



小布施辞典

あいうえ
おぶせ

第14号

小布施の
をあるく

せ

TAKE FREE



小布施の「せ」をあるく。

CONTENTS

- 04 「せ」からはじまる小布施町、おしえてください。
- 06 関和亮
- 11 世界 - 荒井広宙 -
- 16 生花店 - 花・fleur café -
- 18 石材 - 名和石材 -
- 20 煎餅 - おぶせ庵 煎餅堂 -
- 21 清掃 - 藤森孝 -
- 22 設計 - 中山設計空間工房 -
- 24 整骨院 - 小布施あおぞら整骨院 -
- 25 オブセにナンカ妖怪
- 26 おばあちゃんの背中
- 29 編集後記



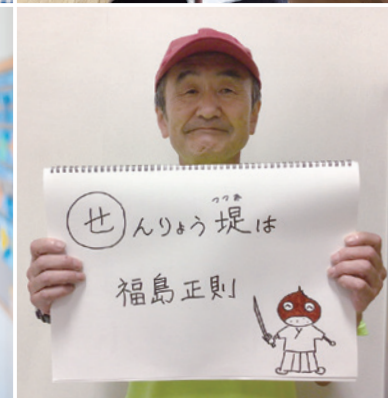
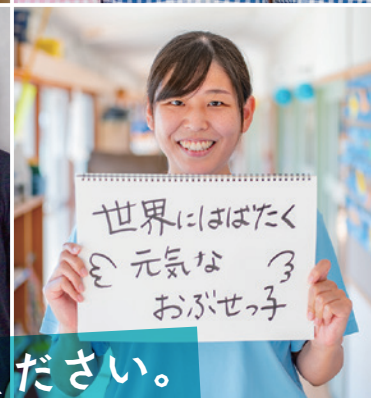
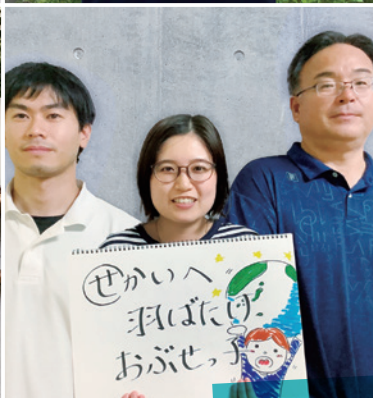
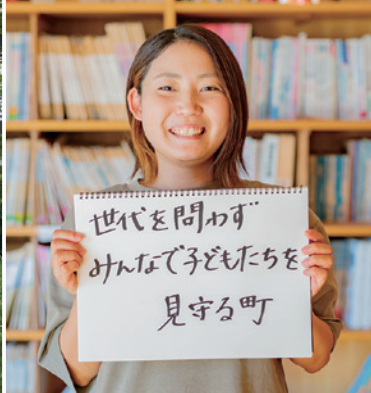
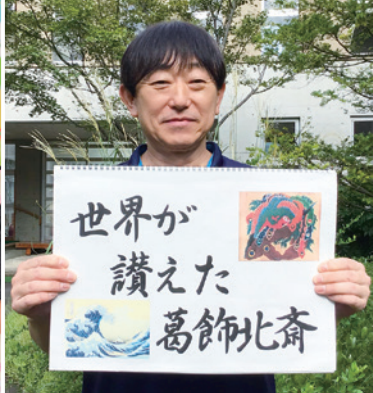
せんせいにも、おしえてあげたい!



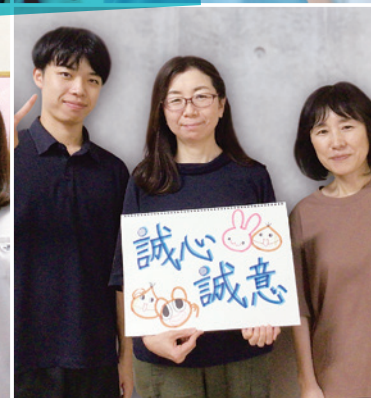
ボクの大好き「くりあげまんじゅう」
 トースターで焼き直せば、サクサク! そのまま食べても、しっとりなめらか
 た〜っぷりつまった栗あんもうれしいな
 中町の信号となり「カフェ茶蔵」でしか買えないんだって
 あした、先生にもおしえてあげよう!



信州小布施で栗菓子二百年
桜井 甘精堂



「せ」からはじまる小布施町、おしえてください。



number.01

せきかずあき

【関和亮】

小布施町・中央

斬新なアイデアとユニークな演出で名だたる

アーティストのMV（ミュージックビデオ）を手がけ、

映像業界の第一線で活躍する関和亮さん。

映像ディレクターとして数々の名作を生み出す

創造力のルーツをたどるべく、

故郷・小布施町で過ごした少年時代から紐解くと、

見えてきたのは、豊富な経験に基づく独創性と

しなやかに飾らない人柄の魅力でした。

音と映像の原点は小布施時代

例 えば、近未来を思わせる3人組テクノポップ女性ユニット・Perfumeの楽曲や、「恋ダンス」が話題になった星野源の『恋』。ドローン撮影が珍しかった時代に空撮を駆使し、「発掘りされたアメリカのロックバンド・OK Goの『I Won't Let You Down』のMV。関和亮」と聞いてピンと来なくても、異彩を放つ作品を見れば「ああ、あの人！」とわかる人も多いのでは。なかでも出世作となったのが、2010年、ロックバンド・サカナクションの『アルクアラウンド』のMV。歌詞のオブリジェが次々と現れるトリッキーな仕掛けによる中毒性の高い映像は、文化庁メディア芸術祭のエンターテインメント部門で優秀賞を受賞し、一躍脚光を浴びるようになりました。

そんな関さんとの待ち合わせは、かつての通学路で遊び場だったという小布施町の皇大神社。数々の受賞歴を誇る輝かしい経歴からは拍子抜けするほど、柔和な雰囲気と「地元感」をまとうてやってきた笑顔には、クールさのなかに遊び

心を感じる作品に通じるものを覚えます。

その原点は、音楽好きで個人的な両親のもとで育まれた、10代の頃の好奇心。小学2年からピアノと野球をはじめ、中学生になると、野球の試合撮影のために両親が購入した、当時は貴重な家庭用8ミリビデオカメラを使って、友だちと映画のパロディや通販番組風の動画を撮影するようになりました。高校生になるとUKロックを好み、長野市のレコードショップまで出かけてCDやレコードを「ジャケ買い」しては、深夜に放送される音楽チャート番組をチェックする日々。MVに触れたのも、この頃です。

「ミュージシャンと映像を作る仕事があるんだな、面白そうだなと漠然と考えるようになりましたね」クリエイティブな仕事をするなら東京へ、と卒業後は上京し、大学に進学。ところが学校に馴染めず、3カ月で不登校になって大学から除名されてしまったことが、結果的に憧れの映像業界に飛び込

む近道になりました。居酒屋のアルバイト先で、店長から知り合いの映像監督を紹介されたのです。こうしてドラマの現場でアルバイトを開始。ガムテープを現場に運んだり、お弁当をスタッフに配ったり、予算がない小さな現場では自分で照明を立てたり。とにかくなんでも取り組む若い意欲が先輩たちに買われ、次々と新たな現場へと仕事の声をかけられるようになりました。

制作の鍵は周囲との差別化

そんなある日、とある助監督の誘いで巡り合ったのが、関さんがその後18年間所属し、活躍の基盤を築いたクリエイティブプロダクション「OOO（トリプル・オー）」です。映像以外にグラフィックデザインや写真も手がけ、関さんはデザイナーや撮影、カメラの扱い方などを実践で学んでいきました。

PROFILE

1976年生まれ、小布施町出身。MVやCM、TVドラマのディレクションのほか、音楽CDなどのアートディレクションを数多く手がけ、フォトグラファーとしても活動。MVでは、サカナクション「アルクアラウンド」、OK Go「I Won't Let You Down」、星野源、Perfumeなどの作品を制作。第14回文化庁メディア芸術祭エンターテインメント部門優秀賞、2015 55th ACC CM FESTIVAL 総務大臣賞、ACCグランプリ、MTV VMAJ、SPACE SHOWER MUSIC VIDEO AWARDSなど多数受賞。近年はバカリズム脚本のTVドラマ「かもしれない女優たち」など、スペシャルドラマや連続ドラマの監督も務め、2021年公開の映画「地獄の花園」では商業映画初監督も果たした。

2017年、18年間勤務した株式会社トリプル・オー（OOO）を退職し、株式会社コエを設立。http://www.koe-inc.com/

初めてMV制作を手がけたのは24歳頃。しかし「失敗したくない」と慎重になるあまり、なかなか思うような作品ができず、反省点が多かったとか。そこで、現場でもっと演出を学ぼうと、出演者の動きや監督の発言などをよく観察するよう意識が大きく変化したそうです。そんななかで、その後を左右するような出会いとなったのが、27歳だった2003年、デビュー前のPerfumeのビジュアル演出でした。

女の子3人組のチームが若手のグラフィックデザイナーを探していると聞き、プロデューサーはテクノポップの分野で頭角を現しつつあった中田ヤスタカさんという

こともあり、当時、まだ経験は浅かったものの、直感的に「アートディレクションからできる」と引き受けた関さん。中田さんが手がけるテクノポップの世界観を追求していった結果、SFのような表現に行き着き、実在していないバーチャルアイドルやアンドロイドのように見せたら面白いのではないか、との発想から、近未来的なコンセプトにたどり着きました。とにかく、他との差別化を意識していたそう。その後のPetitmの活躍は周知の通り。こうして関さんは、人気映像ディレクターとなっていたのです。

楽しい現場はりんごも登場！

それでは、関さんの仕事術の一部をご紹介します。MV制作の際は楽曲をよく聴き、歌詞を読んで、アーティスト側の希望にも応じながら1週間ほどで企画を考えるそうです。とにかく面白いと思うアイデアをどんどん出していく感覚は、大喜利と似ているのだとか。そのうえで大切なのは、企画が楽曲に合っているか。

し、深夜にまで及んだそうですが、そうした現場を楽しむことも関さんは大切にしています。

「苦労も面白がって笑っているほうが、いい作品が作れると思っています」

また、『アルクアラウンド』の作中にはりんごが登場しますが、これも関さんならではの演出です。

「りんごはアイコン的な存在で、登場人物に何か持たせたい時にモチーフになりますよね。片手で持てるし、食べられるし、投げ

られるし。演出の幅の広がりがちょうどいいんですよ」

ふと使われる小道具がりんご。その背景にはきっと果物の産地、小布施の環境があるのでしょう。

若手の台頭が刺激と楽しみに

ところで近年は、スマホでも簡単に動画撮影や編集ができ、SNSなどで気軽に発信できる時代。若手の追従は、恐怖にはならないのでしょうか。

「むしろ多くの若いクリエイター



思い出の場所、皇大神社で「小さな頃にいろいろなものに興味をもち、楽しいと思ったことは何でも挑戦した経験が今も生きている」と話す関さん。

楽しさの追求がオリジナリティ溢れる発想に

が世に出てくるのは喜ばしいことで、新たなアイデアをもった人の存在は楽しみです。おじさんもまだまだ負けないぞ、と思います(笑)」

だからこそ、若手のベースアップのためには、技術や考え方、制作背景を包み隠さず話せるという関さん。

「人に喋って伝えることは、自分を振り返る機会にもなります。だから、講演の依頼は可能な限り応えたいですし、若い人にはどんどん活躍してほしいですね」

これまでには若者から「どうしたら映像監督になれるか」との質問も数多く受けてきたそう。

「とにかくひとつでも多く映像を作るしかありません。決して開かれた業界ではないけれど、僕も作り続けてきたからこそ、チャンスを与えられました。それに、今は誰でも動画が撮れる時代。小学生



他に似たようなグラフィックやトーンの作品がないか。

「型から逸脱したほうが作っていても面白いですし、『あの作品と似ている』と思われるのは残念ですから」

企画書は紙1枚に収め、一言で説明できるわかりやすさを重視。最終的に提案する企画は2〜3案に絞りますが、過去には「イケル」と確信を持って、アーティストに1企画しか提案しなかった作品もありました。それが、先述のサカナクションの『アルクアラウンド』です。

「歌詞を表現したいけれど、カラオケビデオのようにはしたくない、という具体的な依頼があったので、歌詞をバラバラに配置し、とある地点で集まる演出を思いつきました。これしかない、これがやりたいと思いました」

このMVにより、ネットで「バズる」という新たな手応えも得た関さん。撮影は準備に長時間を要

のうちの子どもたちにも、希望されれば映像を撮らせたり、アニメや写真のコマ撮り動画を作らせたりしています。好きなことを続けたいなら、いずれ仕事につながるはず。だから、今の状況を楽しむことが大切だと思っています」

映像業界と聞くと遠い世界のようですが、順風満帆だけでなく、泥臭さも感じる関さんのキャリアと豊富な経験から繰り出される実直な言葉には、身近にも感じられる魅力と深みがあります。そこには、多くの人が今とこれからを楽しんで生きているヒントも隠されているようでした。



2017年には独立し、より幅広いコンテンツ制作に向け、株式会社コエを設立。新たな環境から「皆が楽しめるエンターテインメント作品を作りたい」と話す。

number.02

せかい

【荒井広宙】
小布施町・大島

2016年8月20日、小布施町内はもちろん、
長野県中、いや、日本中が歓喜に湧きました。

リオデジャネイロ五輪、男子50km競歩に出場した
小布施町出身の荒井広宙選手が
銅メダルを獲得したのです。

日本競歩界で初の五輪メダル。
さらに、長野県出身者としても、
初の夏季五輪個人種目男子選手の
メダリストになりました。
そんな“世界の荒井広宙”の原点と今に迫ります。



荒井広宙



小布施町とつながるマガジン

おぶせじん

はじめました!

注目のイベントから
ローカルネタまで、
町の様子をまとめた
お便りを月一回お届け。

グルメ、ふるさと納税、
移住などの情報に
ワンタッチでアクセス!



「おぶせじん」キャラクター
おぶせじんくん

「おぶせじん」とは、小布施を好きな方々とつながり、町をさらに楽しむための情報をお伝えるために生まれた小布施町公式LINEアカウントです。小布施に関わる「人」をつなぐ「マガジン」という想いを込めて「おぶせじん」と名付けました。

お問い
合わせ

小布施町企画財政課 おぶせじん編集室
✉ kouryuu.town.obuse@gmail.com

登録はこちらから

おぶせじん | 小布施町とつながるマガジン
LINE ID: @obusejin

走

るのではなく、歩く速さを競う競歩。「両足が同時に地面から離れてはならない」「前足は着地した瞬間から垂直になるまで膝をまっすぐに伸ばし続けなければならない」というルールのもと、正しい歩形を継続する過酷な競技である一方、歩き方のテクニクで心肺機能の個人差を縮められ、緻密な戦術も求められる奥深さが魅力です。

欧州では人気の高い競技ですが、近年は日本人選手のめざましい活躍も。荒井広宙さんは50km競歩の選手として世界を舞台に躍進し、2022年、現役を引退しました。現在は週末ランナーとしてランニングを楽しみつつ、所属していた富士通で一会社社員として仕事に励んでいます。

高校で出会った競歩の魅力

小布施町でのびのびと育った荒井さん。少年時代は鬼ごっこなど外遊びを好みつつも、モーターを使ったプラモデル作りの工作も好きで、ご本人曰く「変わった子ども」だったそうです。中学で陸上部に入学した理由も「友人が

型違反の失格がありません。

「突出した武器がない分、競歩に必要な能力のバランスがよかったですね。車で例えたら、高性能でも壊れやすい外国のスポーツカーではなく、故障せず荷物も乗せられて安心感がある、国産の実用車タイプでした」

苦節を経て達成した快挙

大学は、競歩も継続できて電気も学べる福井工業大学に進学。社会人まで競歩を続けるつもりはありませんでしたが、1年

多かったから」。決して熱心に活動していたわけではなく、2年になってから始めた長距離でも、飛び抜けて成績がよかったわけではなかったとか。ところが電気関連のものづくりが好きで進学した中野実業高校は、陸上部の強豪校。厳しい練習に苦勞したなか

で出会ったのが競歩でした。「二学年上に、後に男子20km競



2023年の第20回小布施見にマラソンではゲストラナーとして美しい歩形も披露。



多くの出会いと縁を大切に、 揺るぎない努力と挑戦で果たした 日本競歩界初の五輪銅メダル

PROFILE

1988年小布施町生まれ。中学で陸上部に入り、中野実業高校2年次に競歩を開始。福井工業大学を卒業し、50km競歩で活躍。13年自衛隊体育学校所属。15年世界選手権で4位入賞。初出場した16年リオデジャネイロ五輪で日本競歩界初の銅メダル獲得。17年の日本選手権で2度目の優勝、ロンドン世界選手権で日本競歩史上最高成績の銀メダル獲得。18年世界競歩チーム選手権で個人・団体ともに金メダル獲得。19年から富士通所属。22年現役引退を発表。

次に参加した石川県・小松短大の合宿で競歩界の名将・内田隆幸監督に出会い、競技人生が大きく変化します。

「国内に有力選手が少なかった当時。スピード勝負で身体的要素が重要な20km競歩に対し、私は淡々と泥臭い練習で土台を作る50kmに適正があったのですね。監督から『50km競歩で記録を伸ばせば代表に選ばれるかも』と声をかけられ、上を目指すよう



になりました」

3年次には小松短大近くに移住し、毎日の指導で頭角を現すように。卒業後は石川県のホテル所属で競歩を継続し、11年、世界選手権への出場を果たします。しかし、残念ながら翌年のロンドン五輪は予選会で失敗し、出場は叶いませんでした。

「その後は4年後のリオ五輪出場という明確な目標を掲げて練習に打ち込みました。体も環境も変化し、しんどさもありましたが、ロンドンに出場していたら天狗になっていたかもしれない。根性を叩き直す意味でも、あの落選で頑張りました」

13年には自衛隊に所属。練習環境が整い、さらに20年の東京五輪が決定したことで、五輪出場はより大きな目標になりました



2003年の第1回小布施見にマラソン当時、中学生だった荒井さんは給水ボランティアで参加。ゲストラナーを務めた第20回大会は初の出走で、沿道の声援に応えながら笑顔でゴール！

た。国内でもメダル獲得が有力視されていた競歩が強化対象になり、欧州で競歩のノウハウを学んだ今村文男・五輪強化コーチの指導を受けるように。そして15年には同じ自衛隊所属で、三大会連続五輪に出場していた谷井孝行選手が世界陸上50km競歩で銅メダルを獲得。荒井さんの意欲は一層高まりました。

「谷井さんとは毎日一緒に練習し、力関係もわかっていたので、私も頑張ればメダルに手が届くと感じました」

こうして翌年の選考会で、念願



のリオ五輪の出場権を獲得。レース当日は良好な状態で臨めたそうですが、望みの出場だったからこそ「日本の裏側まで行き、50km歩いてセンター試験の合格発表を見に行くような気持ち」だったと言います。

「どんなに強いメンタルがあっても、本番までの準備が全て。スタートラインに立った時点で結果はほぼ決まっています。つまり、五輪当日は数年間の努力を確認する感覚でした。ただ、どれだけ準備が万全でも100%うまくいく保証はなく、不安はありましたね」

こうして最後まで緊張感を持ちながらのゴール。直後はカナダ選手との接触で一時失格と判断されましたが、日本陸連の抗議で覆り、銅メダルが確定しました。

「もともと競歩強化のタイミングが重なった私は運がよかったですし、あの日は色々ありましたが、皆さんに力を注いでもらったことも大きかった。小布施現場に掲げられた横断幕もありがたかったですね」

可能性を広げ、将来の貢献に

2019年には、最大の目標で

ある自国開催の東京五輪に向け、今村監督がコーチを務める富士通に移籍。しかし怪我に悩まされ、出場は叶いませんでした。

「コロナ禍の開催延期や怪我による競技力低下もあり、自分のなかで歯車が合わなくなっていました。年齢的にも30代。次の人生を考えたら、競技はここまでとも思いました」

そして引退を発表。とはいえ、五輪の未練は残りました。

「実績がなかった高校時代を考えると、五輪でメダルを取れたことは満足ですが、引退するアスリートの多くはすり切れるまで戦って、最後は負けて終わり。表面上はやりきったように見える人も、課題を残した未練はあるのではないかな」

そんな心残りはあるものの、現在、富士通でデスクワークに励む荒井さんは、競歩を始めた中学時代のようには新鮮な気持ちで仕事を楽しんでいきます。

「社会人なら当たり前のことも、私には不慣れなことばかり。パソコンの基本操作を教えてもらいうちに新しい発見があります。いずれは競歩に携わりたい思いがあり

ますが、今は仕事を覚え、競歩とは別分野の可能性を広げること、指導者になっても幅広い引き出しが用意できるのかな」

そのうえで過去の経験を郷里でも生かせたら、と荒井さん。

「社内でも大半の人が知っている小布施は自慢できる町です。私にできることがあれば、ぜひ声をかけてほしいですね」

競歩界に輝かしい足跡を残した「世界の荒井広宙」は、今も自身と向き合いながら、新たな未来を切り開いています。



ぜいたく素材を
小さなタルトに
詰め込みました



ハンドメイドのぬくもりに包まれたシックなお花屋さん。
花と緑に包まれた異空間カフェで
非日常のひとつときも楽しんで。



花
小布施町小布施880-8
☎026-247-6787
9:30~18:30
日曜定休(祝日イベント日は営業)
<http://hana-obusa.net/>



fleur café
小布施町小布施880-6
☎026-213-4161
12:00~17:00 (L.O 16:30)
火・水曜定休
Instagram: obuse_fleure

国 道403号線・松川橋北交差点で、静かな存在感を放つ黒壁の建築。ここは、お花屋さん。店主の玉井政行さん・潤子さん夫妻が内外装をDIYで仕上げた、あたたかなムードのお店です。「以前ログハウスメーカーのお手伝いをしていた夫の経験が生まれました。壁やエクステリア、看板も手作りです。プロの方には驚かれそうな出来ばえですが、その素朴さもいいな、と(潤子さん)。店内も黒を基調に、木のぬくもりが生きるシックで重厚な空間。種類豊富な花や観葉植物の一つひとつがぐっと色彩を増し、あざやかに映えます。「花器も黒を選ぶと、お花が引き立つんですよ」

店名はズバリ「花」と、この上ない清潔さ。優美な姿や香りでも暮らしを潤してくれる花たちへの深い敬愛や、お客様の想いに寄り添う誠実さがうかがえます。

「できるだけお客様のお好みに合わせ、贈答用なら受け取る方のイメージなどをしっかりお聞きして、ご用意しています」。おまかせで、とのオーダーも多く、「期待や信頼に応えたくて、アイデア



1 花に注がれる視線が限りなく優しい玉井政行さん。2 緑を身近に感じながら寛げるカフェのテラス席。3 カフェにはレモンのフレンチトースト(左)、ショコラテリーヌ(右)など単品のほかセットメニューも。4 教室では、プロの指図を受けながら自由なアレンジを。5 季節の旬を反映したフレッシュな花がいっぱい。

を総動員してお作りします。「想像以上によかった」と感想をいだいただけときは、心から嬉しいです」生活の場を彩るのはもちろん、冠婚葬祭にも欠かせないのが花。一生に一度の晴れの日に喜びを揚げたり、大切な方を見送る日には心を癒したり。「花を介してお客様の人生に寄り添える幸福感は、大きなやりがいです」

好評なのが、お花の教室。「珍しいお花が多く、花器もレンタルできて、10年通っても飽きることがない」と生徒さん。アレンジメントを中心に、花束や寄せ植え、ドライフラワー、クリスマスリースなど、メニューは多彩です。

お店に隣接してカフェもオープン。お二人が内装を手がけた店内は、表情豊かな植物たちに囲まれ、さながらお花屋さんの中でお茶をいただいているよう。木漏れ陽が心地よい異空間は、日常を忘れて贅沢気分を満喫できます。フレンチトーストやスイーツなど、小布施産の素材をふんだんに使ったメニューは時期によって入れ替わるので、繰り返し通いたくなりますね！



number.04

せきいこう【石材】

小布施町・上町

将来店を背負って立つ、若き石工職人のこれまでとこれから。

石 工（いしく）という職業をご存知ですか？その名の通り、石材を加工して墓石や工芸品を作る職人のことです。ここ、小布施町で5代に渡り、石材店を営む「名和石材」の長男として生まれ、ゆくゆくは6代目となるのが名和祐大郎さん。「元々、家を継ごうとは考えていませんでしたが、父や祖父の影響はあったと思います。昔から細かい作業が好きなので、向いているとは思いますが」

日本三大石材産地、茨城県真壁町での修行を経て、およそ11年前に入社。「名和石材」の特長は、自社で設計、加工、施工管理までを一貫して行っていることです。加工や字彫りを海外や他店に頼む店も多い中、自社工場でお墓を一から製作でき、細かいケアまで行えるのは県内でも大きな強みとなっています。「石は繊細なものなので、少しの気の緩みも許されません。仕事は常に一発勝負なので、全

力で打ち込んでいきます」やり直しのきかない緊張感の中、高い精度が求められる石工の技術を身につけるには、「失敗」が大切なのだそう。「何回も練習して失敗するしかないですね。そうはつきりと言いつけるのはこれまで積み重ねた経験があるからこそ。入社当時初めて手加工で作った灰皿は今でも大切にしています。」

「現場に出られない冬はノミを叩いています。文化を受け継いでいくという意味でも、いずれ、二級石材施工技能士※」に挑みたいと思っています」名和石材の未来を担う若き職人の努力と挑戦は続きます。

※昔ながらの手加工の方法を実験試験で試される難易度の高い国家資格



名和石材

【本 社】小布施町横町984
【展示場】小布施町上町914-6
☎ 026-247-2813
8:30～17:30 / 不定休

楽しいもの、あります。
気持ちいいから、あります。
季節の終わりを感ぜながら、秋のLAMPで
おたたくらしい時間をお過ごしください！



2023年8月に
貸切サウナ「visi」が
新オープン！
The Saunaの
集大成がここに！



LAMP

☎ 026-258-2978
389-1303 長野県上水内郡信濃町野尻379-2
<https://lamp-guesthouse.com>

Open 11:30-22:00 / Closed 火曜日
Lunch 12:00-13:30L.O. Cafe 14:00-17:30
Dinner 17:30-21:30L.O.
※サウナは完全予約制となります。



number.05

せい

せんべい「煎餅」

小布施町・上町



小布施限定の栗型煎餅。手頃なサイズでお土産にもぴったり。



生地は国産米100%使用、タレは「正田醤油」を使用。



手書きのため、全てが一点ものの「絵書き煎餅」。プレゼントにも人気で、オーダーも可能。



店頭での手焼きは主に土曜日限定(変更有)。焼きたての煎餅を食べるチャンス!



香ばしい焦げ目に、割口まで染みた醤油ダレ。手焼きだからこそできる、こだわりの一枚。

様 々な店と人で賑わう北斎館通り。街歩きを楽しむ途中、香ばしい醤油の匂いに誘われたら、「おぶせ庵 煎餅堂」にお立ち寄りください。人情味にあふれた店主さんが温かく迎え入れてくれます。

まず目に入るのは、店頭で焼かれる大きな煎餅。焼きたての食べ歩きもおすすめですよ。

店の暖簾をくぐると、趣ある店内には様々な種類の煎餅が所狭しと並びます。定番の「醤油」から、変わり種の「マヨネーズ黒胡椒」や真っ赤な見た目の「大辛子」と、味は全11種類。一番人気は、生地を焼いた直後、タレに30秒も漬けて作る、本格的な「ぬれ煎餅」をさらに4日かけて乾燥した「ぬれかり餅」。甘めの醤油味とカリっとした食感がやみつきになります。

「おぶせ庵 煎餅堂」の煎餅は、焼き、味付け、乾燥、袋詰めまですべて職人の手作業で行って

います。直径15cmの生地を、一枚一枚丁寧に手焼きした後、わざと4つに割ってから味付けを行うのが特徴。こうすることで、割口にも味が染み込み、一枚の煎餅の中でも味の変化を楽しむことができます。

そのほかに、ここ限定の可愛らしい栗型煎餅や、店員さんが心を込めてイラストやメッセージを手書きしている「絵書き煎餅」も人気の商品のひとつ。

少し変わったお土産や、美味しいおやつをお探しい方は、是非一度「おぶせ庵 煎餅堂」の煎餅をお試しください。手焼きでしか味わえない、贅沢な煎餅はクセになること間違いなし!



おぶせ庵 煎餅堂
小布施町小布施492-3
☎026-247-6353
10:00~15:00(季節で変更有)
12/31、1/1定休(臨時休業有)
<https://obuse-an.com/>

number.06

せい

いそう

「清掃」
小布施町・松の美

「人の役に立ちたい」
そんな思いで9年間。

コツコツ続ける、

心のこもった草取活動。

い つも同じ時間に颯爽と現れ、小学校の校庭でひとり、草取りをして帰っていく。

「二体あれは誰なんだ」から始まり、今ではちよっとした有名な人である藤森孝さんは、長野県下諏訪町出身、現在84歳。

13年前、日課の諏訪湖周りのジョギング中に心筋梗塞で倒れ、危機状況に陥るも、周りにいた方の迅速な処置が功を奏し、奇跡的に一命を取り留めました。その出来事がきっかけとなり、小布施町で暮らしていた娘さんの働きかけで、2012年に夫婦で移住されました。

まちにも住み慣れたある日、藤森さんは、図書館に行く途中



ご自宅から歩いて来られる藤森さん。春過ぎから秋にかけて地面を這うように広がるコニシキソウは根が硬く、取るのが一苦労。愛用の鎌も今や3代目。



で、小学校のグラウンド中に雑草が生えている光景を目にしました。

「諏訪市の企業を定年退職後、岡谷市で10年間小学校の業務員をしていたので、学校には思い入れがあり、校庭を使う子どもたちのためにも「何とかしなければ」と思いました」

それから、自前の道具を手に入れた草取りに通うこと、今や9年。数にして通算で757回(2023年8月25日現在)。当初は「こんなに続くとは思わなかった」と笑う藤森さんですが、今では体力づくりも兼ねた、大切なライフワークとなり、小学校の先生たちからも感謝されています。

そのほかに、ボランティアで町内の緑化活動にも積極的に参加されている藤森さん。

「二度、人に助けてもらった命なので、次は自分が人の役に立つことをしたい」と話します。

まずは小学校の草取りを10年続けることが目標。一層、校庭を綺麗するために、一緒に草取りをする仲間も大歓迎です!



それを発端に、安藤百福記念アウトドアアクティビティセンター（小諸市）の小諸ツリーハウスプロジェクトに参加することになったのです。デザイナーやアーティストなど、多ジャンルの作家たちが描いたイメージ案を現実の形にする重要な役目を担い、手がけた作品は7つ。「刺激に満ちた、おもしろい体験でした」。独自の遊び心や発想力に、この異業種間コラボレーションも無縁ではないでしょう。

と考える一方、伝統的な技術や文化を生かしたい思いも。解体される古い住宅の床柱や欄間を、新築する建物に取り込んだこともありまして。戸棚やローボードから手すりまで、「できる限り既製品を使わず、大工さんに腕を振るってもらえる設計をしています。匠の技を末永く伝えたい」。趣味はゴルフ。小布施見のマラソンには4回出場。「アフターの飲み会が楽しみで笑」。プライベートも満喫しながら、気負わず自然体で、施主さんの人生を豊かにする空間づくりは続いていきます。

1 小諸ツリーハウスプロジェクトで中山さんが手がけた作品。数々の難問をクリアし、作家たちのアイデアを形に。2-5 中山さんの設計による住宅。吹き抜けや階段、開口部、デッキテラスなどに、プライバシーを保ちつつ暮らしをフレッシュに彩る工夫が満載。6 自身の希望と家族への配慮を詰め込んだ中山さんの自宅。「もちろん全力を注ぎました！が……もう1軒、建てたいですね（笑）。あの頃にはなかった発想を具現化したい」。感性の深化は留まるところを知りません。

中山設計空間工房
小布施町小布施 852-2
☎ 026-247-4628
平日9:00～18:00（土日祝日 打ち合わせ可能）
<https://www.n-kukan.com/>



伝統の技を、文化を生かして、
施主さんとともに創る、豊かな「空間」。
日々の暮らしを楽しみながら。

number.0>
せ
つけい
「設計」
小布施町・東町

穂 やかな話しぶり、気さくな笑顔で、いつの間にか相手の胸襟を開かせてしまう、中山雄二さん。建築設計事務所に16年間勤めた後、生まれ育った小布施で2009年に「中山設計空間工房」を設立。北信地方などで数々の建築を手がけ、町内でも住宅を中心に15軒ほどの実績があります。設計のスタートは、施主さんの希望を徹底的に聞くことから。家族の関係性や、それぞれの性格、生活スタイル、趣味嗜好……。そこにプロの知見や感性が融合し、一つの像に結実していきます。

「結局、行き着くのは『自分が住みたくなる家』ですね。万が一にも「こんなはずじゃなかった」と言われることがあれば、「僕が買い取って住みます」と即答できるほどの覚悟で臨んでいます。印象深い仕事は、「建築ではありませんが、ツリーハウス」。独立後間もないころ、地元の間と廃材を利用してツリーハウスを作り、ブログで紹介した中山さん。

小 布施駅から徒歩1分、北斎
ホールの向かいに、新しい
風が吹いています。やさしい木の
温もりに包まれた外観、開放感
と清潔感のある院内。思わず足
を止めてしまうこは、8月30
日にオープンした「小布施あお
ぞら整骨院」。院長の鶴田大輝さ
んは小布施町出身の30歳です。

「学生時代、部活動で怪我をす
ることが増え、父親の整骨院で
治療を受けるうちに、自分も人
を笑顔にできるこの仕事に就き
たいと思うようになりました」
高校卒業後は、柔道整復師を
目指し、専門学校へ入学。資格
取得後、県内の整骨院で10年の
経験を積み、念願の地元小布施
町で整骨院を開業しました。

鶴田さんが治療の際、心がけ
ていることは、患者さんが身体
の不調により、「生活の中でどん
なこと困っているか」を探り、
改善していくこと。

「地域の健康と笑顔を守る」。小布施町に吹く、新しい爽やかな風。



でなく、例えば「近所のスーパー
まで歩いて行きたい」というよ
うに、回復したら「やりたいこと」
を目標設定することで、モチベー
ションも上がります」
「健康」の形は人それぞれ。一
人ひとりの生活に親身に寄り添
う鶴田さんの真摯な対応と確か
な実力により、早くも、患者さ
んからは回復を実感する多くの
声が届いています。

「治療院」というと、不調が
なければ行く機会が少ないです
が、今、気になることがなくて
も、健康維持のために、誰でも
気さくに「また行きたい」と思
えるような場所にしていきたい」
と話す鶴田さん。



小布施あおぞら整骨院
小布施町大字小布施1503-6
☎026-214-2098 (予約優先)
7:30~12:00/15:00~19:30
水・土曜7:30~14:00/日曜休診
<https://www.obuseazora.com/>

おぶせあ ぞら 妖怪 かた

其の十四

司法書士・土地家屋調査士
行政書士

関口実夫



今 紹介するのは、伊勢町で司法書士、土地家屋調査士、行政書
士の事務所を営む、関口実夫さんです。素敵なお庭のある事務
所兼自宅にお伺いしました。

ドアを開けると、何台もの机と専門書がずらりと並んでいます。
「うちは仕事在三つあるからね。働いているのは私一人だけど、事務
所三つ分の資料と机があるんですよ」

小布施町民が一度はお世話になっていると噂です。
「そんなことないけどね(笑)。45年前に司法書士を開業し
てから、自分で勉強して資格を取って看板を増やした
んだ」



「すごい！独学で三つも資格を取られたのですね。
高校は長野工業高校の機械科だっ
たけど、在学中に機械が嫌になっ
てしまって(笑)。実家のある
飯山で兄の測量会社を手伝
いながら、雪で仕事ができな
い冬場に勉強をしたんだ」

どうして小布施で開業されたのですか？
「当時、町内に司法書士も土地家屋調査士
もいなかったから、こゝだ！と思ってね。そ
れから仕事を増やす為に行政書士の資格も取っ
て。繁忙期は三日間徹夜で働くくらい忙しかったよ」



すごいバイタリテイですね！
「子どもが三人もいたからね。大黒柱だから頑
張ったんだよ。小布施の町も、最初は慣れな
かったけど、一冬過したら地元に戻るの
が嫌になっちゃった。あんまり暮らしや
すくて」

本日は60歳で事務所を畳もうと考え
ていたという関口さんですが、現在72
歳！今も現役の町の頼れる専門家は、
なんと北斎館隣の土産物屋「信
濃屋」のオーナーでもあり、私生活
では「めっちゃかわいい！」と相手を
崩すお孫さんの学校の送り迎えも担
当だそう。

幾つもの仕事を成し、様々な顔をもつ
関口さんは妖怪「舞首」に決まり！三面
六臂の活躍で、今日も町民の信頼に応えます。



必殺技「専門書ビーム」
肩書三つの専門知識は伊達じゃない！

舞首 (マイクビ)

三つの肩書きを幾つもの顔をもつ妖怪。
めまぐるしく首を入れ替えながら、
小布施の人たちと孫のために日々働く。





レシピでつなぐ むかしの台所といまのキッチン

おばあちゃんの背中

vol.14 関谷けい子さん(71歳)の肉じゃがコロッケ

おばあちゃんのお手製料理のレシピをお宅訪問取材、調理中のライブレポートとともに紹介する『おばあちゃんの背中』。連載14回目は、肉じゃがから大変身!「肉じゃがコロッケ」。肉じゃがを利用して、コロッケ、さらにはホットサンドと、3回楽しめるアレンジメニューを紹介していただきます。



朝食にもピッタリ!「ホットサンド」

あっという間にコロッケに!



前日の夕飯「肉じゃが」

これぞ肉じゃが三変化!



「食」

「はね、すり込みなの」「子どもも孫たちもブロッコリーとトマトは赤ちゃんの時から食べているのよ」と、フワツと撫でるような優しい口調で、けい子さんが発した言葉は、愛する家族が食べることでずっと健康でいてほしいという深い愛情にあふれていました。

保育士の仕事と家事に子育てと奮闘する毎日だったけど、働いて帰宅すると、お義母さんが愛情ある手料理を作ってくれていてくれたそうです。

「その料理を食べて頑張ってた。感謝しかない。だから今度は私が、家族が頑張れるように作っているの」と。

キッチンの作業スペースのすぐ横に食卓があって、ギョツとした配置。でも狭いんじゃないかと、家族の結束の場に相応しい温かさに満ちた空間でした。けい子さんの温かさそのものです。ご主人と、99歳のお義母さん、小学4年と2年

マヨネーズを挟みサンド! マヨラーのお孫さんも大絶賛。これ、カレーでも応用できるそうです。その場合ホットサンドにはチーズも挟むとか:最強です。

そんなけい子さんですが、数年前に、頼りしていたお姉さんが倒れ、お姉さんは食事も摂れない状態に。大好きなお姉さんに元気になってほしくて、何が食べたいか聞くと「シチューと、こねつけ」と…。それは、結局は最後の食事になってしまいました。奇跡的に完食し、その数十分後に旅立たれたそうです。

悲しみの中、何も食べられず痩せてくれたのは他でもなく家族だったと…。

「おばあちゃんがいなくなったら僕たちは生きていけないよ」そのお孫さんの言葉が心に響き、頑張れたそうです。

家族が元気でいてほしいから食べたいものを作ってあげたい。「体調を壊した娘も、食べて元気

レシピ紹介

肉じゃがコロッケ

(臨機応変に)

- 肉じゃが 適量
- じゃがいも(補充) 適量
- 肉(補充) 適量
- 玉ねぎ(補充) 適量
- バッター液(小麦粉・卵・水) 小麦粉と卵を混ぜ合わせ、天ぷらの衣より固めになるよう水を少し加える。 適量
- パン粉 適量



になってほしいの…あつ、娘ってお嫁さんの事ね! 嫁って思っていないから! 大事な娘だから」と言う。

その大事な娘さん夫婦は共に教師。息子さんは「母に支えられ仕事に全集中できる:感謝しかない」と尊敬と信頼を感じさせる声で言う。

けい子さんは真正銘の聖母でした。

のお孫さんが食事をして、入れ替わるように息子さん夫婦がその食卓を囲み、けい子さんがそんな家族を見守る。まさに聖母。

今回はお孫さん達のリクエストもあり、大好きなコロッケを作って頂くことに…。実はここからのループが万端で、子育てに仕事にと忙しいママさんにもおすすすめ!

その全容は、まずは1日目の夕飯のおかず「肉じゃが」。

翌日の夕飯に肉じゃがの残りを「肉じゃがコロッケ」に。翌朝、「肉じゃがコロッケのホットサンド」。全部おいしそうですよ。実際おいしかったです♡特にホットサンドは、パンにバターを塗り、肉じゃがコロッケ、キャベツ、ソース、



バター液で衣をつけます



衣がはがれにくく、サクサクに仕上がる!



きょうさん

あいうえおぶせに協賛してくださっている方々を紹介します！



Japan Obuse Committee
Japan Obuse Committee
一般社団法人日本小布施委員会



栗日記
http://usupi.org/kuri



ICHI cafe
sandwich & coffee
ICHI cafe
小布施町大島609-2
tel.070-2679-6618



ch.
books
ch.books
長野市南条町1069
https://chan-net.jp



妖怪倶楽部
https://www.facebook.com/obuseyoukai

ふれぜんと

妖怪倶楽部

今号で取材した**全ての場所に訪れ**、証拠写真を送ってくださった方、先着3名様に「せ」からはじまる、小布施町の何かいいものをプレゼントいたします。

応募先

▶ aiueobuse@gmail.com

締切: 「そ」号発行日まで

ぼしゅうちゅう!!

「あいうえおぶせ」を置いてくださる方

「あいうえおぶせ」に協賛してくださる方

「あいうえおぶせ」に広告を出してくださる方

を大募集しております。「そ」号を発行するために……みなさんのお力が必要です。

へんしゅうこうき

各業界を牽引してきた関和亮さんと荒井広田さん。お二人とも第一線で活躍する著名人ながら親しみもブレない芯の強さも感じられ、それが多くの人を引き付ける人間力につながっているんだなぁと感じた取材となりました。ところで荒井さんは小布施見にマラソン時に取材したのですが、実は私、過去に仮装部門で2回優勝経験があるのですよ!(あくまで仮装の優勝です… ^^;) 2回目の優勝を有終の美として仮装ランナーは引退しましたが、今回の取材で創造力豊かな仮装を目の当たりにし、来年は数年ぶりに返り咲こうかと密かに目論んでいます。目標は王座奪還! …への情熱を燃やし続けることかな。(ライターS)

思い返せば、なかなか台割に苦戦した今号。後半まで取材先が決まっていないページもあり、ヒヤヒヤものでした。しかし、荒井選手が今年の「小布施見にマラソン」のゲストランナーだったり、駅前に整骨院がオープンしたりと、いろんなタイミングが重なり、気がつくとも今回も大満足の内容です。それにしても10年近く続けていると、最近と同世代を取材する機会が増えまして、照れ臭くもありながら、とても刺激になるこの頃です。最後に、今回も取材や制作、関わってくださった全ての方々に心からの感謝を申し上げます。(編集かわうそ)

あいうえおぶせ 第14号 小布施の「せ」をあるく

発行日 / 2023年10月20日

編集・発行

あいうえおぶせ編集部

<https://www.aiueobuse.net>

<https://www.facebook.com/aiueobuse> (Facebook)

P4-5 撮影 P4-9,16-22,24 撮影 P11-14 撮影

遠山宏樹 / 畔上広行 / 大井川茂兵衛 (Hi-Bush)

P16-17,22-23 文

中島敏子 (燕游舎)

P23 写真提供

中山設計空間工房

オブセにナンカ妖怪 イラスト・撮影・文

妖怪倶楽部

おばあちゃんの背中 文

撮影

松澤ゆかり (ICHI cafe) / 竹節友樹 (LODE Film)

お問い合わせ

あいうえおぶせ編集部 aiueobuse@gmail.com

次号は…

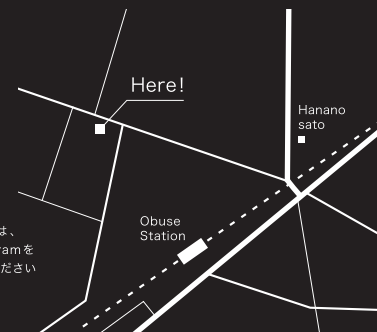


「さ」行もついにラスト! なんだか、行の終わりは謎の達成感が生まれます(笑)。「そ」といえば、やっぱりあれですね。次号は台割には困らなそうですが、逆にページが足りるのか不安を感じます……。そんなこんなで次号もお楽しみに!



世界は、小さなカフェの一杯のコーヒーから。

小布施の住宅と農地の間にひっそりと佇むカフェ。種類は少ないですが、手作りのスイーツとランチをご用意してお迎えます。



カフェ ガトネロ
小布施町小布施2028
金・土曜日 10:00 - 18:00



*詳しくは、Instagramをご確認ください



しっとり濃厚
栗鹿ノ子



ほくほくしとやか
くがね鹿ノ子



みずみずしくまろやか
まろやかの子



世代をつないで受け継ぐ味

弊堂で栗鹿ノ子をつくり始めて百年以上。

そんな歴史が三つのお味になりました。

かのこ三味 2,279円(税込)



開館当初村立小布施記念図書館 T12.11~



小布施町立図書館 S35.9~(条例設置)



現歴史民族資料館(旧都住小学校)へ移転 S47.11~

OBUSE TOWN LIBRARY

小布施町立
図書館

100 YEARS

ANNIVERSARY

SINCE 1923



現まちとしょテラソ H21.7~



大正12年11月小布施に図書館が設置され、昭和、平成の時代を経て、令和5年の今年、創立100周年を迎えました。図書館は100年の悠久の歴史とともに、小布施町民の感性と創造性を育み、文化的豊かさをもたらしてきました。

平成21年オープンした現在の図書館(まちとしょテラソ)は、学び・子育て・交流・情報発信を柱とした「交流と創造を楽しむ文化の拠点」として更なる町の文化振興と新たな文化価値の創造を目指しています。

これからも町民の皆さんに愛され利用していただける施設運営に努め、次代へと継承していきます。

新図書館(庁舎3階)建設完成 S54.3~



国産果実だけの コンフィチュール

ごろっとした、国産果実を味わえるコンフィチュールです。

1瓶あたり3種類の果実を組み合わせ、

原材料のすべてを国産で

揃えています。

信州白桃と
森のあんず

とちおとめと
信州白桃



ぜんぶ国産果実。



信州の恵み ドライフルーツ

その年に採れた信州の果物を、
一粒一粒、じっくりと乾燥させています。
凝縮した果実の味をお楽しみください。

森のあんず

林檎
チップス

