



小布施辞典
 おあ
 ぶい
 せう
 え



第13号



す

で過す
 小布施



TAKE FREE



「す」で過す小布施。

CONTENTS

- 04 「す」からはじまる小布施町、おしえてください。
- 06 鈴花 -小布施 鈴花-
- 10 春原愛良
- 14 スワロー亭
- 16 スポーツ -マツシマスポーツ-
- 17 スナック -スナックりも-
- 18 スマイルママ -RTA 指定スクール smilemom-
- 19 炭 -CURIOUS CAFE-
- 20 朱雀
- 22 スラックライン
- 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



す っかり夏の定番。

自家製栗ペーストとオブセ牛乳でつくった
濃厚な栗のソフトクリーム
「栗あんソフトクリーム」

栗あんソフトクリームに、栗の木テラスで人気の
モンブランペーストをかけた栗づくしの
「モンブランソフトクリーム」

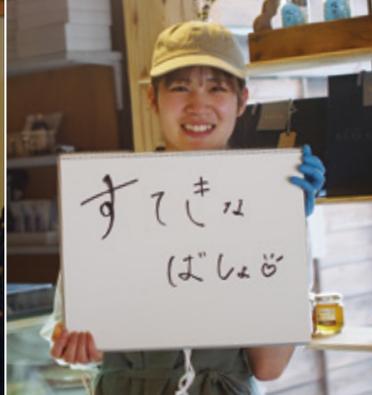
夏の定番、2種類のソフトクリームは
カフェ茶蔵・北斎亭にて販売中



栗あんソフトクリーム

モンブランソフトクリーム

信州小布施で栗菓子二百年
桜井  甘精堂



「す」からはじまる小布施町、おしえてください。





洗練された和空間で、旬の食材とこだわりの日本料理が味わえる名店として美食家をうならせている「小布施 鈴花」。

しかし、店主の鈴木徳一さんほど波乱万丈という言葉が似合う人もいません。底抜けに明るいその笑顔の裏にある、激動の半生とこれからの物語です。

S U Z U H A N A

number.01



ずはな「鈴花」

小布施町・中町

人の縁に恵まれ小布施で開業

「中」島千波ミュージアム」向かい、九州新幹線やしなの鉄道の観光列車「ろくもん」など数々の鉄道デザインを手がけた工業デザイナー・水戸岡鋭治さんが設計した満洒な建物。それが「小布施 鈴花」です。

店主・料理長の鈴木徳一さんは須坂市にあるトンカツ屋の息子として育ち、高校卒業後は会社勤めをしていましたが、二十歳のときに「このまま人生が終わるのは嫌だ」と思い立ち、料理の道へ。弟子入りしたのは、当時、県内の有名ホテルや旅館の総料理長を務め、黄綬褒章も受賞した湯本忠仁さん（現・日本料理「ゆ庵」代表）でした。

「お客様に寄り添う料理人でありたい」という今も大切にしている心構えは、すべて湯本の親父に教わりました。

そんな湯本さんのもとの8年間の修業を経て「小布施堂」に入社。料理家・土井善晴さんのもとでさらに修業を重ね、1998年、同社が手がける日本料理「蔵部」の初代料理長として店舗立ち上げから携わりました。

「当時、『小布施堂』の社長が語っていたのは、100年後の小布施のあるべき姿です。特に好きだったのが『産地から王国へ』という言葉。

小布施は栗を中心とした果樹の里ですが、結局、収穫したものが都会に流れてしまっただけだ。そこで社長が、一流の料理や設備など、世界に誇れるものを小布施につくろうと土井先生を招きました。社長のもとでは、料理に限らずいろいろなことを勉強しました」

さらに、大阪の「味吉兆」で研鑽を積んだ土井先生の影響から茶懐石に興味を覚え、茶道も始めると、料理がより繊細になり、季節も重んじるように。そして、大きな京都にある一流店に足繁く通い、また、大分県湯布院温泉の名旅館を訪ねたり、美術館を巡ったりと、常に向上心をもって感性を

磨きました。その後、小布施の町づくりに携わるようになった水戸岡さんと親交が深まり、独立開業の際、水戸岡さんにトータルデザインを依頼。一年ほどかけて上質な空間をつくりあげ、2007年「小布施 鈴花」をオープンすると、またたく間に評判が広がって一躍人気店となったのです。

二度の余命宣告を経て夢を実現

ところが2015年、鈴木さんに病魔が忍び寄ります。「ろくもん」の企画に携わるなか、くも膜下出血で倒れ、心肺停止で緊急搬送。一命は取り留めたものの10カ



小布施 鈴花
小布施町小布施 102-1 / ☎026-247-6487
昼 11:30～14:00 / 夜 17:30～21:30 (予約制)
水曜定休(月2回不定休)
<https://www.obuse-suzuhana.com>

す えながく、よろしくお祈いします



「6624hair」は2022年4月で8年目を迎えることができました。

末広りの「八」に習い、これからもお客様の喜びと笑顔が益々広がりますように
サロンも日々精進してまいります。

6624 hair Tel 026-247-4582

平日9:30-18:00 / 土日祝9:30-17:00 / 定休日:月曜、第1・3日曜 / Facebook:6624 hair



月間入院し、厳しいリハビリの末、なんとか調理の世界に復帰しました。しかし、その4年後、今度はなんと100万人に一人とされる軟部肉腫（悪性腫瘍）の希少ガンが見つかり、右大腿骨の壊死により余命一年を宣告されたのです。股関節からの切断を余儀なくされ、やむなく閉店を覚悟。しかし、水戸岡さんをはじめとする周囲からの強い説得を受け、さらに妻の亜矢子さんが国立がん研究センターの紹介で足を切断した女性と出会い、その暮らしを聞いて勇気をもらったと言います。加えて、彼女が小布施ファンであり、かつて「小布施 鈴花」にも来店していたことが、鈴木さんに希望を与えました。

「実はくも膜下出血で倒れたとき、高校生だった息子の祥吾が『鈴花を継ぐ』と親戚に宣言したそうで、うれしいなと思っていました。それから京都の調理師専門学校に進学して、懐石料理の名門で修業を積んでいた祥吾と、いつか板場に立つことが夢でした。



1「祥吾が一人前になるまでは頑張らない」と話す鈴木さん。家族の絆は強い。2 季節感を大切にした懐石料理(昼)。3 魚介は上越市まで行って直接仕入れつつ、小布施の気候風土に根付いた食材も提供する。4・5 ゆくゆくはトンカツ専門店を開くことも夢だという鈴木さん。豚肉はこだわりの信州 SPF豚を使用。

通算6年近い闘病生活で悪いことばかり考えていましたが、祥吾との夢の目標があったから頑張れました」

こうして絶望の淵から這い上がった鈴木さん。今は夢が現実となり、祥吾さんと二人で板場に立っています。祥吾さんとしてはもっと京都で修業をしたい気持ちもあつたそうですが、帰郷に迷いはなかったと言います。

「小布施への思いもありましたし、昔から家族で店をやっていたイメージがあつたので、今は思い描いていたことがかたちになってきています。これまでつくりあげてきた『鈴花』をそのままに、京都で見聞きし味わってきた文化や味付けを、いい意味で取り入れていけたら」

こう話す祥吾さんを見つめる鈴木さんの眼差しは、なんと慈愛に満ちていること。

「いろいろあつたけど、今は幸せです。これからが本場の『鈴花』の幕開けです」

鈴木さんの力強い言葉が「小布施 鈴花」のさらなる進化を物語っています。



小布施町出身の新進気鋭の若手女優。
映画「あみこ」で鮮烈な印象を残し、
着々と役者の階段を駆け上がっている。

PROFILE 1997年小布施町生まれ。2017年、映画「あみこ」で初主演デビュー。PFFアワード2017、観客賞を受賞し、第68回ベルリン映画祭・フォーラム部門に出品された。以降、映画や舞台に出演。ドラマ「僕の姉ちゃん」が7/27(水)よりテレビ東京にて放映。

「入 生頑張ったって仕方がない。どこへ行くこうが意味はない、どうせ全員死ぬんだから」。風変わりで大胆で、思い立ったら何でもやってみる。手段を選ばず人生を切り開く。映画「あみこ」で春原さんが演じた女子高生・あみこの役柄です。難役を見事に演じ切り、自主製作映画ながら異例のヒットを記録する話題作に。撮影されたのは、春原さんが大学進学で小布施から上京した18歳の頃。「役者になろう」と決意したわずか一年での大躍進でした。

きっかけは小布施の野外劇

インタビューをしたのは、小布施町での思い出の場所のひとつという「まちとしゃテラソ」。力強い眼差しと小動物のような愛らしさを併せ持った春原さんは、エキセントリックなあみこはまた違った印象です。ところがご本人いわく、あみこに共感する部分も多いのだとか。

「私も割とあみこのように情緒が激しくて表に現すタイプです。映画を観た家族からも『愛良のようだった』と言われました(笑)」
男の子と追いかけてくをしたり、中高時代はバドミントンの部活に励んだり、活発な幼少期を過ごした春原さん。演劇経験は皆無でしたが、高校3年時の進路選択で

都会への憧れから思い立ったのが「役者」でした。もちろん、家族は反対。そんななか、国語の先生から芝居の話聞いて興味を持ち、小布施ハイウェイオアシスでの野外劇に参加したことが、ひとつのきっかけになりました。

「エキストラのような役でしたし、キラキラしたイメージと違って稽古が長いなど地道な面も見えましたが、やはり達成感がありました」

結果、家族の応援も受け、さらに一人で東京の劇場に足を運んでリアルな芝居の空間に触れたことが決め手に。上京し、大学で演劇を学ぶことになりました。

進学後は、芸能事務所に無所属でも受けられるオーディションに参加。そして、初出演した舞台「氷裏」のフライヤーに使われた春原さんの豊かな目の表情に惹かれて声をかけたのが、「あみこ」の監督を務めた同世代の山中瑠子さんでした。

「無名の大学生監督でしたが、当時は『とりあえず何でもやってみよう』という気持ちしかありません

んでした」

実際に監督に会うと、なんと長野市出身で、かつてはバドミントン部員で、あみこは長野市の女子高生役と判明。共通点の多さも後押しになりました。

「監督にとっても初作品で、全てが手探りでしたし、撮りたいものが明確な監督の思いに伝えていく難しさや必死さもありました。でも、その頃の私はなんだか強気で『大役をもらえて運だけはあんな、自分は何でもできる』と自信しかありませんでした」

上映後は新聞に掲載されたりと地元でも話題に。長野市の上映館は満員御礼の大盛況でした。



学校の長期休みはよく友人と訪れ、勉強や読書をした「まちとしゃテラソ」。愛読書だった『風の谷のナウシカ』を読みつつ「馴染みの場に帰ってきた懐かしさがある」と話します。

ずっしりごろごろ、桃づくし。

北信州産もものタルト
北信州で採れる新鮮な桃を、
贅沢に使ったタルトです。
あかつき、ネクタリン、ワッサー、
なつっこ、黄金桃など、
様々な桃が季節に合わせて楽しめる
小布施「KUTEN。」だからこそ、
召し上がることの出来る一品です。
桃それぞれの甘み、酸味、香りを
楽しんでいただけるよう、
土台はシンプルに仕上げました。
表面には自家製ネクタリンシロップを使用。
薄いピンクで見た目も楽しい
タルトに仕上がっています。



1 piece 650yen

FRUIT & CAKE
KUTEN

381-0211 長野県上高井郡小布施町雁田604
TAKE OUT / 10:00~17:00 (なくなり次第終了)
CAFE / 11:00~17:00 (16:30L.O.)
LUNCH / 11:30~17:00 (14:30L.O.)

Tel 026-214-2849

Instagram



EC site



自分の表現をするために

春原さんの言葉を文字にすると、
たしかに、あみこに共通する行動力
や度胸も感じ取れる一方で、じつ々
りと考えて思いを言葉にしていくな
か、思慮深さも感じられます。では、どの
ように役作りをしているのでしょうか。

「台本を読んで人物像を想像しま
すが、結局は難しく考えず、現場で
監督の話聞いて表現するしかない
のかな。それに芝居は一人でできな
いので、相手役とコミュニケーション
を取っていくしかないですね」

特に印象深かったと話すのが、
2021年12月に上演された演劇
プロデュース・ユニット「城山羊の
会」の舞台「ワクチンの夜」。エロ
スと笑いが入り混じった家族の物語
で、春原さんが演じたのは、不条理
な登場人物の誰にでも優しく振る
舞う女子大生役でした。

「彼女は家庭に問題を抱えている
から、皆に愛されたい、近寄って
くる人を手放したくないという思
いがあると意識して演じました。
でも終わってみると、もつと女の
艶っぽさを出すなど別の表現も



あったかもしれません。演出の山
内ケンジさんは役者に指示をしな
い分、すごく考えないといけない。
同時に、役者一筋の先輩方が経験
豊富で格好よく、真剣に取り組む
姿に刺激を受けました。今は芝居
がたくて仕方ないですね」

そんな春原さんの展望は「特別
なことをせずとも、当たり前のご
とができる役者になること」。

「結局、自分の内面にはないものは
表現できないので、多くの作品に触
れ、経験したものを大切に積み重ね
ていく役者になりたいです」

その原点である小布施は、帰って
くるたびに落ち着き、初心に戻って
「東京で頑張ろう」と思える場所。
愛する故郷の存在がまた、役者・
春原愛良への糧になります。



取材協力
まちとじょテラス
(小布施町立図書館)

小布施町小布施 1491-2
☎ 026-247-2747 / 9:00~19:00
火曜・年末年始・月末整理・特別整理日 休館
<https://www.town.obuse.nagano.jp/lib>

「スワロー亭」
小布施町・中町

さ まざまな店に観光客が賑わう観音通りに、古本屋「スワロー亭」はあります。一歩足を踏み入れれば外の賑わいを忘れ、静謐な雰囲気にも包まれます。店内に流れるちよっと不思議なBGMはどこか居心地が良く、あちこちにある奇妙な置物や古道具は、訪れた客を非日常へと誘います。

ここ「スワロー亭」を営むのは町内でデザイン・編集・執筆などを行う「燕游舎(えんゆうしゃ)」のお二人。大阪府出身、グラフィックデザイナーの奥田亮さんと、長野県岡谷市出身、編集者・ライターの中島敏子さんです。東日本大震災がきっかけで東京から地方移住を考えるようになり、中島さんの仕事を通じ、関係性のあった小布施町に2012年の冬に移住。住居に決めた物件が、以前クリーニング

スワロー亭
であっかう
あれこれ。

BOOKS

【新刊書・古本】

人文社会系を中心に、哲学、芸術系などの古本と、お二人のセレクトした新刊書が並びます。その他、「スワロー亭」とご縁のある方の新刊本も。入荷情報はお店のInstagram・Twitter・Facebookをチェック!



ORIGINAL GOODS

【文具・服飾雑貨など】

「スワロー亭」の隠れキャラ・児童のオリジナル文具や種から育てた瓢箪アクセサリ、「燕游舎」が制作、発行するZINE「巷」などが不定期で入れ替わります。

瓢箪楽器演奏家
奥田さんのCDも



オンラインストア
でも購入可能です



CLOTHES

【洋服(快晴堂)】

全国でも古本屋で「快晴堂」と取引があるのは「スワロー亭」だけ。「快晴堂」の服は上質な生地使いと、丁寧に作りこまれた個性的なデザイン、飽きずに長く着られる不思議な魅力が好評です。店内で試着も可能。



普段出会わないような素敵な本に巡りあいたい時、
ゆっくり本を選びたい時、おすすめの本屋さん。



1 どこか懐かしさを感じる店内はゆったりと時間が流れている。2 古道具屋で一目惚れして購入したという謎のCDラック。こういった不思議な置物が「スワロー亭」独特の空気感をつくり出している。3 瓢箪(ひょうたん)楽器演奏家としても活動する奥田亮さん。4 店の一角には「燕游舎」が制作に携わった書籍も。

屋だったというところで、元からあった店舗スペースで何かできないかと考えるようになったのだから。

「当時、小布施には本屋がなく、二人とも、本に携わる仕事をしているのに寂しさを感じていました。そこで、古本屋をやるうと思いい立ちました(奥田さん)」

いざ決意すると、不思議とご縁や、周囲の協力が恵まれ、それに後押しされるように開店準備が進み、2016年1月に「スワロー亭」がオープン。告知や宣伝はほとんど行わず、時間をかけてお客さんが増えていったそうです。扱う本のセレクトも自ずとお二人の趣味が反映されるように、自信を持って仕入れた本が売れていったり、アポ無しで誰かが訪ねてくる、お店ならではの出来事に楽しさを感じていったといえます。

それから数年経ち、生活に必要な以上の空間が余っていたことから、店舗スペースを拡張して、2020年5月にリニューアルオープン。もともと増やしたかったという新刊書を充実させたり、ゆっくりと本を読む場所もでき、より居心地の良い空間へと生まれ変わりました。

今後も、カフェやギャラリー、ライブと、やりたいことがたくさんあるというお二人。その中のひとつが、「まさに本屋を増やす」こと。
「古本屋は店主によって個性が出るので、たくさんある方が一軒一軒、粒が立ってきます。いつか町内で本屋を回遊できるような、『本屋のまち』になったら楽しいですね(中島さん)」



スワロー亭【燕游舎】
小布施町小布施101
12:00~18:00
火・水・木曜日休
(臨時休業あり)
http://www.enyusha.com
Instagram:swallowteienyusha
*古本の買取・引取は受け付けておりません

number.05
すなっく
「スナック」
小布施町・横町

ママや常連客と酒を飲みつつ、雑談やカラオケを楽しむ夜の社交場「スナック」。興味はあるけれど訪れたことがないという人も多いのでは。しかし、最初は緊張しても、いつの間にかママや常連客と笑顔が増えている場所、それがスナックなのです。

魅力はなんといってもママの人柄や個性。「スナックりるも」も、ママの清水真由美さんとおしゃべりを求め、夜な夜な、お客が訪れます。取材日は大雪の夜でしたが、続々と訪れる常連客のなかには骨折をして松葉杖をついている人も！愛されている様子が伝わってきます。

「若い頃はお客の社長さんたちの会話を聞いて社会勉強したのでもいい思い出」と話す、この道30年の清水さん。これまでに4軒のスナックで働いた経験も生かし、2006年に「スナック

扉の向こうに広がるおおらかな空間。思い思いに過ごせる夜の社交場。



1 30～50代を中心に幅広い客層が集い、遠方から訪れる人も。2 小布施駅前にある広い店内。3 乾き物だけでなく手作り料理のつまみもういしい。隣店の焼き鳥屋の注文も可。4 ボトルキープの多さも常連客に愛されている証拠。5 「居酒屋ともバーとも違う雰囲気のおしゃべりが楽しい」と清水さん。



スナックりるも
小布施町横町1504-3
☎026-247-2899
19:00～24:00
月曜定休

クリるも」をオープンしました。もともとなじみ客が多かったこともあって友だち感覚の接客が口コミで広がり、少しずつ常連客が増えていったとか。「はじめは知らない者同士でも、馬鹿話をしていうちに自然と仲間になるのがスナックのいいところ。みんなに笑って気楽に過ごしてもらえたら」と話します。

コロナ禍でも「この店をなくしたくない」と願う人たちが通い続け、支えられているという清水さん。常連客がママを助ける一体感もまた「スナックりるも」の魅力です。時にはママに悩み相談をしたりと思いに過ごせる居心地のよさがあり、店を出た時のほろよい気分が明日への活力に。そんなスナックが気になるあなた。今宵、夜の街に繰り出してみませんか。



黄色い外観がお馴染み。バレーボール名將のいる、まちのスポーツ用品店。

number.04
すぱーつ「スポーツ」
小布施町・伊勢町

小 布施駅から一際目立つ黄色い建物。ここは、まちのスポーツ用品店「マツシマスポーツ」。スポーツ用品だけでなく、小中学校の運動着やオリジナルチームTシャツ等も取り扱うため、小布施町で育った方であれば一度はお世話になったことがあるのではないだろうか。

店主の松嶋博さんは、隣町のスポーツ用品店に6年間勤めた後、地元小布施町で25歳の時に「マツシマスポーツ」をオープン。それ以降45年間、町民を中心に長く親しまれています。

そんな松嶋さんを語る上で何より欠かせないのは「バレーボール」。店内の一角を見ると、所狭しと成績を讃える記念ボールが並びます。それもそのはず、松嶋さんは、全国大会常連であり、過去4度も全国を制した小布施スポーツ少年団女子バレーボールチームの名監督なのです。そんな松嶋さんの指導を求



マツシマスポーツ
小布施町伊勢町1446
☎026-247-3205
9:00～18:00
月曜定休

るところで、町民にとってはお馴染みの黄色い店舗。どうして「黄色」なのかご存知でしたか？その理由は、松嶋さんが平和を願い、広島島のアカシアの黄色い花をイメージしたからだそうです。そのあたたかく鮮やかな色は、今日も駅前を彩ります。

スポーツ少年団の練習は週6日。店の経営に監督業と多忙な松嶋さんですが、「子どもたちの成長が見えるのが何より楽しい、人生のライフワーク」と語ります。

め、近隣地域や他県からも意欲あふれる子どもたちが集まります。数多い教え子の中には、なんと春高バレー優勝選手もいるのだとか！

スポーツ少年団の練習は週6日。店の経営に監督業と多忙な松嶋さんですが、「子どもたちの成長が見えるのが何より楽しい、人生のライフワーク」と語ります。

育児を頑張るママの笑顔の手助けに。
ベビーマッサージで深まる親子の愛と絆。

子 育て中のママに人気の習い事として定着しつつある「ベビーマッサージ」。実は、赤ちゃんだけでなく、ママにとっても、たくさん効果があることをご存じですか？

町内でベビーマッサージ教室「smilemom(スマイルママ)」を開く小暮徳子さんは小布施町出身、4人の子どものママ。長女の出産がきっかけで、ベビーマッサージに出会いました。

「マッサージを通じて、肌と肌でじっくりと触れ合うことで、愛情が増し、自分の心にも余裕が生まれました。さらにその日、子どもの寝付きがとても良かったこともあり、ベビーマッサージの資格に興味が湧きました」

その後、小暮さんは育児中にベビーマッサージセラピストの資格を取得。以降、小布施町を拠点に教室やイベントを開催し、その魅力を広めています。「ベビーマッサージには、身体

の成長の手助けや便秘・夜泣きの改善など、様々な効果があります。毎日続けることで、赤ちゃんの変化に気が付けると、自身の育児に自信を持つことができると小暮さん。それに、参加しているママ同士みなでおしゃべりすることはストレス解消にも繋がるのだとか。そのため、教室は一人一人としっかりコミュニケーションがとれる、少人数制がこだわりです。

ママが笑顔だと赤ちゃんも自然と笑顔に。ママが笑顔でいるお手伝いがしたい。「smilemom」という名前にはそんな想いが込められています。ベビーマッサージに興味があればぜひ、教室を訪れてみてはいかがでしょうか。



RTA 指定スクール smilemom
☎090-4537-8006
完全予約制
LINE : @mkv7514i
instagram : nonkg0

number.06
す まいるまむ
「スマイルママ」
小布施町・押羽



全コース、レッスン中の赤ちゃんの写真のプレゼント付き。



マッサージの他、スキンケア、おちんちんケアのレッスンも受けられます。プライベートレッスンは夫婦での参加も可能。



手形アートや写真スタジオとコラボしてイベントを行うことも。



RTAオリジナル 最高純度のピュアホホバオイルを使用するので安心。



number.07

す み

【炭】
小布施町・東町



見た目も楽しい真っ黒なメニューで健康に。
小布施出身の若い店主が営むユニークなカフェ。

カ ラフルな食べ物やスイーツがInstagramを彩るなか、小布施に新しくできたカフェの写真が話題になっています。

店主の田中辰弥さんは小布施出身の26歳。軽井沢や長野市で飲食店に勤めた後、コロナ禍でも地元小布施町を盛り上げたいとの想いで、昨年5月に「CURIOUS CAFE(キュリオスカフェ)」をオープンさせました。

店名である「CURIOUS(物珍しい)」という文字通り、初めて訪れた方がまず驚くのは、何ととってもメニューの見た目。真っ黒なパンに真っ黒なドリンクを見て、「どんな味がするの?」と思うかもしれないが、この黒色の正体は食用の竹炭で、味や匂いはありません。それどころか、豊富なミネラルを手軽に補給できたり、便秘改善やデトックス効果が期待でき、近年では海外でも注目されている無添加食品なのです。

添加物、化学調味料は一切使わ

ず、手作りのものを提供するのがカフェのコンセプトです。

「竹炭の良さをもっと知ってもらって食生活に取り入れて欲しい」と話す田中さん。実際には、お客さんから「肌の調子が良くなった」などの声をいただけることもあり、喜びを感じるそう。お客さんに興味を持っていただけるように、黒いメニュー作りをするのも田中さんの楽しみのひとつ。過去にはパンもカレーも全部真っ黒なカレーパンを作ったり、黒いスイーツにも挑戦しているとのこと。

見た目も楽しみながら体も健康に。いいこと尽くしな真っ黒メニュー、今後プームを巻き起こすかも!?



CURIOUS CAFE
小布施町東町507
11:00~17:00
木曜定休・金曜不定休
instagram : curious_cafe

採れたての新栗を蒸して裏ごしし、砂糖も何も加えずに、そのまま栗あんの上にふわりと盛った「栗の点心 朱雀」。

新栗の収穫期である9月から10月の1カ月間のみ、栗菓子の「小布施堂本店」で味わえる一品です。

新鮮な栗そのものの豊かな風味をたっぷりと味わってほしい。

この時期だけの新栗の仕込みの雰囲気伝えたい。そんな思いが詰まっています。



1988年。製造工場である小布施町の仕込みを見ていた市村社長は、ふと、ライン上を流れる麺状の原料、つまり砂糖を加えて煮込む段階の素材をつまみ食いました。そして「これ、うまいじゃん」とひらめいたのです。

「蒸しただけの栗とも食感が違うし、香りも高い。この新鮮な完熟栗そのもののおいしさを多くの人に味わってもらい、今だけの仕込みの雰囲気も感じてもらいたい」

そんな思いから、お祭りの証のような縁起物として、葛飾北斎が小布施で描いた「鳳凰」をヒントに「朱雀」と名付けて提供を開始。とはいえ、当初はメニューに掲載しておらず、常連客に声をかけて提供しただけの、知る人ぞ知る存在でした。注文を受けたら本店の店員が工場に取りに行き、仕込み量が少ない時は出さないなど、のんびりと気ままに提供していたそう。ところが次第に評判となり、およそ10年前にテレビ番組に

取り上げられると状況は一変。一気に大ブレイクしたのです。「栗そのものなので、栗の状態によって風味が違います。うまいと言われたら、栗のおかげ。まずいと言われても、栗のせい(笑)。その違いを楽しむために、シーズンに何度も訪れる方もいます」

栗を出荷している地元農家には招待券を渡し、自分が育てた栗を味わってもらおうことも大切にしているそう。

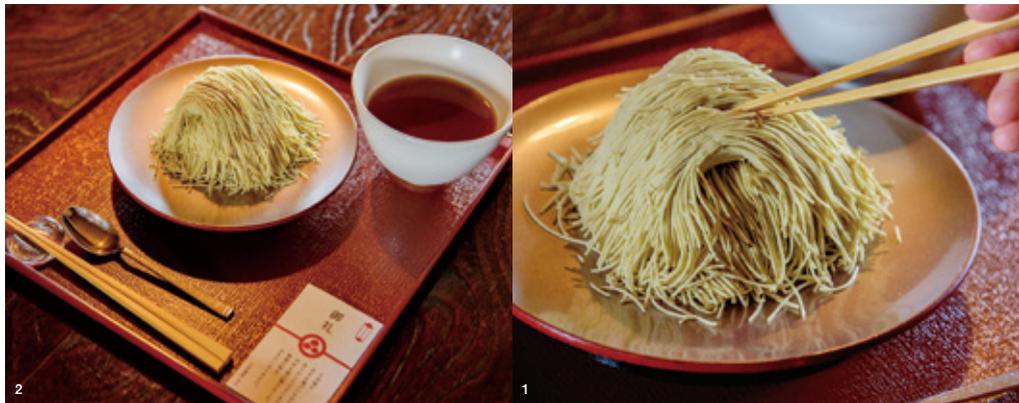
そのうえで、コロナ禍以前は予約制にせず整理券を配布するスタイルにしていたのは、待ち時間に小布施を巡ってもいい、他店も含め、さまざまな栗と町の楽しみを満喫してほしいからだそう。その懐の深さもまた、「朱雀」が愛される続けている理由なのでしょう。



小布施堂本店

小布施町808
☎026-247-2027
9:00～17:00 / 年中無休
https://obusedo.com
*朱雀の情報はHPをご確認ください

1・2 箸で味わう“点心”。1個200gで、栗15～16個分を使用。3 毎年、提供初日を「朱雀開き」、最終日を「朱雀納め」とし、来店者には祝いの羊羹も贈呈。4 自宅で楽しめる「カップモンブラン」は傘風楼、オンライン、県外の百貨店などで販売。5 セミフレッドアイスを使って洋風に仕上げた「モンブラン朱雀」は専門店「えんとつ」で通年提供。



言

わずと知れた栗の名産地、小布施には、収穫の秋、旬の味を求めて多くの観光客が訪れます。なかでも連日、ひときわ長くい行列ができるのが「小布施堂本店」。人々のお目当ては、30年以上前からこの時期だけ提供されている「栗の点心 朱雀」です。蒸した新栗を裏ごしし、麺状にしたものを栗あんの上に乗せた、ビジュアルも味わいもインパクト大の一品。期間も数量も限定なうえ、テイクアウトも不可とあって、コロナ禍以前は遠方から足を運んで早朝から並ぶ人が続出し、その大行列は小布施の秋の風物詩でした。

パッと見はモンブランのようですが、あくまでも菓子ではなく「点心」。ここが重要なポイントです。

「点心としているのは、砂糖なども一切使わず、栗の素材そのものだから。点心なのでポリウムもあります」

こう話すのは「朱雀」の生みの親である小布施堂の代表・市村次夫社長です。さかのぼること、

す

らつくらいん

「スラックライン」
小布施町・雁田

この満面の笑顔のお坊さん、ただ合掌をしているわけではありません。なんと、地上1mほどに張られた幅約5cmのライン上を歩いているのです！

と説明するまでもなく、小布施町民なら誰もが知っているであろう「スラックライン」。伸縮性と反発性のあるラインの上でバランスを取りながら、歩いたり跳ねたりする新感覚のスポーツです。体幹や集中力などが鍛えられ、アスリートのトレーニングとしても導入されているほか、低い位置に設置すれば小さな子どもも遊べます。

そのスラックラインの「聖地」として全国に知られる小布施町。立役者が、歴史ある浄光寺の34代目であり、現在、副住職を務める林映寿さんです。仏教系大学を

に伝えたい。さらには、社会問題化している子どもの体力低下も解消できるのではないか

そんな発想が、「聖地」のはじまりでした。

学校教育への導入から ワールドカップも開催

まずは寺庭にスラックラインパークを造成。当時5歳だった長男の映心くんも取り組むようになり、「体幹を鍛えるなら幼少期から」と考え、町内の保育園に取り入れてほしいと町長に直訴しました。すぐに理解が得られ、なんと翌日には園庭にラインを張ったそう。さらに、小布施中学校の先生から、部活動や授業にも取り入れたいと相談を受け、中学校にも導入されました。

「個人レベルで頑張れるスラックラインは、運動が得意ではない人も挑戦できるのも魅力なんです」



Slack
Line

トランポリンと綱渡りのハイブリッド。 スラックラインの「聖地」は浄光寺からはじまった！



1 1408年に建立され、国指定重要文化財の薬師堂がある浄光寺。2 雨の日でも練習できる屋内スラックハウス。3 「寺子屋や地域コミュニティの中心的存在だった寺の役割を現代でも担いたい」と話す映寿さん。4 浄光寺境内に広がるスラックラインパーク。誰でも無料で利用できる国内最大級の施設。

卒業後、すぐに家業である浄光寺の僧侶として働きはじめた映寿さん。スラックラインをはじめたきっかけは「寺の存在価値を高めた」という思いでした。

「全国に5万軒あるとされるコンビニには毎日のように人が行くのに、7万7000寺あるお寺に行くのは年に一回程度。そんなお寺が明日閉門しても困らないけど、浄光寺だけは閉まったら困る。そんな存在になるためには、若い人も来なくなるきっかけをつくりたいと思ったのです」

そう考えていた2013年、仲間と出かけた先で見かけた一本のヒモ。なんだか乗れるようだぞ？と挑戦したのが、スラックラインでした。

「最初は全然できなくて悔しくて。でも練習していくと、歩けるだけで周囲からチャホヤされる。この、できないことへの挑戦とできたとときの喜びを子どもたち

映寿さんがこう話す通り、夢中になった生徒たちが浄光寺を訪れるようになり、遊びながら切磋琢磨して練習するように。彼らが上達してくると「もっと上手な選手の姿を見せたい」と思うようになり、「どうせなら日本中の一流選手を小布施に集めよう」と考えて開催したのが、2014年の日本オープン選手権大会でした。選手育成も強化し、小布施から16人が出場。町内から多くの観客が訪れ、小布施のスラックラインの知名度は着々と向上していききました。そして2016年、とうとう木下晴稀選手が、新星のごとくアメリカ開催の「X-GAMES」で優勝を果たしたのです！

これにより、世界を意識しはじめた映寿さん。翌年にはアジア初となる「スラックラインワールドカップ(W杯)ジャパン・フルコンボ」を開催し、3万人の観客を動員

しました。

「エージェンツや代理店を頼らず、自分たちの力だけで、わずか10カ月の準備期間で開催を実現させました。前例がないことに挑戦する背中を子どもたちに見せたかったんです」

その大盛況を受け、2019年には日本で2回目となるW杯を開催。木下選手が見事、地元優勝を果たし、映心くんも最年少でベスト8に入賞して、「スーパード小学生」の名を世界に轟かせました。

復興支援も、スラックラインがあつたから

ところが、W杯が大成功に終わった一カ月後、長野県を「令和元年台風第19号」が襲いました。会場だった小布施総合公園は浸水し、協賛してくれた地域の方々が壊滅的な被害を受けたのです。

「今度は協力してくれた皆さんに恩返しをする番だ」と立ち上がった映寿さんは、復

5-6 高難易度のあくらを披露してくれた映心くん。サブブランド「セノビル」やアパレルブランド「グラミチ」とスポンサー契約も結ぶなど、広く活躍する。寺には戦歴の表彰状も。7 手軽にスラックラインを練習できる「スラックレール」等も売店で購入可能。8 小布施中学校では保健室前にスラックラインを設置。



小布施町民、総“スラックライナー”時代!
大盛況のW杯から後進育成へ

真言宗豊山派 浄光寺 小布施町雁田676 / ☎026-247-3924 <https://www.jyokoji.jp>
浄光寺スラックラインパーク 小布施町雁田676(浄光寺内) / ☎070-4413-5991 / 9:00~18:00 <http://www.obuseslack.com>

復興支援を開始。その過程で多くの教訓を得たことで、災害に強い地域づくりを考え、現在は防災と農業を掛け合わせたライフアミューズメントパーク「nuovo(ノーボ)」の活動にも取り組んでいます。「スラックラインがなかったら、復興支援もありませんでした。W杯ができたのだから、防災のイノベーションも起こせない理由はないと思っています」
だからこそ、原点であるスラックラインは、今後のさらなる継続と発展のためにも後進の育成に取り組みでいきたいと映寿さん。
「日本をマイナースポーツでも食べていける国にしたい。楽しみながら、選手でも指導者でも生きていける仕組みづくりをしていきたいですね」
「前例がない」ことにワクワクする映寿さんのスラックラインの挑戦は、まだまだ続いています。

おびんこに妖怪

其の十三

nuovo 専業本部長
日本笑顔プロジェクト代表

春原圭太



今回の妖怪ターゲットは、小布施町で「平時を楽しみ有事に備える」がコンセプトのライフアミューズメントパーク「nuovo(ノーボ)」の事業本部長である春原圭太さんです。雁田山の麓に突如現れた、パワーストーンやバギーなどの、たくさんのおもちゃ。こちらは？
「昨年10月にスタートした、防災・救助のための重機の教習を行うための訓練所です。水害・土砂災害・雪害などに対応する、オールマイティな訓練を行っています」



開始から20ヶ月で受講者1000人突破という、人気の理由は？
「他の講習所では数十人に対して重機一つの講義が多い中、nuovoでは5、6人に対して講師一人、重機一台で行っています。また、スタッフが実際の災害現場に入っ
て作業を行っているの、教える内容の質も違うと思っています」
なるほど！重機講習だけでなく、災害救助の活動もされているんですね。

「そうなんです。いざという時に救助に向かうには、人材と機材が必要になります。平時に行政が維持するのは金銭面でも難しいことです。だったら民間で動かそう。災害救助はボランティアになるので、普段は人材育成を仕事として行い、救助要請があつた場合には



現場にスタッフが駆けつける体制をとっています」
緊急事態の際にnuovoのような団体があると、地域の方も心強いですね！
「冬は除雪の仕事を請け負ったりして土日なく動いているので、そう思ってもらえると地域のために働く意義があると思います(笑)」
前職は介護福祉士、nuovoに入ったのは昨年3月という春原さん。転職のきっかけは？
「台風19号による災害です。働いていた豊野町の病院での災害支援の仕事と並行して個人でボランティアを行っていたんですが、浄光寺の映寿さんと知り合っ
て、活動を共にしていくうちに、地域のために役立つことを仕事にできればと
転職を決めました」
もともとの夢は消防士だそうで、一貫してひたひたに働く姿勢に脱帽です。これからの目標は、災害支援の活動を次世代に繋げていくことと語る春原さん。妖怪は、大きな車輪をもつ「輪入道」に決定！災害救助も除雪も任せ、やる気の炎をまとい町中を走ります。



必殺技「重機」!
雪崩・土砂崩れどんどんこい。
大型重機で駆けつけるぜ!

輪入道 (ラニユウドウ)

大きな災害時に現れる。
炎に包まれた車輪の妖怪。
人の手では動かせない雪や泥を
かき分けて、町中を走り回る。

機





レシピでつなぐ むかしの台所といまのキッチン

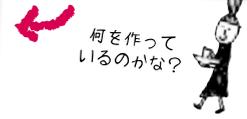
おばあちゃんの背中

vol.13 鈴木直子さん(68歳)のやしようま

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13回目は、信州の郷土料理『やしようま』。「鈴木さんのやしようまは絶品!」と評判で、講習会の講師にもひっぱりだこ。今回はそんな鈴木さんの『やしようま』レシピを大公開します!



細長く丸め、パーツを作ります



何を作っているのかな?



パーツを全部合わせると...!?



お孫さんも大喜び!



アンパンマンの出来上がり

お

積迦様の弟子「ヤシヨ」が、稲の落穂を拾って団子を作り、お積迦様の亡くなる直前に差し出したところ、これを召し上がったお積迦様が「ヤシヨ、うまかったぞ」といって息を引き取ったことから「やしようま」と呼ぶようになったらしい…。まあ語源については諸説あるらしいけどね…。と直子さんはリズムミカルに生地を練りながら語ってくれました。

何度も試行錯誤を繰り返して、作られた作業台は、よく陽の当たる縁側に置かれていました。見るとその土台は桃のコンテナ…。

「これが丁度いい高さなのよ。桃を作っていたよかった」と、なんとも無邪気な直子さん…。

予め準備してくださった生地は、米の粉と砂糖と塩を良く混ぜ、熱湯を少しずつ加え、良くこねた後、平らな塊にして蒸し器で15分蒸したの。これを1〜2分冷水にどって冷ましてからこねると時間が経っても硬くなりくいへず。さあ、この生地でいよいよ模様づくりへ…。

分量配分、色付けとまるで魔法の手のように…。使う道具もホームセンターの調理器具売り場ではなく、建材売り場でベストアイテムをチョイス。どうしたら

は空気が入らないよう、隙間にも細く伸ばした生地をしっかりと詰める事。最後にワイヤー(墨出し用by建材売り場)でカット…。

買った物から戻った長男のお嫁さんと1歳8か月のお孫さん。まだちよつと何を言っているかはわからないけれど「ばあば、ばあば」だけはハッキリとした口調。かなり直子さんが好きな様子の直子さんもお孫さん用にアンパンマンの「やしようま」を楽しそうに作る…。難しそうなアンパンマンの眉毛なんかもナンのソノ…。

お嫁さんのはるかさんは、直子さんとは幼い頃から家族ぐるみの知り合いだったそうで、はるかさんが免許を取りたての時、一人で茨城県から直子さんのお父様に会いに来るほど慕っていたとのこと…。その家に嫁ぐとはなんたるご縁…はるかさん曰く「頼りがいのある、何でも出来るお母さんです」

皆で湯気が立ちそうな作りたてをいただく…柔らかない♡そして甘さと塩気が絶妙。懐かしくて美味し…。後日、たくさんお土産にくださったやしようまを焼いて砂糖醤油でいただく…。日が経っても全く硬くならないし、米粉の風味もしっかりあって

もっと上手く出来るかを追求した結果だそう…。

見ていると、思った以上に力仕事だし体力勝負。昔はたくさん作る時には妹さんが補助作業をしてくれ随分助かったそうで、

「今日も、だれか手伝ってくれるとありがたいんだけど…」と直子さん。ええ、そうですよね?

私の事ですすよね?…実はこの数時間前、別の仕事で利き手の指を2本火傷してしまい、ここまでの道中は保冷剤、鈴木家に

着いたら先ずは庭に積もった雪を拝借…更には事情を知った直子さんにオロナインを塗っていたけど始末…手伝えなくてカタジケナイ…。

深く反省している間に各パーツが色付けされ、出来上がってゆく…。基本になる梅の花から合体開始。コツ



米粉と調味料を練って蒸した生地



自然の食材でパーツごと色を付けます

工夫次第で色んな柄のやしようまが作れるね!



やしようま(4本分)

- 米の粉 1kg
- 砂糖 大さじ2
- 塩 大さじ1
- 水 100cc
- 熱湯 800cc前後

色つけ

- 食用ビート 赤・ピンク
- 練りごま 黒
- かぼちゃ 黄
- 抹茶 緑
- ココア 薄茶
- 紫いも 紫



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/uri



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



ch.
books
ch.books
長野市南栗町1069
https://chan-net.jp



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

ふれぜんと

未だプレゼント
獲得者ない!!

今号で取材した**全てのもの・人・お店に訪れ、証拠写真**を送ってくださった方、先着3名様に「す」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:「せ」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。「せ」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

コロナ前から取材がはじまった「す」号。コロナ禍で少なからず暮らしに変化があっても、本質的な“よいもの”は変わらないんだなと思った今回でした。たとえば「朱雀」はコロナを経て提供方法は変更しても、真髄は変わらず。正直、かつて初めて食べたときは口中の水分が奪われるほどの薬感に驚きましたが、「新栗の縁起物」であり、栗そのものであるという社長の話を聞いて、なるほど!と感激しました。ほかに、春原愛良さんのじっくり考えて話す仕事や真っ直ぐさに魅了されましたし、「鈴花」鈴木さんの波瀾万丈も印象的でした。多彩な取材ができたことに今回も感謝です!(ライターS)

約2年半ぶりにコロナの自粛期間を経て最新号が発行されます。昨年末から取材を再開し、久しぶりにたくさんの方と話し、打ち合わせをして、締め切りに追い詰められながら制作し(笑)、完成した広告が空いたページに入っていく。最後に全ページ眺めながら、編集後記を書くこの時間はやっぱり「いいのができた」という達成感でいっぱいになるのです。久しぶりにそんな感覚を感じながら、やっぱり「あいうえおぶせ」って良いなと再認識できた「す」号。今号もご協力いただいた皆さま、広告主さま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13号「す」で過す小布施

発行日/2022年6月17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)

P 6-24, 26-27 写真協力
畔上広行

P 15 イラスト提供
中島敏子(燕游舎)

P 18 写真提供
smilemom

オペセにナンカ妖怪 取材・イラスト・写真・文章協力
妖怪倶楽部

おばあちゃんの背中 取材・文章協力
松澤ゆかり (ICHI cafe)

お問い合わせ

あいうえおぶせ編集部 aiueobuse@gmail.com

次号は…



お久しぶりです!発行までにまさかの2年半かかってしまった「す」号。まだまだ先は長いのに、大丈夫か、あいうえおぶせ編集部……!と気持ちは焦りつつも、安心安全健康第一で、今後もマイペースにがんばります!

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

Open 11:30-21:00 / Closed 月曜・火曜
Lunch 11:30-13:30 L.O. Cafe 13:30-18:00
Dinner 17:00-21:00 L.O.
※サウナは完全予約制となります。

サウナ後の
ラム麻婆ご飯が
うますぎると話題に!



グリーンシーズン突入!
サウナ5個に増えました!
ぜひ初夏の野尻湖へ
遊びに来てください!



スポーツ少年団 団員を募集しています!



スポーツを始める理由はなんでもOK
スポーツを始めたい子どもたちを応援します!

男子
ミニバスケットボール

練習日 毎週土曜日・日曜日
練習場所 文化体育館

女子
ミニバスケットボール

練習日 毎週土曜日・日曜日
練習場所 小学校体育館

バドミントン

練習日 毎週土曜日・日曜日
練習場所 総合体育館

男子バレーボール

練習日 毎週土曜日・日曜日
練習場所 トレーニングセンター

女子バレーボール

練習日 毎週土曜日・日曜日
練習場所 トレーニングセンター

剣道

練習日 毎週日曜日
練習場所 玄照寺青松道場

ソフトテニス

練習日 毎週土曜日・日曜日
練習場所 町営テニスコート
*冬期は文化体育館

軟式野球

練習日 毎週土曜日
練習場所 町営グラウンド
*冬期は北部体育館

サッカー

練習日 毎週土曜日・日曜日
練習場所 小学校グラウンド
*冬期は総合体育館・トレーニングセンター

小布施町スポーツ少年団事務局 TEL 026-214-9111

対象者 小学3年生以上(小さなお子さんでも参加できます。ご相談ください)
入団金 5,330円(保険料/国・県登録料/指導者謝礼等)*9月以降の入団の場合は公式大会等に参加できない場合があります。



TSUYUNOHAREMA
FOOD LAB.



す

こしのロットの手作りジャム工房

ジャム・ドレッシング・パスタソースの小ロット加工の工房です。

ICHI cafe
sandwich & coffee

381-0203 上高井郡小布施町大島609-2
070-2679-6618

す

「朱雀」の季節、
小布施の秋が始まります。



 小布施堂