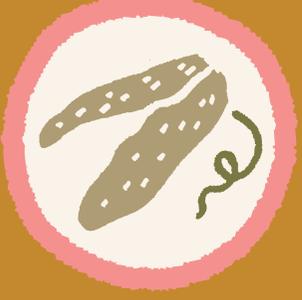
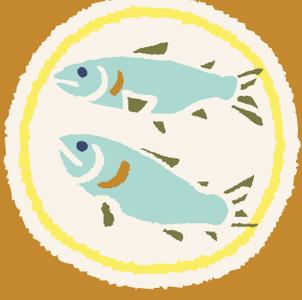
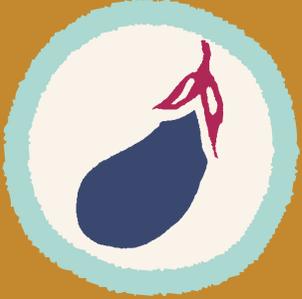
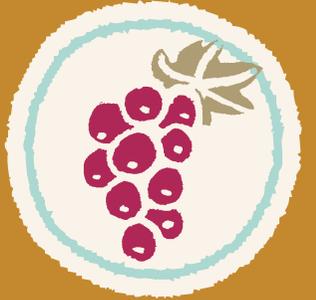


ふるさと  
の味を知る

# おかざまきの「食」再・発・見



ふるさとの味を知る

おかずまきの  
「食」  
再・発・見



萬歳



34

むらさき麦



32

ぶどう



30

いちご



28

法性寺ねぎ



26

自然薯



24

なす



22

高橋にんじん



20

野菜・果物



19



目次

はじめに



4

料理・菓子



5

煮味噌・味噌田楽



6

コラム 鮎の煮浸し



11

コラム 焼味噌



12

つくってみよう

煮味噌／焼味噌／いがまんじゅう



13

いがまんじゅう



14

全国いがまんじゅうマップ



16

コラム あわゆき



18



# 料理・菓子



## はじめに

豊かな矢作川と山々に守られた場所。岡崎の歴史は古く、多くの史跡や史実、偉大な先人の跡を今に残しています。そこには歴史に登場しない多くの人々の営みもあり、地域の風土に根ざした食文化が発達してきました。

平成二十八年、岡崎市は市制一〇〇周年を迎えます。これを機会として、郷土の食に注目し、そこに残された記憶を辿り、現在のありようを見聞きし、食の文化を保存するべく、「ふるさとの味を知る おかざきの『食』再・発・見」を発行しました。

この本によって郷土の食の、また、岡崎の魅力を再発見していただき、新しい世代へ食文化を伝える架け橋としていただければ幸いです。

# 煮味噌・味噌田楽



大きな味噌だるが並ぶ蔵の中 (写真提供：株式会社カクキュー八丁味噌)

「八丁味噌」は、矢作川左岸の岡崎八町村（現八帖町、江戸時代には八丁と記載されることもあった）で、古くから製造されてきました。大豆を麴化させ、塩と水だけを加えて造られた、独特の風味を持つ豆味噌で、今では全国に知られる岡崎の代表的な名産です。

中世より矢作の交通・物資の集散地だった八町村、近世には矢作川の舟運によって、味噌の材料を運び込むのにも便利な場所でした。江戸時代から、早川家と大田家が作る八丁味噌は特に評判が良く、現在でも両家は「カクキュー」「まるや」の商号で、製造を続けています。両家の家伝によれば、味噌作りの始まりは戦国期あるいは室町時代初期にまで遡ります。

この土地で昔から親しまれてきた八丁味噌は、各家庭の台所にも浸透し、独自の食文化を生んできました。その代表例としてあげられるのが郷土食の「煮味噌」と「味噌田楽」です。

煮味噌は、その日にある食材を鍋に入れ、味噌で甘辛く煮付けた料理。それぞれの家庭で作られてきたものだけに、具材や作り方に

決まりはなく、その家ならではの工夫やこだわりが現れ、二つと同じ味はありません。献立が豊富になった昨今、食卓にほとんど登場しなくなった家庭もあるようですが、少し前までは、この地方のおかずの定番でした。

味噌田楽と聞き、思い浮かぶ料理は二通り。一つは、豆腐・こんにゃく・里芋などを串に刺し、焼いて甘味噌を塗ったもの。もう一つは、鍋にだし汁・大根・こんにゃく・豆腐などを入れて温め、甘味噌をかけて食べる「味噌おでん」と呼ばれるものです。事前に行ったアンケートの結果、岡崎では後述の温める方を、味噌田楽と呼ぶ家庭が多いことがわかりました。

某日、家庭の味の違いを調査するため、JAあいち三河女性部、岡崎市食育推進ボランティアの皆さんにご協力いただき、普段作っている煮味噌や味噌田楽を再現していたいただきました。

呼び名は同じでも、材料から作り方、見た目まで、それぞれが異なり、各家庭の歴史が感じられる、興味深い料理が並びました。

以下では、それをご紹介します。



煮味噌

お鍋の中をのぞいてみました



煮味噌七

豚もつと味噌の相性は抜群



煮味噌三

みかんの皮は最後に投入



煮味噌一

ねぎ、かつお節、梅味噌の香り



煮味噌六

[具 材] 豚こま、大根、にんじん、白菜、ごぼう、里芋、えのき、まいたけ、ねぎ

[調味料] 赤味噌、だし汁



だし汁で野菜に軽く火が通るまで煮てから、豚肉と赤味噌を入れて煮込み、最後に葉物野菜を入れます。砂糖は入れません。豚肉の代わりに、練り物を入れても美味しいです。

● JA あいち三河女性部



煮味噌五

[具 材] 大根、にんじん、白菜、しめじ、ねぎ、かつお節

[調味料] 赤味噌、だし汁



上にかけてかつお節が、あっさり味のアクセントになります。農家の女性は男性とともに朝から畑仕事をし、帰って夕食を作るという多忙さ。家にあるものでできる煮味噌は、女性の強い味方でした。

● JA あいち三河女性部



煮味噌二

[具 材] 豚肉、豚もつ、にんじん、里芋、白菜、なす、ねぎ

[調味料] 赤味噌（自家製）、ごらめ、酒、だし汁

普段はあり合わせのものを土鍋に入れ、ストーブにかけて煮込みます。沢山の野菜を食べられるのが良い。煮味噌が郷土料理だと知ったのは大人になってから。みんな食べている物だと思っていました。

● 岡崎市食育推進ボランティア 月東さん



煮味噌一

[具 材] ねぎ、かつお節

[調味料] 赤味噌、梅味噌（自家製）、砂糖、酒、だし汁

ねぎとかつお節だけで作った煮味噌、自家製の梅味噌が隠し味です。ご飯がどんどん進みます。とろりとしたねぎとかつお節の香りがたまりません。一番よく作る月東家の定番です。

● 岡崎市食育推進ボランティア 月東さん



煮味噌八

[具 材] 鶏レバー、こんにゃく、ねぎ、しょうが

[調味料] 赤だし味噌、砂糖、だし汁



大阪から名古屋に嫁ぎ、煮味噌を作るようになりました。レバーは夫が好きなため、入れています。固くなるので、煮過ぎには注意。こっくりとした甘辛い味噌と、鶏レバーの相性が完璧です。

● 岡崎市食育推進ボランティア 大谷さん



煮味噌七

[具 材] 豚もつ、大根、にんじん、れんこん、ごぼう、里芋、こんにゃく、いんげん、しょうが

[調味料] 八丁味噌、ごらめ、酒、だし汁



瀬戸から岡崎に嫁ぎ、煮味噌を知りました。家では前日のどて煮に野菜を追加して作っています。「冷蔵庫のお掃除」の感覚で、いろいろなものを入れますが、根菜はこの料理によく合います。

● 岡崎市食育推進ボランティア 井上さん



煮味噌四

[具 材] 大根、にんじん、里芋、ねぎ、こんにゃく、さつま揚げ

[調味料] 赤味噌、酒、みりん、だし汁

幼い頃、母がよく作ってくれましたが、少し苦手でした。父が肉が嫌いなため、肉入りの煮味噌は知りません。この企画をきっかけに家で作ったところ、家族に好評でした。時々作りたいと思います。

● 岡崎市食育推進ボランティア 江河さん



煮味噌三

[具 材] 大根、にんじん、えのき、ねぎ、油揚げ、白菜、みかんの皮

[調味料] 赤味噌（自家製）、だし汁

結婚し、祖父の要望で具にみかんの皮を入れ始めた祖母。今も変わらず青山家の定番です。みかんの皮は4等分くらいにむいて、すぐに火が通り崩れてしまうので、火を止める少し前に入れます。

● 岡崎市食育推進ボランティア 青山さん



◆煮味噌いろいろ

好きなものを味噌で煮る、ただそれだけ。しかし、出来上がった煮味噌は千差万別。面白いほど、見た目も味も違います。

レシピに決まりはありませんが、食材の傾向として多かったのは、にんじん、大根などの根菜と、白菜、ねぎ。そこにきのこ、こんにゃく、厚揚げ、肉やホルモンなどが加わります。中にはみかんの皮、という驚きの食材も。

味付けは、味噌はもちろん共通ですが、酒、砂糖などは入れたり入れなかったり、全く砂糖を使わない、濃い味噌汁のような味付けや、みりんのみの甘みで、あっさり仕上げたものもありました。

出来上がった煮味噌も、こってり派、つゆだく派、さらっと炒め煮派など様々でした。

どれもご飯のお供にぴったり、様々な食材を一度に食べられるのも良い点で、改めて煮味噌の魅力に気付かされました。

何が入っているの？ どうしてそうなったの？ 家庭の煮味噌を作っていたら、試食するとともに、その味に隠れた物語をお聞きしました。

## ◆味噌田楽いろいろ

煮味噌ほどの違いはありませんが、こちらにも各家庭の個性が出ていました。特に味噌の固さはそれぞれ異なり、ソースのようにさらりとした物から、箸ですくえるほど濃い物まであります。作り置きし、他の料理に応用することが多いようです。

人気の材料は揚げ出し豆腐とこんにゃく。調理法は、湯やだし汁で茹でたり、油で焼いたり様々でした。



[具 材] 大根、里芋、にんじん、ブロッコリー、ちくわ、こんにゃく、  
[調味料] 赤味噌、三温糖、白砂糖、しょうが、だし汁

出汁に調味料を加えて煮詰め、しょうがの絞り汁を入れます。味噌は使い回しがきくので、多めに作って保存すると便利。

● JAあいち三河女性部



[具 材] 大根、こんにゃく、焼き豆腐  
[調味料] 赤だし味噌、砂糖、だし汁

大根は茹で、湯通したこんにゃく、豆腐はフライパンで水分をとばします。田楽味噌を応用して煮味噌にも使います。

● 岡崎市食育推進ボランティア 大谷さん



[具 材] なす、厚揚げ  
[調味料] 八丁味噌、ざらめ、酒、だし汁

この味噌は何にでも合うので、季節の野菜にかけたり、肉味噌にしたりして、様々に楽しめます。

● 岡崎市食育推進ボランティア 井上さん



[具 材] 厚揚げ  
[調味料] 赤味噌、砂糖、だし汁

味噌は冷えても固くならない程度に煮詰め、厚揚げは煮るのではなく、フライパンで焼き目をつけます。

● 岡崎市食育推進ボランティア 青山さん



[具 材] 里芋、大根、なす、こんにゃく、焼き豆腐、ゆで卵、さつま揚げ  
[調味料] 赤味噌、みりん、砂糖、だし汁

だし汁に具材を投入していき、なすは油で焼きます。赤味噌、みりん、砂糖を鍋に入れ、だし汁でのぼして、具材に添えます。

● 岡崎市食育推進ボランティア 江河さん

名作に登場した岡崎の食

## 鮎の煮浸し



岡崎宿に至った弥次さん喜多さん、お昼を食べようと入った茶屋で、店の女に「なんぞ味へものはなしかの」と聞いたところ、「あゆのにびたし」が出されます。それを食べた弥次さんは「こいつはうめへ。」と一言。十返舎一九「東海道中膝栗毛」の一文です。

岡崎のおいしい物として登場した鮎の煮浸しとは、どのような料理なのでしょう？ くらがり溪谷の入口に店を構え、現在でも鮎の煮浸しを作っている一升さんに、お話をうかがいました。

一升さんでは生きた鮎を使います。腹わたをぬき、皮に焼き目がつくまで焼いた後、竹ひごを敷いた鍋に並べ、番茶で煮ます。煮こぼしした後、酒と水で骨が柔らかくなるまでさらに煮て、砂糖と醤油を加えて照りが出てきたら完成。時間のかかる、大変な料理です。できあがった煮浸しは、甘露煮よりもあっさりとして柔らかく、上品な仕上がりになります。

昔から保存食として家庭でも作られていたという鮎の煮浸し。手間暇がかかることや、他の食材などにおされ、現在ではあまり口にする機会はありません。

名作に登場した、かつての岡崎の名物料理のお話です。

## 作ってみよう! おかぎきの食

掲載された料理の中から、以下の一般的なレシピをご紹介します。  
今ではあまり家庭で作られなくなった「焼味噌」や「いがまんじゅう」も、かつてはそれぞれの家で手作りされていました。  
作って食べて、郷土の味の魅力を再発見してみましょう。

楽しいよ! /



### 煮味噌



#### ■ 材料(4人分)

大根: 200g  
にんじん: 100g  
ねぎ: 100g  
里芋: 200g  
厚揚げ: 4個  
こんにゃく: 150g  
赤味噌: 100g  
砂糖: 25g  
だし汁: 200ml  
サラダ油: 大さじ1

#### ■ 作り方

- ① 大根、にんじんは1cmの厚さの輪切りまたは半月切り、里芋は輪切り、ねぎは4cmの長さのぶつ切りにする。厚揚げは二つに切って熱湯をかける。こんにゃくはひと口大に切ってゆでる。
  - ② 鍋にサラダ油を熱し、①を炒め、だし汁を加える。
  - ③ 煮立ったら火を弱め、材料がやわらかくなったら赤味噌、砂糖を加え、味噌が溶けるまで煮る。
- ※ごぼう、レンコン、じめじなどを入れると歯ごたえがよく、肉類を入れても美味しいです。  
※野菜は炒めず、そのまま煮ることもあります。

### 焼味噌



#### ■ 材料(12個分)

・赤味噌(豆味噌が良い): 60g  
・ねぎ  
・しょうが 適量  
大葉、ごま、クルミなども合う。

#### ■ 作り方

- ① ねぎ・しょうがなどの材料を細かく刻む。
- ② 刻んだものを赤味噌と一緒に手で混ぜる。
- ③ 直径3cm程度に丸め、厚さ1cm程度にのばす。
- ④ 網で、焦げすぎないように注意し、表面が固くなるまで香ばしく焼く。トースターでも簡単にできる。

### いがまんじゅう



#### ■ 材料(12個分)

・米粉(上新粉): 200g  
・白玉粉: 30g  
・小麦粉: 大さじ2  
・熱湯: 300ml  
・砂糖水[砂糖大さじ3、水200ccを煮立てておく]  
・こしあん(つぶあん): 180g  
・もち米: 20g  
・食紅(赤・黄・緑など) 少々

#### ■ 作り方

- ① 食紅を水で溶き、もち米をひたし着色する。※前日からつけておくとうまい。
- ② あんは、12個に分けて丸めておく。
- ③ 粉(米粉・白玉粉・小麦粉)をふるいにかけておく。
- ④ 米粉・白玉粉・小麦粉に熱湯を加え、耳たぶくらいの固さに練る。
- ⑤ ④を3~4個に分けて蒸し器に入れ、強火で15分蒸す。
- ⑥ 蒸したらボウルに取り出し、砂糖水(温めておくとうまい)をつけながらこねる。
- ⑦ ⑥を12個に分け、砂糖水をつけながら丸く伸ばし、②のあんを包む。
- ⑧ 着色したもち米をのせ、10分蒸す。※クッキングペーパーを敷くとよい。

## 焼味噌

戦国武将も食した保存食



家康行列の参加者に配られた「家康弁当」。おにぎりの横には焼味噌が添えられています



お皿にのった小さく平たい味噌の団子。かじると焼けた味噌の香ばしさと、塩味、薬味の風味が、口いっぱい広がります。ご飯にも酒にも合い、これがあれば他のおかずはいらないくらいです。

かつて焼味噌は、各家庭の自家製豆味噌などを使い、保存食として作られていました。手軽にたんばく質や塩分をとれることから、戦国時代から兵糧(戦時の軍隊の食糧のこと)として、兵士たちが携帯していた歴史もあります。家康に仕えた大久保氏の家伝「大久保家留書」には、上和田の大久保忠世(ただよ)の屋敷を訪れた家康に、忠世の妻が、湯漬けに風味の良い焼味噌を添えて出したところ「七郎右衛門が妻は世帯持良からん」と褒められた、というくだりがあります。

八丁味噌の名前の由来となった八帖町に店を構える八丁魚光さんでは、移店した昭和五十八年ごろから、焼味噌をメニューに加えています。出していたいたのは二種類、濃く塩味が強いものと、ほんのり甘く沢山の具材入りのもの。両方とも八丁味噌を基本に、ごま、ねぎ、くるみなどを加えて丸め、炙ってあります。

三河の武将たちに思いをはせつつ、焼味噌で一杯。オツな味わいです。



3

色付けした生のもち米を上まぶす



1

上新粉や水などを合わせよく練る



2

あんと餅を適量取り分け、あんを餅で包む



4

均等に間隔をあけ並べ、蒸し器に入れる

製造工程を  
見学しました  
(日乃出軒さん)



蒸し器から出てきたばかりのいがまんじゅう、ほかほかツヤツヤです

# いがまんじゅう

三月の桃の節句に食べる和菓子  
といえば、おなじみの「いがまん  
じゅう」。ひな祭りが近づくと、あ  
たりまえのように和菓子屋やスー  
パーの店頭に並びます。

しかし実はこれ、三河地方の限  
られた風習。全国的に類似するお  
菓子はあっても、雛菓子としてい  
がまんじゅうを食べるのは、この  
地方独特の文化なのです。

そもそも、いがまんじゅうという  
名前は、どこから来たのでしょうか？  
語源には四つの仮説があります。

その一…三重県伊賀市から渡っ  
てきた説。伊賀には同じ形態の「い  
が餅」があります。

その二…表面の餅米が栗の毬に  
似ていることから名付けられた説。

その三…かつてあった三重県庄  
野亀屋の名物「飯香餅」からの説。

その四…表面にのせた黄色のも  
ち米を「稲花」に見立てて、豊作  
祈願とした説。

確証はありませんが、過去の文

## 備前屋



こしあんの定番三色に加え、草餅があります。つぶあんを  
求める声に答え、相性の良い草餅で作られました。小ぶり  
で形が良く、つやのある餅が可愛い印象です。

## 日乃出軒



白い餅に三色の米をのせた定番。つぶあんとしあんの両  
方があります。丸く素朴な形には、手作りの温かみを感じ  
られます。店が創業した大正元年から製造されています。

## 岡崎市内のいがまんじゅう

### 旭軒元直



米ではなく、生地が菱餅と同じ赤・緑・白に色付けされて  
います。こしあんを使用。淡い色合いが春らしく、雛菓子に  
ぴったりです。「季節」を大切に考え生菓子を作っています。

### 五万石藤見屋



白い餅はこしあん、赤と緑の餅はつぶあん。  
色づけされた米は華やかです。その時期に一番美味しく感  
じられるよう、材料の配合を工夫しています。

献から、栗の毬説が有力とされて  
います。「いが(毬)餅」を辞書で  
調べると「しんこ餅で餡を包み、  
その外面にもち米をつけて蒸した  
菓子」とあり、いがまんじゅうは  
いが餅の一種だと定義できます。

いが餅が史料に登場するのは江  
戸時代の後期、はじめは京、続い  
て江戸、尾張名古屋の順で、菓子  
屋で製造・販売されていました。

岡崎市では、明治末から大正にか  
け、すでに雛菓子として定着して  
いました。当時は店で購入するほ  
か、各家庭で作ることも多かった  
ようです。

三河のいがまんじゅうの特徴は、  
三色に色づけされた餅米が飾られ  
ていること。なぜ雛菓子となった  
かは分かっていませんが、その華や  
かさの一つの理由と考えられます。

赤・緑・黄色の役割として現在では、  
春を表現する桃の花・新芽・菜の花、  
または厄除け・茂り・実りの意味  
があるなど、諸説あります。

いがまんじゅうに似た菓子は全  
国各地にあり、岡崎市内だけでも  
店によって少しずつ違いがありま  
す。いくつかのお店のいがまんじゅ  
うを比べてみました。

# 全国いがまんじゅうマップ

全国に数多く存在している「いがまんじゅう」の仲間たち。名前の由来、色や大きさ、販売時期など、地域ごとに個性がありました。銘菓として一年を通して販売されているものを除くと、日本海側は夏に、太平洋側は冬から春にかけて食べる人が多いようです。つぶあんを使用しているのが太平洋側に偏っているのも、季節との関係があるように思われます。いがまんじゅうの定義を、「餡を包んだ餅（饅頭）の表面に餅米を付けたもの」とし、各地にちらばる仲間を集めました、その一部をご紹介します。



**1** 稲花餅 山形県蔵王温泉  
【稲花餅の里 さんべ】

豊作の願いを込めて、黄色い米を稲の花に見立てています。蔵王温泉の名物。小ぶり、笹の香りが良く、優しい甘さです。



**2** いがまんじゅう 埼玉県鴻巣市  
【田嶋製菓舗】

饅頭を赤飯で包んであります。赤飯を穂に見立て命名されたと言われていて、大人の拳くらいの大きさがあります。饅頭の甘さと赤飯の塩味が絶妙。



**3** いが餅 新潟県三条市  
【創業文政 敦賀屋長吉 つるがや】

夏場七～九月に、販売しています。餅の上に飾られたピンクの米が、とても華やかです。やや大きめで平べったい形をしています。



**4** いがら餅 富山県富山市  
【石谷もちや】

見た目のイガイガが名前の由来といわれます。餅粉をまぜたもっちりとした生地と、ほんのり色づけされた米が特徴で、夏季限定。



**5** えがらまんじゅう 石川県輪島市  
【饅頭処 つかもと】

鮮やかな黄色の米が、餅の両面に付けられています。加賀藩の玉姫が好んだお菓子という言い伝えがあります。



**6** えがらまんじゅう 石川県七尾市  
【御休処 あん庵】

緑の生地に白い米がのっけて、こしあんの中心には栗が丸ごと一粒入っています。



**13** いが餅 山口県岩国市  
【桜庵 三木屋】

宇野千代が愛した故郷の味です。彼女の要望により、途絶えていた製造を復活させました。



**9** けいらん 三重県津市  
【玉吉餅店】

江戸時代から伊勢参りの旅人をもてなした味。店の前には鶏の看板が掲げられていました。けいらん＝鶏卵と考えられますが、由来はわかっていません。



**8** いがもち 三重県伊賀市  
【桔梗屋織居】

黄・緑・ピンクの米が一粒づつ、餅の上に飾られ可愛い。こちらでは色つきの米を忍者が暗号として使った、という言い伝えが残っています。



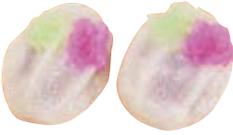
**7** 松笠餅 三重県多気郡  
【長新】

名前の由来はまつぼっくり。元禄時代から作られているといわれ、かつて生地は紅白でした。あんこを黒砂糖で煮ているのが自慢です。



**10** 毬饅頭 滋賀県蒲生郡  
【かぎや菓子舗】

栗の穂にちなんだ名前。関東から東海道を通り伝えられたと言われています。米は赤・白・黄の三色で、赤白は祝い事、黄白は仏事に使われます。



**11** いがまんじゅう 兵庫県三木市  
【御菓子司 一心堂】

上にピンクと緑の米、餅の表面は波打っています。この地域では古くから田植えの休憩時のおやつでした。「いがもち」「よねまんじゅう」とも呼ばれています。



**12** いが餅 広島県呉市  
【御菓子処 蜜屋】

黄・緑・ピンク・白の米は、五穀豊穡を表しています。秋祭りに食べる風習があり、名前には、胃がもつ→いが餅、栗の穂から由来の二説が伝わっています。



**14** りんまん 愛媛県松山市  
【白石本舗】

「りん」は上に飾る米を魚の鱗に見立てたことから。明治・大正期は家庭で作られていました。四月に行われる松山のひな祭りに、りんまんを食べる風習があります。



マップに掲載されている以外にも、福岡県久留米市、福井県三方町、東京都などに分布

# 野菜・果物



はじまりは名物豆腐

## あわゆき



岡崎の銘菓として広く知られる「あわゆき」。羊羹のような豆腐のような外見、もっちりとした切れ味。口に入れると、柔らかな甘みとともにしゅわしゅわと溶けてしまう、なんとも上品なお菓子です。

あわゆきは、岡崎の歴史と深く関わっています。江戸時代、東海道岡崎宿の東の入口に、淡雪豆腐（豆腐に醤油だれをかけたあんかけ豆腐）を出す店がありました。酒のつまみに合い、旅人の評判になったことから、その店は「あわゆき茶屋」と呼ばれました。江戸から東海道を通り伝わってきた料理だと言われています。明治に入るとあわゆき茶屋と名物豆腐は姿を消しますが、老舗の菓子屋がその歴史をお菓子として復活させました。

現在では、市内で数件の菓子屋があわゆきを製造販売しています。また、県外にも同名のお菓子があり、下関の「淡雪」はよく知られています。

材料は、卵の白身と砂糖と寒天。よく泡立てた白身に、寒天と砂糖を加え固めます。シンプルな製法なだけに、温度調節や泡立て具合などが難しく、プロの技が必要です。いがまんじゅう同様、店によって味が様々。食べ比べをして、お気に入りを見つけてはいかがでしょうか？



露地野菜部会 太田勇夫さん

作ってみました  
にんじんの春巻き



わたしの  
おすすめ!  
(妻:初枝さん)

揚げることで  
甘さが  
際立ちます



出荷を迎えた春ニンジン



給食にも登場  
酢豚の中に  
高橋にんじん

に二回、十二月に種を蒔き五月に収穫、八月に種を蒔き十一月に収穫します。春に取れるものが特におすすめです。冬の寒さを耐えたためとても甘く、そのままでも美味しく食べられます。

太田さんの畑は砂が多い土質です。にんじんは色々な土に適応して育ちますが、好むのは有機質に富んだ砂質土壌で、この畑のように川から運ばれてきた栄養たっぷりの砂がもととなってできた土は、まさに最適と言えます。

高橋にんじんは高橋地区の野菜部会四件で、共同出荷されています。地元で美味しいにんじんがあることを知ってほしいという声も多く、ここ数年でPRに力が注がれるようになりました。最近では市内の給食にも取り入れられています。生で食べるのももちろんのこと、煮ても焼いても美味しく、その甘みから、ジュースやスイーツにも利用できます。

作物には作っている人の思いが反映される。太田さんの話し振りには、仕事を愛する気持ち、作物やその向こうの消費者を思う気持ちが表れていました。



# 高橋にんじん

岡崎市の矢作川周辺は、室町時代から農業用に土地が開拓されてきました。

かつての矢作川は氾濫が多く、

江戸時代に洪水被害を防ぐため、矢作新川が開削され、それが現在の矢作川に、元の矢作川は今の矢作古川となりました。人々を困らせた水害ですが、上流から肥えた土を運んでくる役割も果たし、一帯は作物栽培に適した土地になりました。

近年、水の需要が増えたことにより、ダムや矢作川用水が整備され、より安定した水の供給ができるようになりました。

長い年月をかけて築かれてきた岡崎市の農業用地。高橋町も古くから矢作川の流れのもと、農業が盛んに行われてきた土地です。そこで高橋にんじんを栽培している、太田勇夫さんを訪ねました。

細かく枝分かれた葉がこんもりと茂る畝、にんじんの葉がとても立派なことに驚きます。この葉がたくさんの光を吸収し、土の中のにんじんを美味しくします。太田さんが採りたてのにんじんを見せてくれました。ふっくらとして根の先まで丸みがあり、細い根が少なく、きれいなオレンジ色をしています。

栽培している品種は「向陽」<sup>しょうよう</sup>。年

# なす

なすは夏が旬の野菜ですが、今では一年を通して店頭で買うことができます。暖かい時期は露地で、寒い時期はハウスで、その時期に適した品種を工夫して生産しているからです。岡崎市でも、夏秋なすと、冬春なすが盛んに作られています。なすは高温多湿を好む野



「野菜は生き物、手をかけたらかけただけ答えてくれる」  
JA あいち三河 夏秋なす部会 部会長 市川春男さん

菜で、豊かな土壌と温暖な気候が適しており、矢作地域などを中心に栽培されています。日光によって色が濃くなるため、日を遮らないよう枝や葉の剪定をこまめに行うなどの作業が必要です。  
夏秋なすは「筑陽」という品種を露地栽培しています。筑陽は太く長く、肉質は従来よりもきめが細かいのが特徴で、皮は濃い黒紫色をしています。

市川春男さんにお話をうかがいました。定植は五月の初旬、約五十日で収穫できるようになり、夏に最盛期を迎えます。一本の木から百本ほどのなすが取れるそうです。表面に傷がつきやすいため、悪天候が一番の難敵。気候はその年ごとに違うので、管理には気を使います。

食べごろは種が成熟する前の、少し若いなす。地元野菜は段ボール箱ではなく、コンテナ配送なので鮮度が落ちにくく、収穫に次の日には店頭に並ぶので、採りたての美味しさを味わえます。

冬春なすの品種は主に「とげなし美茄子」と「千両」で、ビニールハウスなどの施設で栽培されています。気温の低い十月〜翌年の六月末頃にかけて収穫でき、三月〜五月が最盛期です。

寒さに弱いため、冬場は暖房で加熱するなどの工夫が必要なほか、風のないハウス内で受粉を助けるため、ハチを放したりします。

大久保正人さんは、六年前からとげなし美茄子を栽培しています。つやが良く美しいなすで、とげがなく作業がしやすかったことなどがその理由です。また、受粉しなくても実がなるよう改良されているため、ハウス栽培には最適です。

夏秋なすと同じく、実に傷がつかないよう細心の注意をし、作業をしています。こちらもきれいな色に育てるためには日光が必要。以前、張り替えたばかりのビニールハウスで栽培したなすの皮が赤くなってしまうが、月日が経つにつれ、ビニールの光を通す量が増え、今では濃い色のなすが収穫できるようになった、というエピソードを教えてくださいました。

夏秋・冬春なすとも、漬物にするより油で素揚げすると美味しく、味噌や、カレー、そばろなどと相性が良いとのこと。お試しあれ。

毎年1年生常に新しい情報に目を向け育て方を研究しています



JAあいち三河 促成なす部会 矢作支部 支部長 大久保正人さん（左）



「筑陽」濃い紫色にはポリフェノールがたっぷり



「とげなし美茄子」つやつやの皮がきれいです

作ってみました

## なすのカレー

揚げなすとカレーの相性がピタリ!



なすフェアを開催して、大切に育てたなすをPR

作ってみました

## 自然薯のとろろ

この粘りが  
岡崎の自然薯の  
特徴です



①下敷きのトタン板ごと自然薯を掘り起こす



②赤土を包んだビニールが見えます



③トタン板をひっくり返すと中から自然薯が



色白のきれいな自然薯

岡山県の自然薯はねばりが強く、風味が良いのが特徴です。できるだけ寒さの強い時期を耐えたほうが、芋は栄養を蓄えるため、甘く美味しくなります。

ブランド化推進の試みとして、イベントで展示即売会の開催や、自然薯焼酎「葵の郷」の開発などにも力を入れています。

この手間暇が形も味も良い自然薯を作るには欠かせません。使用する赤土は片寄町にある天恩寺の山から採集したもので、出来が均一化するようにとの配慮から、自然薯農家はこれを購入する決まりとなっています。掘ったイモは水洗いせず、一本ずつ刷毛で土を落とした後、品質によりランクが分けられ梱包されます。

昭和四十五年、政府は米余り現象を解決するための政策を打ち出し、米から他の作物への転作が必要となりました。この地方では休耕田が増え、米に変わる作物として自然薯の栽培が始まります。その後、昭和六十三年に額田自然薯部会が発足しました。

出荷が最盛期を迎える十二月、額田地区にある河合一さんの自然薯畑を訪ねました。

収穫作業の真っ最中、高く土を盛った畝に、掘り起こされた自然薯が、並べられています。栽培しているのは「夢とろろ」と「P16」。収穫する時期をずらし、長期間出荷ができるように工夫されています。冬になると地上の枝葉は枯れますが、土の中には白く長い、美味しそうなイモができています。

栽培の過程を、実際に自然薯を掘り起こし見せていただきました。



美味しい薯は  
美しい環境で  
育ちます

収穫した自然薯を手に、山間の畑に立つ河合一さん

## 自然薯

その名前が示すように、もともとは山間地などに自生していた自然薯。鉄分やミネラルが豊富で、昔から栄養豊富な強壮食として食されてきました。

現在では主に岡崎市東部の額田地区や北部の常磐地区で栽培され、

# 法性寺ねぎ



法性寺ねぎ研究会 会長 近藤幸男さん

真っ直ぐではなく  
弓状にになって  
伸びています



元気に育つ法性寺ねぎ

岡崎市の南部、矢作川の東に位置する法性寺町は、平安時代に建立された和田山法性寺が地名の由来となつています。その名が付いた法性寺ねぎは、昔、比叡山延暦寺へ修行に行った法性寺の僧侶が、この地にねぎを持ち帰ったのが始まりと言われ、周辺の土壌が生育に適していたことから、現在まで栽培が続けられてきました。

この土地で法性寺ねぎを作っている、近藤幸男さんを訪ねました。ご自宅の裏の畑で育つ数種類の葱の中で、太く、青く、少し弓なりに仕上がっているのが法性寺ねぎ。見た目は京野菜の「九条ねぎ」に近く、そのルーツを感じさせます。ねぎ坊主ができにくいため、種がなかなか取れず、取れてもその種から苗を作ると形質が変わってしまうことから、畑に植えるときは、岡崎市農業支援センターで苗を購入しています。一本の苗を植えると、三ヶ月くらいで十株ほどに増え、収穫できます。畑に生えているねぎを抜いてみると、何本かがひとかたまりになり、一つの株であることがわかります。普段土の中に隠れている根は立派で、



一本ずつ手作業で枯れた葉を取り除く



収穫されたねぎの  
立派な根っこ！



「好きでなくてはできません」妻の和子さんは言いました。自然が好きだからこの仕事ができる。二人で行う出荷作業、室内は取れたばかりのねぎの香りでいっぱいです。



力強く根を張って、大きく育った地上部を支えています。葉が他のねぎと比べ柔らかいので、風に弱く、取材時にも前日に吹いた強風により、なぎ倒された葉が見られました。寒さ暑さに強いいため、季節を問わず栽培できますが、美味しくなるのは冬場です。糖分を多く含んでいて、霜が降りても枯れることなく、寒さが厳しくなると、葉から蜜がしみ出て、ねぎの間を歩くと衣類がベタベタするほどで、より甘く美味しくなります。濃厚な味わいと、柔らかな食感が持ち味で、青い部分まで美味しく食べることが出来ます。収穫後は手作業で、一つ一つ枯れた葉やゴミを落とし、形を整えます。法性寺ねぎ専用の結束テープで巻いて出荷準備完了。市内の産直施設や青果市場などに出荷され、近隣の地産地消を推進する飲食店でも食材として使用されています。薬味以外にも、炒め物、鍋物、お好み焼き、味噌和え等、加熱しても美味しく食べられます。平成十五年には「愛知の伝統野菜」に認定されました。

# いちご

大切にパック詰め  
された大粒の  
いちご



ハウスのなかに  
ハチの巣箱を  
発見！



いちごの出荷準備は、一粒ずつ丁寧に



傷がつかないように、緩衝用のシートを敷きます

岡崎市いちご部会 鳥居克行さん  
目指すは「何度でも食べたい、と言ってもらえるいちご作り」。部会みんなで心がけています  
いちご部会は、収穫期の毎月15日に産直のふれあいドーム、農遊館、道の駅などで「いちごフェア」を実施しています

苗を植える」と、畑に直接苗を植える土耕栽培があり、こちらのハウスでは後者の土耕栽培をしています。大地の栄養をしっかりと吸収できるため、味の濃いいちごができます。

苗を植えるのは九月中旬、約二ヶ月でいちごが実ります。ハウス内をエリア分けし、ローテーションで平均的に中二日で収穫。一ヶ月で一株あたり十二〜十三粒を採ることがができます。株が古くなるにしたがい実が小さくなるため、消費者の求める大きさのいちごが出荷できるよう調整しています。

出荷時期の一日は忙しく、朝六時半〜午前中にかけて収穫や花・実・葉の間引き、水やり、温度管理。午後にパック詰めなどをします。一番の苦労は、苗作りから収穫まで、健全な株を保つこと。天候などにより毎年条件が違うため、気をつけているそうです。

生産者団体では、品評会や試食販売を行い普及促進に努めているほか、有機質肥料、ミツバチによる受粉、害虫を食べる昆虫を導入して、減化学肥料栽培にも取り組んでいます。

岡崎市内のいちご栽培は、昭和二十年代から、水田の裏作として始まり、昭和三十年ごろに本格的なハウス栽培が始まりました。昭和四十〜五十年代にかけ、暖房機の導入や花粉交配用ミツバチの利用など、様々な栽培技術が改良され、現在では十一月月上旬〜六月中旬の収穫が可能になっています。

栽培地域は矢作、六ツ美、葵、東部地域などで、岡崎市のいちご部会では、平成二十七年から「紅ほっぺ」という品種に統一して出荷し、収量や品質の安定化を図っています。紅ほっぺは、大玉で酸味が少なく、実りが多いという特徴があり、愛知県内の生産量の三〜四割を占めています。

いちご農家を営む鳥居克行さんのハウスにうかがいました。中は明るく温かで、土といちごの混じったなんとも言えない香りがします。膝の高さくらいに盛られた畝には、こんもりと緑の葉が茂り、その隙間から赤いいちごの実がのぞいています。

栽培方法には二種類、いちご狩りでよく見かける高設栽培（地面から離れた高い棚のプランターに



袋がけをしたぶどう。袋がけはもちろん全て手作業



ぶどうジャムとジュース



シャインマスカット



平成27年度 駒立ぶどう狩り組合組合長 ヤマサ園 岡田益夫さん

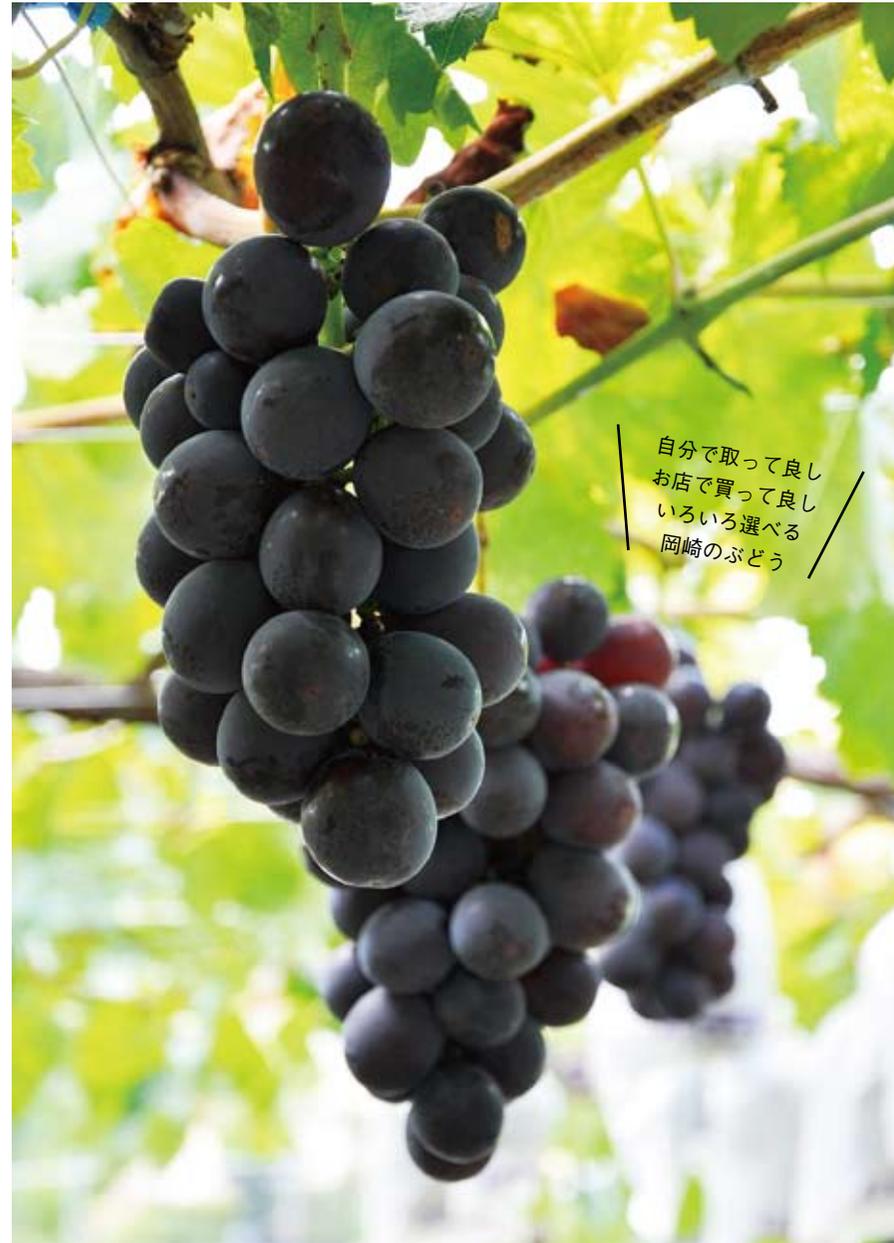
現在岡崎市では、ぶどうからジャム、ジュース、ワインの加工品も作られていて、市内産直施設などで販売されています。ジャムとワインは、岡崎市のブランド化推進品目に指定されています。

ぶどうに袋をかけていきます。良く目にする光景ですが、これには病気・害虫・鳥・風雨などから果実を保護するためです。こうして手塩にかけられたぶどうが、夏から秋にかけて、やっと収穫を迎えることができます。

まだ寒い時期から次の収穫に向けて肥料を撒き、枝の剪定を行います。春には、伸びてきた枝をぶどうの棚にとめ、房ができ始めると、種なしぶどうには、ジベレリンという薬品に一つつつ漬ける処理をします。実がつくと味や形を良くするため、適度に房や粒を間引きし、実が大きくなりだしたら、ぶどうに袋をかけていきます。良く目にする光景ですが、これには病気・害虫・鳥・風雨などから果実を保護するためです。こうして手塩にかけられたぶどうが、夏から秋にかけて、やっと収穫を迎えることができます。

ぶどうの収穫時期は七月下旬〜十月中旬にかけてですが、栽培には手間がかかり、一年を通して世話が必要です。

に出回らない、珍しい品種を食べることができるのも、ぶどう狩りや直売ならではです。



自分で取ってよし  
お店で買ってよし  
いろいろ選べる  
岡崎のぶどう

たわわに実った巨峰

昭和三十四年にぶどう狩りが始まり、バスの岩津（東蔵前）・駒立が開通したこともあって、観光客を呼び込むことに成功しました。ヤマサ園ではぶどう狩りと直売を行っています。作っているぶどうは「巨峰」「デラウェア」「シャインマスカット」などがメインですが、その他に、生産量が少く市場

る）・ぶどう狩り・直売と多様で、岡崎市の特徴となっています。ぶどう栽培が本格的に始まったのは、昭和二十年代後半。養蚕業が盛んだった北部や戸崎地区で、その衰退と共に、養蚕に代わる生産物を模索しました。水はけが良く、稲作に適さない土地柄であったことから、当時としてはまだ珍しかったぶどうの栽培が始まりました。現在では約五十戸がぶどう農家を営んでいます。

岡崎市北部、ぶどう狩りで知られる駒立町に、ヤマサ園の岡田益夫さんを訪ねました。駒立ではもともと山の斜面を利用し、養蚕のための桑が育てられていました。傾斜地の日当たりの良さと、市街地よりも一〜二度低い気温が、ぶどうの生育にも適していました。

## ぶどう

岡崎市では主に北部を中心に、十数種類のぶどうが栽培されています。農家ごとの出荷形態は、共通で大きさなどの規定を決め出荷する）・個選（個人で出荷す



広々とした畑で  
むらさき麦が  
育ちます

麦を通して  
地域の活性化・子供達との交流  
商品開発など様々な  
試みをしています

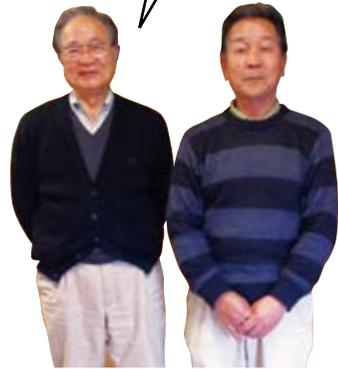
むらさき麦の畑



(有)小久井農場 社長  
小久井孝之さん



麦踏み体験する園児たち



藤川まちづくり協議会 会長 鈴木忠さん(左)  
むらさき麦部会 部会長 宇野達朗さん(右)

を足で踏む作業を麦踏みといいますが、オーナーである幼稚園の子供達やそれを体験し、とても喜んでいたりというエピソードを聞きました。他にも、むらさき麦を通して、小学校や大学との交流が盛んに行われています。まちおこしとしての協議会の活動が、地域の人々を巻き込み、子供達の心を豊かにしていると感じました。

協議会から委託を受け、むらさき麦を栽培する小久井孝之さんにもお話をうかがいました。栽培に携わり約七年。比較的乾燥した地帯で育つ麦ですが、休耕田を利用した畑は水はけが悪く、根の成長が妨げられるため、とても苦労したとのこと。初めの頃は収穫量が少なく、作った麦の用途や保管場所がありませんでしたが、近年は生産が軌道に乗り、藤川の道の駅ができて以来、消費量も増え、昨年は畑の面積が九千平米から、倍の一万八千平米になりました。

協議会と生産者、地域の人々の協力により、少しずつ需要が増えているむらさき麦。かつての情景が戻ってくる日も、そう遠くないかもしれません。



むらさきに色づいた麦の穂



十王堂に建つ芭蕉の句碑

## むらさき麦

ここも三河  
むらさき麦の  
かきつばた

松尾芭蕉が藤川について詠んだ句です。在原業平が句に詠んだ知立の杜若を引き合いに、三河ではむらさき麦も見所だ。という意味が込められています。

むらさき麦は江戸時代、藤川でさかんに栽培されていたましたが、戦前徐々に少なくなり、近年では幻の麦となりました。藤川まちづくり協議会では、この句をもとに、むらさき麦でまちおこしを頑張っています。

藤川まちづくり協議会の鈴木忠

さん、宇野達朗さんに、お話をうかがいました。

現在主力品種として栽培しているのは「大公館」。平成六年、愛知県農業総合試験場から分けてもらった五種類のむらさき麦の中で、最も優美な麦のため選ばれました。

皮を取り除くことが難しい大公館でしたが、水車でいう精麦作業を手本として、精米機でも精麦することができるようになり、活用の幅が広がりました。現在ではむらさき麦を使った焼酎、ビール、甘酒、うどん・そば、スイーツ、たこ焼きなどが道の駅「藤川宿」等で販売されているほか、食堂でも使用されています。平成二十七年には、岡崎市内の全小中学校と市立幼稚園三園の給食メニューに、「むらさき麦ご飯」が登場しました。米に混じったむらさき麦は、弾力のあるプチプチとした歯ごたえで、独特の香ばしさが漂います。

協議会ではむらさき麦を一般に広める活動として、オーナー制度を設けています。オーナーは種まきや収穫などの体験や収穫祭などに参加することができます。

麦の根張りをよくするため、芽



萬歳を栽培している加藤健一さん

缶にお湯を注ぐと  
約20分で  
ごはんができます



萬歳を用いた災害備蓄米



六ツ美悠紀齋田の稲刈り



／ヒカヒカ／

# 萬歳(ばんざい)



六ツ美悠紀齋田お田植えまつり



穂を垂れて収穫を待つ萬歳の稲

その生産は途絶えてしまいました。復活のきっかけは「大嘗祭悠紀齋田百周年」に向け、歴史を保存し伝えようという地域の人の思い。愛知県農業総合試験場に保存されていた種子から十グラムの種籾を分けてもらうことから始まりました。初めは稲が全て倒れてしまうなどし、米が取れず苦労しましたが、近年ようやくまとまった量を収穫できるようになりました。

毎年六月に齋田跡地で行われる、岡崎市無形民俗文化財の六ツ美悠紀齋田お田植えまつりは、かつての田植式の賑わいを伝えていきます。この祭りでも現在使われているのが萬歳の苗。当時さながらの衣装を身に着けた男女が、歌と踊りに合わせて早苗をお田植えます。衰退気味だった祭りでしたが、六ツ美悠紀齋田保存会、岡崎市などの協力で、多くの人が見物にやってくるほどになりました。

萬歳の味の特徴は、粒が大きく、歯ごたえがあり、冷めても美味しくいただけること。平成二十二年頃から純米大吟醸「萬歳」が作られるなど、普及・商品開発に力を入れています。

岡崎には「悠紀齋田」という圃場が残っています。これは天皇が即位後初めて行う新嘗祭(稲の収穫を祝う祭)の豊作を祈願する祭儀である大嘗祭に用いる新米をつくる田んぼのことです。大正四年、大正天皇の大嘗祭のために全国で二箇所、岡崎市中島町(旧碧海郡六ツ美村大字下中島字上丸ノ内)の悠紀齋田と、香川県の主基齋田がそれぞれ選ばれました。当時、六ツ美村民はもとより愛知県民あげて協賛し、種まき、田植え、刈り取りを行い、無事新穀を納めました。

この時作られたのが「萬歳」という米です。百年ほど前にこの地域で広く栽培された「群益」という品種を、献納にふさわしい名前にと「萬歳」と命名しました。

六ツ美地区で「萬歳」を生産している加藤健一さんにお話を伺いました。

この米を作っているのは日本でもこの地域だけです。萬歳は草丈が長く、風で倒れやすいため、収量が少なく作るのが難しい米。品種改良で新しい米が次々と出てくる流れのなか、コシヒカリをはじめとする比較的作りやすい米に押され、

取材にご協力いただいた方々（敬称略／順不同）

---

監修	岡崎市食品衛生協会 JA あいち三河 おかざき塾歴史教室主宰 市橋章男 名古屋女子大学 短期大学部長 遠山佳治
煮味噌・味噌田楽	JA あいち三河女性部 岡崎市食育推進ボランティア
いがまんじゅう・あわゆき	名古屋女子大学 短期大学部長 遠山佳治 旭軒元直／会長 伊藤勝嘉 五万石藤見屋／西山育男 西山總子 備前屋／中野邦夫 日乃出軒／岡田嘉則 岡田直子
鮎の煮浸し	おかざき塾歴史教室主宰 市橋章男 一升／山本叔範
焼味噌	八丁魚光／渡辺英二
法性寺ねぎ	法性寺ねぎ研究会 会長 近藤幸男
いちご	岡崎市いちご部会 鳥居克行
自然薯	JA あいち三河自然薯部会 河合一
なす	JA あいち三河 夏秋なす部会 部会長 市川春男 JA あいち三河 促成なす部会 矢作支部 支部長 大久保正人
ぶどう	平成27年度 駒立ぶどう狩り組合組合長 ヤマサ園 岡田益夫
高橋にんじん	露地野菜部会 太田勇夫、太田初枝
むらさき麦	小久井農場 小久井孝之 藤川まちづくり協議会 会長 鈴木忠 むらさき麦部会 部会長 宇野達朗
萬歳	六ツ美悠紀齋田保存会 運営部会長 加藤祐幸 農業生産法人（株）オペレーター加藤 加藤健一

---

上記以外にも、多くの方々にご協力いただきました。この場をかりて御礼申し上げます。

---

#### 参考文献

岡崎市史 別巻 [1] 徳川家康と其周囲 上巻 国書刊行会  
新編岡崎市史 総集編 二〇 新編岡崎市史編集委員会  
ふるさとの歴史岡崎 子供版岡崎市史編集委員会  
矢作川農業用水物語 農林水産省 東海農政局

---

## ふるさとの味を知る おかざきの「食」再・発・見

平成二十八年七月一日発行

発行：岡崎市食育協議会、岡崎市食育推進会議