

ゲストハウスUBUKATA 代表  
生形 照子 氏  
みんな美味しくて

7月に入って間もなく、朝7時半、「入山キュウリを今朝、初めてとった(収穫した)から、持ってきたぞ、うんめえぞお」と、オジサンの声が玄関に響く。「わあ、おいそう、今日のランチに使います!」と。こんな会話が、10月末まで交わされます。オジサンが手塩にかけて育てた野菜の中から、その日一番の野菜を見繕って、私のゲストハウスに届けてくれるのです。プリンスランド別荘地内にゲストハウスをオープンして5年目を迎えました。定年退職後、第二の人生を浅間山が見えるところで過ごしたい、と願い、孺恋村民になりました。現在、住んでいる家は、巨大な浅間石の上に建てられており、真正面に浅間山。四季折々、雄大で美しい姿を見せてくれます。

併設のカフェでは、「千俣のしみず」を汲んできて珈琲を淹れ、新鮮野菜たっぷりのモーニングやランチを提供しています。そして、欠かせないのがキャベツです。収穫したばかりの弾けそうなキャベツに包丁を入れると、パキパキと音がします。大皿に、これでもか、というくらい山盛りにして、モーニングサラダにすると、「なにこれ、美味しい!シャキシャキ!」と、感動の叫び声。花豆・トウモロコシ・ジャガイモ・モロッコインゲンも美味しく大人気です。

遠い昔、溶岩流で埋もれた大地から、今、こんなにも、うんめえ野菜を手にすることができているんですね。この浅間山北麓の大地から伝わってくるエネルギーと人々の熱い思いを大切にしたい、と思っています。



浅間山北麓ジオパークガイドの会  
土屋 茂次 氏  
歴食 孺恋くろこ

地元の高校を卒業し東京に出て建築大工の仕事をして結婚し地元に戻ってきました。

当時の東京は建売住宅がどんどん建ち光科学スモッグなど環境問題が大きく取り上げられている時でした。孺恋に戻り高原野菜の美味しさ、春の芽吹き、紅葉、雪景色、水、空気、星空の広さなど改めて感じました。孺恋村の自然の中でゆっくりと過ごしてほしいとの思いから浅間山が見える所で自ら建てたログハウスで貸別荘の営業も始めました。物心ついた時からあたり前だと思っていた事が数年過ごした東京には無い物ばかりでした。それらが地域のシンボルである「浅間山の恵みである」と知ったのはジオパークの活動に参加してからでした。ジオパークとは「地球の自然や大地の恵みを利用して地域活動を広げて行く」という活動です。私はガイドの会と浅間山の特別天然記念物である「溶岩樹型」の保護委員として活動に携わせて頂いています。江戸時代後期から伝わる郷土料理「孺恋くろこ」それは私が幼い頃から主食やおやつだった懐かしい食べ物です。孺恋くろこが「歴食」「100年フード」「知の活用」として認定されました。この認定をきっかけに地元の色々な団体と協力して新しい物が出来たらと思っています。

今はジオパークガイドの会の一員として自分も含め若い人達や子ども達が住んで良かったと誇りを持てる故郷になるよう日々健康に気を付けて、活動して行きたいと思っています。



# あさまびと

A S A M A - B I T O

2023  
秋号

Vol.26

特集：浅間山の美味しいもの

地域の成り立ちから、地球の成り立ちを知る

SDGs × ASAMA



標高1000m前後の高原地帯で、冷涼な気候条件を利用して栽培されている野菜です。高冷地野菜ともいわれています。その条件にピッタリ合っているのは、ここ浅間山北麓に広がる浅間高原で作られている野菜です。代表的なものはキャベツ、じゃがいも、とうもろこしなどなどです。

ジオパークからのお知らせ



アンケートの回答はこちら

### 秋のイベント情報!

9月30日(土)・10月1日(日)	佐久環境フェア
10月8日(日)	鎌原観音堂周遊マルシェ
10月27日(金)~29日(日)	日本ジオパークネットワーク 全国大会in関東
12月未定	浅間山北麓ジオパーク フォーラム

発行：浅間山ジオパーク推進協議会

Mt. Asama Geopark Promotion Council  
制作担当：広報・観光委員会

〒377-1524 群馬県吾妻郡孺恋村大字鎌原494-45  
TEL/FAX：0279-82-5566  
URL：www.mtasama.com  
E-mail：info@mtasama2568.xsrv.jp  
Facebook：www.facebook.com/asamageopark  
Twitter：https://twitter.com/home

ガイドの受付しています

「浅間山北麓ジオパークガイドの会」の認定ガイドによる案内の受付をしております。ご希望の方は、左記、推進協議会事務局までお申し込みください。

【料金】\*ガイド1名あたりの値段  
平地：半日6,000円 1日12,000円(参加者11名以上はガイド2名)  
軽登山：半日10,000円 1日15,000円(参加者8名以上ガイド2名)  
登山：1日25,000円(参加者8名以上ガイド2名)

編集後記

早いものであさまびとも26号まで発行されました。今後もよりよい物を作成していきたいと思っておりますので、よろしくお願ひ致します。また、QRコードからアンケートのご回答をお願いします。

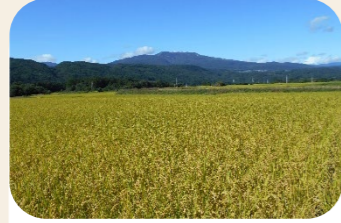
# 浅間山のめぐみ



浅間山北麓は高地特有の気候と度重なる噴火による平坦かつ荒涼とした土地が広がっていました。そのため農業にはむかない土地とされ明治中頃から牧場として活用されました。土壌の改良等が行なわれ、自然のめぐみを生かした様々な食物が育まれてきました。その代表的な物を紹介します。



**高原キャベツ**  
昼夜の寒暖差が生み出す最高のキャベツ



**孺恋米**  
強い甘みと、粒立ちの良いさっぱりとした食感



**ヤマメ**  
純系のヤマメが獲れるのは孺恋ならではの



**トウモロコシ**  
高原のトウモロコシは、おどろくほどの甘味



**鎌原キュウリ**  
水分が多くシャキシャキしていて、香りもいい



**モロッコインゲン**  
朝採れのものを食べたら他では満足できなくなる



**花豆**  
ビタミンCやカルシウムなど栄養満点



**キノコ**  
肉厚キノコは料理のメインにもなり得る



**北軽井沢牛乳**  
広い牧場で育った牛から採れる牛乳はとっても濃厚



**エゴマ**  
エゴマの高い栄養はその名の通りスーパーフード



**ブルーベリー**  
粒の大きさ・味わいは、売っている物とは全く違う



**ジャガイモ**  
昼夜の温度差によりデンプン質が高く美味しい

## 浅間山北麓ジオパーク認定商品

浅間山北麓ジオパーク認定商品とは、地域ならではの食の魅力を発信する商品を認定し、ジオパークを楽しみ、ジオの恵みを活かした地域の産業振興をはかる取り組みです。



### 愛妻ダー

日本武尊が、亡き妻を思い「わが妻よ」と叫んだことから「孺恋村」と名付けられた伝説をネーミングに使用したキャベツ酢を使用したサイダーです。



### 浅間の噴火ラーメン

浅間酒造観光センター内にある、軽食堂『浅まんぶく』で人気ナンバー1の『噴火ラーメンです。』



### ソフトクリーム

孺恋高原の無農薬・無化学肥料の牧草で育った牛の牛乳から作られた、風味とコクの豊かなソフトクリームです。



### 手作り牧草の牛乳

孺恋高原の無農薬・無化学肥料の牧草で育った牛の牛乳です。牛乳本来の甘味とコクを味わっていただけます。



### 浅間のヨーグルト酒

浅間高原の新鮮なヨーグルトを使用した、のみやすいリキュール。濃厚でトロツとした飲み口でお酒が苦手な方にもおすすめです。



### 純米大吟醸 ハツ場の風

地元の酒米「改良信交米」を使用し、蔵人が手作りへの想いを込めて造り上げた純米大吟醸酒



### 浅間溶岩 マグマカレー

激辛20分チャレンジシリーズの中の新商品として、浅間の溶岩にちなんだマグマのような辛さのカレー。



### ハツ場ダム グリーンカレー

ハツ場ダムの完成により出来上がった「ハツ場あがつま湖」の湖面をイメージしたグリーンカレー。



### 浅間の溶岩まんじゅう

浅間山の溶岩石をイメージした竹炭入り黒まんじゅう。あんこも黒ゴマを使い、風味豊かな味わい。



### 花豆甘納豆

花豆は「高級菜豆」とも称され、大粒で、コクがあり、風味豊かなのが特徴です。伝統の味をご賞味ください。



詳しくはHPをご覧ください

## 歴史認定！孺恋くろこ

「くろこ」は天明（1781～1788年）の頃にこの地域に持ち込まれたジャガイモを住民が特産物に育てあげ、余すところなく利用するため創意工夫を繰り返し生み出された地域特有の加工食品であり、全国的にも珍しい伝統食品です。

当初、ジャガイモをすりおろし絞った汁からでんぷん（片栗粉）を製造し、残った植物繊維は利用されていませんでした。明治に入り大凶作が起きた頃、その繊維を寒気にさらして凍結させ、春になって凍解する過程で自然発酵したものを洗浄と沈殿を何度も繰り返して、残った細かい繊維の沈殿物を乾燥させて保存食としたのが「くろこ」です。食べ方は色々ですが、ぬるま湯で戻してペースト状にして、小麦粉、味噌、ネギ等を加えて、焼いたり揚げたりして食べるのが一般的ですが、クレープにしたりパンにしたりと利用方法は広がっています。

「くろこ」に含まれる豊富な食物繊維は、心筋梗塞、糖尿病の予防、血圧、悪玉コレステロールの上昇抑制等に効果があると認められていますので、今後多くの食卓に上ることが期待されています。



## ちよこつと豆知識



### F. 吾妻川エリア 道の駅ハツ場ふるさと館

道の駅ハツ場ふるさと館には、地域の農産物直売所のハツ場市場やハツ場食堂、情報休憩コーナーなどが設けられており、天然温泉の足湯にも入ることができます。カレーのルーをダムの貯水にみたてたハツ場ダムカレーが人気です。2014年には、読売新聞社が主催する「関東道の駅アワード2014」にて、関東

149駅の中から特徴のある道の駅の30駅「プレミアム30」に選ばれました。道の駅ハツ場ふるさと館では、地域の自然を生かしたツーリズムにも取り組んでおり、地元の方が案内するツアーも実施しています。紅葉ハイキングやホテルの鑑賞会など観光客から人気となっています。