 について触れるだけでなく、当  
 日は闘牛場の客席掃除を手伝  
 い、夏休みに実施される「牛飼  
 い修行の旅」では、子供たちだ  
 けで牛飼いの家に泊まり込んで  
 お世話を体験する。「闘牛場  
 の応援や、引き回しをする」形  
 だけでなく、自分の故郷の誇り  
 として、角突きを語れる子に  
 育ってほしい」という思いのも  
 と始まった、東山ならではの地  
 域学習だ。

表舞台に立つ勢子だけでな  
 く、牛飼いやその家族、もちろ  
 ん牛を飼っていないくても運営に  
 携わる地域の人、そしてたくさ  
 んの角突きファンに支えられて  
 長い間続いてきた角突き。小学  
 生から八十代のじいちゃんま  
 で、同じ話題で盛り上がる。角  
 突きを通して、今もたくさんの  
 繋がりが生まれている。

十一月の角突きがいつもと一

味違うのは、「年間最優秀勢子」と「最優秀牛」が今シーズンの活躍を踏まえた投票によって決定するから。これが終わると毎月の楽しみもしばらくお休み。熱い取り組みの余韻を残して、牛舎も冬支度が始まる。「良い体つきになってきたな。来年はもっと良い角突き、しような」静かな冬が、間もなくやってくる。(五味)



1 / 普段はおとなしい牛も、闘牛場に入ると目つきが変わる 2 / 全校児童 20 名の東山小学校。牛太郎の取り組みに、子供たちは熱い声援を送る 3 / 朝晩の世話は毎日欠かさない。冬の間はハザ掛けした稲藁が大切な食料となる。4・5 / 荒れ狂う牛の足に綱をかけ、鼻を取る。果敢に立ち向かう勢子たちにも注目



# 豪雪に生きる 保存するちから

寒さに徐々に身が縮こまり、色めいていた季節は過ぎてモノトーンになった風景に、目線は足元を見始める。どこか淋しげな季節、冬。今回取材に向かった中山間地、長岡市川口は三メートル以上も雪が降り積もる豪雪地帯だ。その場所は鮎魚の盛んな清流・魚野川、悠々と流れる日本一の大河・信濃川の合流地点にあり、魚が獲れ、春は山菜、秋はきのこ、冬はうさぎやイノシシを狩って食べる。とても食に恵まれた地域だ。

「教えてもらったりなんかしないよ。なんとなく覚えてるだけ。」  
 保存食である「ずいきの酢漬け」を見せてもらいながら、誰に教わったのか尋ねたらこういった返事だった。誰かが作る姿と、味を覚え、それを再現する作業なのだろう。昔は各家庭で栽培し、つくっていたそうだ。ずいきは里いもの一種「八つ頭」(やつがしら)の葉柄部分で、低温に弱く、冷蔵できないこともあって傷みが早い野菜だ。酢につけておくときれいなピンク色に染まり、長く持たせることができる。お盆に食べられることが多いが、お正月にも食べられたという。



受け継ぐ発展する

保存食

他に保存食はないかと冷蔵庫をあさっていると「かぐら南蛮味噌」がでてきた。かぐら南蛮の形はピーマンのようできてそれよりもゴツゴツとし、肉厚。味はピリリと爽やかな辛みが特徴だ。元々栽培していた新潟・山古志から広まり、川口地域でも作られるようになったと言われている。夏は炒めて食べるが、冬にも食べるためにかぐら南蛮を炒めて味噌に混ぜて食していた。今回見せて下さったお母さんはかぐら南蛮を塩麴に漬けてから「かぐら南蛮味噌」をつくっていた。昔からの知恵を活かしながら新しい保存食づくりをしていることに感動した。それだけではない。新しい保存食にも挑戦していた。「かぼちゃジャム」だ。



1/ ずいきの酢漬け。「古血を洗う」と言われ、産後の女性に食べさせたそう。



2/ かぼちゃジャム。プリンにしたり、ヨーグルトに混ぜたり食べ方にも工夫。



3/ お母さんの愛読書。日々料理の研究に励んでいる



4/ お母さんの畑。農家顔開けの広さと品揃えだった。

考えてつくったのかと質問したら「それでつくったんだよ」。目線の先にはラップ台の上にボンと置かれていた一冊の料理本。よく見ていたのだろう。読みこまれている風合いがある。「せつかく畑にできたものを捨てるのはもったいないから」と一言。今はスーパでもできて便利な時代になり、わざわざ保存食をつくる必要もないのかもしれない。しかし、今までの習慣や舌はそう簡単に変えられるはずもなく、毎年作る。やはり、丹精込めてつくった野菜を無駄にしないための知恵を絞って新たな保存食づくりに邁進する。その姿を見て、また別の若者が保存食を受け継いでいくのだろう。保存食を作り続ける人がいる限り、そのかたちは今も昔もずっと変わらないものなのかもしれない。(栗原)

田んぼが映す、  
 そう遠くないむかしのこと  
 ー時代の中で残るもの、消えるものー

赤とんぼが大きな空の中で音符となって飛んでいた。スタッカートを弾かせて、秋の雲ひとつない空に舞っていた。その向こう側で、ほくろのような鳥が、筆跡を残さず流れていった。きっと私のことも、山に張り付くほくろのようだと思いつつ風に乗って、見下ろしているのだろう。



自然に管理し、管理され

9月下旬から稲刈りが始まった。「ほんら、どじょう」と、一緒に稲刈りをしていた背戸さんは手に挿んで見せてくれた。黒い艶やかな背中が敏感に動く。と思えば、沢力ニを笑って、ホラッと投げってくる。

水の制御が難しい田んぼだった。平野部のようにコンクリートで水路が整備されているわけではなく、毎年、山から水を引く、鍬で道をつけただけの水路を掃除をする。水が溢れる山際は畦が崩れやすいから、何度か構うが思うようにいかない。人の管理の下に自然をおくことが、私のちっぽけな力量では大変な重労働だった。せえはあ言いながら管理していた、いや作物のほうに管理されていた私が、なんとか稲刈りにたどり着けた二年前初めての秋は満身創痍だった。

ものと奪ったもの、効率性と不経済性：その天秤の中で生き残る新しい形を私たちは探し求めている。(坂下)

稲刈りの一服のときに、軽下

ラの荷台に橋場さんと二人座って交わした会話を思い出す。

時を越えるよろこびと、  
 変化してゆくもの

「農業は一年かかるの？のんびりしているようで、忙しい。でもな、収穫ってうれしいだろ？収穫ってなんはうれしいんだ。」

たくさん言葉飾らずとも分かる。その顔は本当に嬉しそうだった。生まれて七十五年経とうとも、うれしいと思えるもの、なんて素敵なのだろう。その喜びの何十倍もの苦労があ

るからか。

「昔は学校も稲刈り休みがあつたなあ。刈った稲は山から人や牛、馬が運んでいた。今ほど道も良くないし、幅も狭くて牛も通れないところも多かった。大変な思い出しかない。農業がめまぐるしく変わってしまったのは昭和三十年代。稲を刈るバインダー、乾燥機、コンバイン…。機械化が進み、便利になっていったはずの農業なのに、その頃から山から人は離れていった。機械化されたからこそ、機械が入らないような田んぼはやる価値がないとか、田んぼで生計が立てれないとか、そして機械化で他の産業も発達し

て、人はそつちで働くようになって農業を助け合う人手がいなくなつたって理由で、村から人が降りていったんだ」  
 激動の時代変化の渦中にいた、山本丑松さんはそう話してくれた。

稲刈りの昼休みに、背戸のお母さんがバスケットにたくさん大きなおにぎりを詰めて持ってきてくれた。稲刈りをしていった四人で、がふがふと頬張った。

人も含め、たくさんものたちが息づく田んぼと、ひっそりと忘れられてゆく田んぼがある中で、また秋がめぐられてゆく。そして米は今年も誰かのもとへ届けられる。時代が山へ与え



1/ 輝く稲穂  
 2/ 稲刈りをする星野昭一さん



# 初秋から冬、そして春へ ~雪国の暮らしの風物詩~

燻炭づくりの様子

## 秋終い

雪国は、何と言っても雪との闘い。雪との格闘は、雪が降る前から始まる。

栄村には「秋じまい」という言葉がある。漢字で書くと、おそらく「秋終い」。秋が終わる前に、冬に備え、そして春先を見越して、「秋を終（しま）う」。稲刈りが終わった直後、里には優しい煙が立ち上る。それは、「秋じまい」が始まるよ」と知らせる狼煙のよう。「燻炭」だ。稲刈り後、脱穀した時に出た大量のもみ殻。いまでは山や空いた土地に捨てることが多くなったが、まだまだ燻炭を作る家も健在だ。

もみ殻を燻炭器の周りに集めて山にする。火を放ち、じわじわと全体に火が回っていき、もみ殻の炭が出来る。頃合いを見て水をかけ、火を消したあと、乾かして完成。

春先には、残雪の上に散布される。真っ黒な燻炭は日光を集め、雪を融かすのを早めるためだ。また、苗箱や田んぼに入れて通気性を良くしたり、殺菌作用もあり病気をしにくくという。作った農作物を一切無駄にしない暮らしの知恵。燻炭は春が来るまで、燻炭は倉庫で出番を待つ。

晩秋のころには、各家々で「雪囲い」が始まると、いよいよ「冬」の気配を感じる。栄村の積雪は、毎年平均3m。風雪から家を守るため、一階の窓という窓に木の板（落とし板）をはめていく。この囲いがないと、雪は窓を突き破ってきて家を傷めてしまうのだ。

栄村の家の多くには「たね」と言われる池がある。池と言えば、観賞用の鯉を飼ったりするイメージだが、この「たね」はすぐれもの。夏場は野菜を洗ったり、農作業後には道具や



秋の道普請、大量の落ち葉が水路を埋める。

長靴を洗ったりするが、その「たね」が大活躍するのは冬。溜まった雪を「たね」に入れば、ほとんど雪を消してくれる。たねは深いほど水が溜まり、雪も消しやすくなる。各家のたねは、自主管理のため、冬が来る前に種の泥出し作業も必須の作業だ。

## 共同作業で冬に備える

「秋じまい」のハイライトは、道普請（みちづしん）。むらには、「普請」や「お天馬」と言われる共同作業がたくさんある。時には、朝飯前（栄村では「ちやめ」と言う）に作業を行う。道普請も共同作業の一つで、農道や水路の整備を行う。

「整備」といっても、大きな重機を使うのではなく、スコップや竹ぼうきなどを使って、農道や水路にたまった落ち葉や泥を片づけていく。広葉樹の多い



雪囲いの設置

山では、美しい紅葉を見せてくれるが、実は落葉した後が厄介者。農道、水路などに大量の落ち葉が堆積する。秋のうちに、この落ち葉を取り払っておかないと、水路がつまり、春の田んぼ作業に支障をきたす。

「お米を作る」ということは、農道や水路を維持することが大前提で、秋にこの作業は欠かせない。

道普請は、基本的に集落の全世帯から一名が出役する。青倉集落の場合、棚田が多いため、農道も水路もアップダウンを繰り返す。標高二百五十mから九百mを超える貝立山のすぐ近くまでが道普請の対象で、集落みんなで協力し、冬に備える。秋が終わわり、冬が来る。都会ではコート一枚はおること、季節の変わり目を感じるだろう。むらでは、暮らして共同体の活動で季節の代わり目を感じ、冬を迎える。（渡辺）



各家に欠かせない「たね」

移住女子の胸の内・・・。お金編

# リあるむらぐらし

- どう使う!? 移住女子のお財布事情 -



びっくり...  
むらぐらしコスト

**五味**：こつちにてきて驚いたのは区費が高いこと！軒数によっても異なりますが、年間二〜六万円くらいかかる所もあると聞きました。

**渡邊**：私が住んでる栄村も年間一万円かかるけど、それは高いな。

**五味**：冬場の除雪も含めて、集会所や神社などの施設を維持するのが大変だから、軒数が少ない集落はどうしても高くなってしまいますよね。

**渡邊**：そういう意味でいうと、栄村では子どもがいない家もPTA会費を支払わなくちゃいなくて、年間三百〜五百円程度なんだけど私も払ってるよ。神社の賛助金は年間三千円くらい。

**五味**：ガソリン代、車税、車検、タイヤ交換も意外とかかりますよね。

**栗原**：車はむらぐらしにかかせないから仕方ないとはいえ、ちゃんと考えて暮らさないといけないね。

都会は誘惑いっぱい！

**渡邊**：移住してから地域に支払う割合が多くて、自分に支払う割合が少なくなってきた気がするな。

**五味**：こつちでは飲み会の会費三千円が大金に思えますよね（笑）。移住してからは洋服もあまり買わなくなりました。

**栗原**：わかる！おしゃれよりも動きやすさだったり、必要不可欠なものを選ぶようになったな。

**渡邊**：都心に住んでると誘惑も多いよね。移住前は仕事終わりに家帰るまでに何軒もデパートがあった。

**坂下**：私は移住してからケーキ屋さんに行かなくなりました（笑）

**渡邊**：「お金使って食べよう」という場所があまりないよね。レストラン行くにも町場にわざわざ出ないといけないし。

多様な働き方を実践！



お金ではない、

物と手間のやりとり

**栗原**：中山間地に移住して一番助かっているのは食費だよな！

**渡邊**：家に帰ったら玄関前に大量の野菜が置いてあって...驚きとともに、感激するよね。「かあちゃん、ありがとう〜」って。

**五味**：私も集落の人からのお裾分けはとっても助かりました。しかも、すぐそばの畑で採れた旬の野菜をお料理して食べられる、そういう部分は最高に贅沢だなあって思いました。

**坂下**：「お裾分け」は「お福分け」とも言いますし、嬉しいですよな。

**栗原**：野菜を頂くだけじゃなくて、お料理を頂けるのも嬉しいよね。お茶に行った時に食べさせてくれたり、持ち帰らせてくれたり。

食生活は充実して豊か！



区費が高いことに驚き！



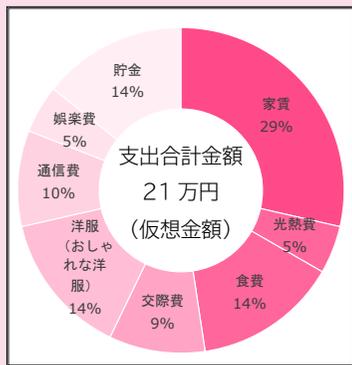
**五味**：収穫物を捨てることなく料理するから、おいしいちゃん、おばあちゃんたちの二人暮らしでは食べきれない量を作ってしまったって「たくさん作ったから食べて〜」と言って頂けることもありますよね。その時は喜んで美味しく頂きます（笑）

**坂下**：自分たちで畑をやっているからこそ無駄にしないんでしょうね。その気持ちは私もわかります。

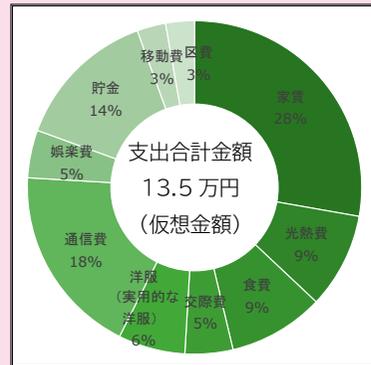
**渡邊**：田舎では、食事の面でひもじい思いはしない気がする。

**栗原**：頂きものしたらパソコンのお手伝いしたり、手作りのお菓子を渡したり、自分ができることをお返ししてるんだけど、とても喜んでもらってるよ。

**坂下**：お金を介さない、昔ながらの「ものを頂いたり、送ったり」という物々交換はなんだか温かみがありますよね。そんなやりとりができるのも地方暮らしの素敵なのところですよな。



都市部で生活していた頃の支出割合



地方で生活している支出割合

お金の使い方に変化！



都会暮らしでは知らなかった思いがけぬ出費が移住女子の中で持ち切りに。地方暮らしは収入を得るのも大変だけれど、人のつながりによって生まれる物や手間のやり取りで支出も少ない。そんな豊かさを今回の対談で感じた移住女子たちでした。

心もほっこりするような、温かい料理が恋しくなる季節にぴったりな今回のレシピは、小千谷市塩谷集落に暮らす星野オキさんが作る「大根煮」。この辺りでは「おでん」よりも「大根煮」が定番。「大根は人気があつてすぐ無くなつちゃうから、多めに入れたりね。」収穫まで四年かけて作った手作りこんにゃくも、ぶりぶりとしてとても美味しい。

夫婦二人三脚で、手間をかけて野菜を作る。「二人でやっているからできること」。オキさんにとっての野菜作りは「生きがい」であり、心が癒されるものだという。「人と会って話すのが好きだからね。こうやっていつも多めに作るの。」そう話すオキさんの苗起しから始まる野菜作りは、心のこもった料理となつて、多くの人を笑顔にさせる。(五味)



### ～材料～

- ・大根 2分の1本
  - ・サトイモ 5個
  - ・にんじん 1本
  - ・自家製こんにゃく 200g
  - ・結びこぶ 1.0'0g
  - ・練り物（ちくわ・さつま揚げ等）適量
  - ・砂糖、醤油、塩、酒、みりん 適量
- ゆで卵、干しシイタケ等、その時にある具材を入れる

### すっくりかたす

#### 〈大根煮〉

- ①大根は厚めに半月切りにし、面取りをしてから下茹でしておく。サトイモは崩れやすいので大き目に切る。他の具材も食べやすい大きさに切る。
- ②鍋に大根、昆布、練り物、こんにゃく、サトイモの順で入れ、強火で煮る。先に少し醤油を入れ、吹きこぼれにくくする。
- ③サトイモに火が通ったら中火にし、醤油、砂糖、酒、みりんで味付けをする。
- ④にんじん、かまぼこを入れ、全体に火が通ったら具材の上下をひっくり返す。最後に味を調える。
- ⑤全体に味が染みたらできあがり！



## まな板リレー

～つなげたい、まな板の上の芸術～

まな板ランナー ②

小千谷市  
塩谷集落

# 星野 オキ

さん

「畑がぎゅっつまった大根煮」



# 会いた いせが れ

## 間野 龍

### せがれデータ

- 名前 間野 龍
- どこで会える？  
新潟県小千谷市東山地区
- 年齢 25歳
- 職業 養鯉業（錦鯉）
- 休日の過ごし方  
生き物相手なので休みはないです！
- 好きな食べ物 魚沼産コシヒカリ
- 好きなタイプ 愛想のいい人

東山の大学に行つて、俺、東山が、小千谷が好きなんだなと思つて戻ってきた。改めていいなと思つたのは人かな。この辺は錦鯉発祥の地。闘牛もあるし、若い人の元気があって仲も良い。小千谷で養鯉やってる先輩達の仕事に対する姿勢や情熱は、全部尊敬してる。

やりがいを感じるのは鯉の成長が見えるとき。生き物つて、やっつてことはほとんど変わらないのに、毎日見るか見ないかで全然変わる。やっただけついてくるから結果が出れば嬉しいし、出なくても次こそは！とモチベーションになる。

♥会いたいポイント♥

仕事や地域への愛はもちろん、盆踊りでは渾身の太鼓を響かせ、夏祭りでは尾崎豊を熱唱する、そんな龍さんはみんなから慕われている人気者なのです！（五味）

### 東山を選んだ理由

### 仕事のやりがい



### オンナノコの本気の農業を支える。

「NORAGIプロジェクト」とは、本気で農業をする女の子向けのカワイイ農作業着を作るプロジェクトだ。発端は農業女子会。いつも話題に出るのは「農作業着」についての悩み。売られているのは肩幅も股上も大きく異なる男性サイズのものばかり。また、女性ものになったとたん生地が薄くなり機能面も劣るなど、急に着衣の仕事への「本気度」が下がる。

さらに農に向かうワクワクを上乗せしてくれるような制服が欲しかった。そして着るものは、こころも歩みも前向きにさせてくれる。そんな乙女心を大切に、池谷集落への訪問で知り合った東京の服飾デザイナー大塚雪絵さんと、地元女子を代表して森原悠さん、そして移住女子の坂下の三者を中心に NORAGI チームで開発が始まった。

現在 4 回目の試作品が作られ、12 月予約販売開始を目指している。NORAGI をまっとうたオンナノコが山地の農業に新たな彩りを与える日は近い。

### NORAGI情報

- ・12月12～14日、東京ビッグサイト開催「エコプロダクツ2013」にて展示、プレ予約販売を開始予定！
- ・ChuCluでも「販売協力」として今後、誌面販売を開始予定です。どうぞよろしくお願ひします！



ちゅくるを食べてよう！  
メニューコラボ企画  
ありがとうございました！



この度、移住女子のお野菜を使って地元飲食店の皆様とコラボ企画をいたしました！  
驚くほどの変身を遂げた作物たちに驚きが絶えませんでした。  
売上の一部はちゅくる制作費にご協力いただきました。本当にありがとうございました！

＼ちゅくるパフェ／



SUZUDELI  
(鈴木将さん)

温かい大学芋にさつまいもクリームが絶妙な豪華「さつまいもとリンゴのコンポートパフェ」が完成。「一番甘いさつまいも」と大変好評でした。

＼シュークリーム／



Patisserie Café VIGO  
(河上剣斗さん)

茶豆のシュークリーム、丸ナスの驚き「ナッスルパイ」、ナスチーズケーキ、そしてスイートポテトを展開。どれもシェフの人柄が現れるような優しい味のものばかりで華やかな変身でした。

＼ちゅくるペンネ／



越後妻有のごちそう家ごったく  
(福岡恭子さん)

榮村のズッキーニと、坂下の丸ナスでトマト風味のそばペンネ。秋にはカボチャのそばパスタが完成。素材の際立つ、包み込むような母の味が大変好評でした。

NEW!!

【ChuCluウェブ開設！ 最新情報はこちらでチェック！】

<http://inacollege.jp/iju-joshi/>



あなたとちゅくるがつながる、ちゅくるからのご報告やお知らせをお届けします。



サンキューパーティー開催！  
ありがとうございました！



9月7日(土)、レストラン六本木農園にてちゅくる発刊記念サンキューパーティーを開催。移住女子の野菜を使った特別ビュッフェとともに、50名近くの皆様と交流し大変盛況に終わりました。



新潟県立津南中等教育学校にて講演をさせていただきました。



10月17日(木)津南中等教育学校で進路講話をしました。代表の生徒からは「進学で地元を離れてもまた戻って、地域のために何かしたいという気持ちがさらに強くなった」とお言葉をいただきました。



「エコプロダクツ 2013」  
に出展！



12月12～14日、東京ビッグサイトにて開催される環境展示会「エコプロダクツ 2013」に出展いたします。小間番号 6-904「きっこうズ GREEN ネットワーク」内です。ぜひお越し下さい。



ちゅくる便、  
ちゅくるサポーター制  
(仮) など準備中



今後も山のものを皆様にお送したりご支援いただける仕組みを準備中です。乞うご期待！



# こいのこい 1000年ストーリー

移住女子がみる、映画のような移住ストーリー

## 過去から未来へ

長野県栄村小滝集落

約三百年前、小滝は存続の危機に立たされていた。村に伝わる鳥田家文章には「水が無く、越後に逃げる」の文字。田んぼを作るための水が不足し、村民は隣の新潟県に逃げて行った。飯山藩主に直談判。山奥から水路を村民総出で作り、米作りが復活。村が次へ繋がった。

そして現代。二〇一一年の長野県北部地震で大きな被害を受けた小滝。十六世帯から十二世帯に。小滝存続の危機が再びやって来た。小滝の人たちは言う。

「復興は三百年先を見据えるぞー」。三百年前の危機を乗り越え、そしてさらに三百年先を見据える。目先のことではなく、未来を見る、自分たちで動くのだ。

(渡辺)



## いさばさの天声人語



今日のいさばさ  
栄村・元村長 高橋彦芳

人間は誰でも生まれた地域の自然や文化を心に刻みながら育っていく。それは量的にも多様であり、質的にも薄っぺらではなく深いものがあるような気がする。文明が進んで行くと何でも知っているようだが、それはとても薄っぺらで人生の血となり肉となるようなものではないと思う。(渡辺)



「ちゅくる」を置くスペースをくださる方  
移住女子とコラボメニュー、コラボ商品を開発してくださる方  
ちゅくるを広く広報してくださる方、その他とにかく移住女子と  
チャレンジしたいことのアイディアをお持ちの方！  
お気軽に下記お問い合わせ先よりご連絡いただければ幸いです。

## ChuCluちゅくる vol.2 秋号 (2013年11月25日発行)

発行人 いいがたイナカレッジ事務局(公益社団法人中越防災安全推進機構 復興デザインセンター)

ライター 坂下可希子(編集長) 渡辺加奈子(副編集長) 栗原望京・五味希 制作・事務局 日野正基(いいがたイナカレッジ事務局)

### 問い合わせ・連絡先

〒940-0062 新潟県長岡市大手通り2-6 フェニックス大手イースト2階 長岡震災アーカイブセンターさおくまらい内  
TEL: 0258-39-5525 FAX: 0258-39-5526 E-mail: chuclu@inacollege.jp URL: <http://inacollege.jp/>

1ターン留学  
いいがたイナカレッジ