



平成22年(2010年) 9月14日発行

# ふくしまファンクラブ

## 会報

### 第14号



### 奥会津 のんびり館

<http://www.okuaizu-nonbirikan.jp/>



- ①まさに絶景。JR只見線の只見川第一橋梁
- ②伝承の技、古い部材と太い梁の木組み。
- ③のんびり館のスタッフの皆さん。  
右から、番頭の河越さん、板橋さん、秦さん。  
奥会津ならではのおもてなしでお待ちしております。
- ④落ち着いた純和風の居室に懐かしさを感じます。

今回は編み組細工などが盛んな三島町の田舎暮らし体験施設「奥会津のんびり館」をご紹介します。今年の4月、三島町役場近くに開館しました。

名前の由来は、奥会津の三島町に来て、のんびりと生活を楽しんでほしいという気持ちを込めたそうです。整備のきっかけは、活性

化のために町中心部の空き家だった大きな旅館を利用できないかと、有志が集まったことから。

地元の伝統的な工法を引き継ぐとともに、使える部材は活用。三島名産の桐をフロリング材にするなど、地元材をふんだんに使いました。「木のあたたかさ、ぬくもりに癒される。」と

好評です。

自慢の料理は四季折々の旬の山菜、キノコ、採りたて野菜、蕎麦や鍋、三島名産の会津地鶏が楽しめます。なお、食事は自炊方式も選択でき、長期滞在したい方には大変お得です。

6月の工人まつり開催時には、県内外からのお客さんで満員となりました。ま

### ご利用料金体系

- 1泊2食 7,000円(中学生以上)
  - 1泊1食(夕食) 6,800円
  - 1泊1食(朝食) 4,800円
  - 素泊まり 4,000円
  - 夕食のみ 2,800円
  - 朝食のみ 800円
- ※昼食のみも行っていきます。メニューは日々変わりますので、お問い合わせください。

た、田舎暮らし体験として10日連泊した方もいらしたそうです。

今後の展開としては、「若い人や子ども向けに、耕作放棄地を利用した農業体験のほか、田舎体験や自然体験、遊びのメニューを充実させたい。三島町に移住してきた若い人たちとの連携による取り組みを広げていきたい。」とのこと

どうぞ、自然いっぱい奥会津を「のんびり館」で満喫してください。



ふくしま  
味と技

ヒラメ (鯛)

「魚へん」に「平」。見た目どおりの「ヒラメ」は、寿司のネタとして無くしてはならない存在の「エンガワ」をはじめ、刺身にしてよし、ムニエルにして良しの高級食材。  
今回は、太平洋の荒波で、かつ栄養豊かな潮目の海で育ち、市場でも高い評価を受ける福島県産のヒラメをご紹介します。

知られざる  
ヒラメの生態



俗に、「左ヒラメに右カレイ」と言われカレイと区別されるヒラメ(注)。

しかしながら、その姿は、生まれた時から平たいわけでは

ありません。卵からふ化して間もない「仔魚」と呼ばれる全長3〜4mmの時には、タイやイワシのように身体をタテにして泳いでいます(写真①)が、成長するにつれて徐々に右眼が左眼のとなりに移動して、身体は左側を上にした平たい姿になり、やがて着底して生活するようになります。(写真②)。



ヒラメ刺身

ヒラメはこのような変わった生態を持つため、底に面した右側(白い色をしている部分)には胸びれがない

と知っている人が多いですが、実は、こちらにも胸びれがあります。もちろん、内臓器官も通常の魚と全く同じ構造で、身体が横になっているだけで、「眼だけが移動した平たい普通の魚」といったところでしょいか。成魚は見かけによらず素早い動きで、水面を泳ぐイワシなどの小魚をその大きく鋭い口で捕食します。英語では「大きな歯のカレイ(Large-tooth Flounders)」とも呼ばれています。



漁業者が  
資源を守っています

ヒラメ漁は、どのように行われているのでしょうか。福島県漁業士会会長の立谷寛治さんに伺いました。  
「ヒラメ漁は、船の大きさや水深でその漁法が異なります。相馬双葉漁協では、大型船は沖合で底曳き網漁、小型船は沿岸で刺し網漁と漁場を分けて操業しています。大型船は、夜中の2時

(注)頭部の左側に目を持つカレイも一部存在する。



立谷寛治さんと底曳き網漁船「第八勝丸」

に出航。翌朝まで2時間に1回網を上げます。その時、小型のヒラメは獲らないこととしています。」  
平成5年、福島県の全ての漁業者が参加して「全長30cm未満の小型魚を獲らない、売らない、食べない」運動を全国に先駆けて展開。

この年は「資源管理元年」とされ、全国青年・女性漁業者交流大会で最優秀賞を獲得するなど、その運動は各地から高い評価を得ることとなりました。

「加えて、福島県では「つくり育てる漁業」に取り組み、漁業者が毎年10

cmほどに成長した稚魚を100万匹強程度放流しています。これは、全国でもトップクラスの放流数です。このお陰で、毎年安定した漁獲を得ることができるようになりました。」  
(財)福島県栽培漁業協会では、こ

の放流用のヒラメ稚魚を育て上げ、安定した漁業に貢献しています。

そして、注目すべきは、この放流事業の原資が、漁業者が拠出したヒラメ水揚げ金の5%積立金等であるという点です。

この「資源管理型漁業」と「つくり育てる漁業」とが見事に組み合わせられたのが「ヒラメ」なのです。

また、ヒラメ放流の一部には地元の子供達も参加して行われ、命の大切さを学ぶ貴重な機会となっています。

福島県では、平成22年2月に、県内に水揚げされたヒラメのうち1キログラム以上で、かつキログラム当たり2千円を超える値段の付いたものを、福島県ブランド認証産品として認証しています。「常磐もの」と評価され、以前より築地市場などで高値で取引されていた福島県産ヒラメを全国、そして世界に向けて発信しています。

### ◆旬のヒラメを味わう◆

福島県で漁獲されたヒラメは、全国へ向けて「活魚」で出荷されていますが、県内各漁港周辺のホテルや民宿等でも味わうことが可能

です(時期や漁により異なります)。近年、福島県のヒラメの漁獲量は全国でも上位で推移しています(平成20年は第3位)。特に、秋のヒラメは絶品です。ぜひ、福島県に足を運んでご賞味ください。



### プレゼント！

今回の取材先である「相馬双葉漁業協同組合」様より、新鮮なヒラメを2名様にはプレゼント。  
※詳しくは、8ページを参照ください。



## 柏原竜二（かしわばらりゅうじ）

1989年（平成元年）いわき市生まれ。中学時代に陸上競技を始める。福島県いわき総合高等学校時代は、インターハイ、国体、全国高校駅伝への出場はなかったが、3年の夏ぐらいから貧血体質の改善により競技成績が急激にアップし、東洋大学進学後に出場した2009年正月の箱根駅伝では、5区山登り区間を同じ福島県出身の「山の神」今井正人選手が残した区間記録を大きく更新する記録で走り、東洋大学の往路逆転優勝・総合優勝に大きく貢献した。2010年の箱根駅伝でもやはり5区を走り、自身の記録を10秒更新。往路・総合優勝に大きな役割を果たした。「新・山の神」「山の神童」と呼ばれる。



ぶくしませきる

# 識

## 輝く！福島県人

### 柏原竜二選手

輝く！福島県人シリーズ第2回目のインタビューのお相手は、前回に引き続きいわき市出身の長距離ランナー、柏原竜二選手です。8月4日（水）、いわき市の陸上競技場で行われた「陸上王国福島」トッポアスリートによる指導会による指導会により、地元いわき市の中・長距離選手達の指導に訪れた際にお話を伺ってききました。

—陸上競技を始めたきっかけは何ですか？  
兄たちは皆野

球をやっていました。中学にあがる時、何となく同じように野球をやるのが嫌だったため、陸上競技をやることにしました。

—陸上競技の一番の魅力は何ですか？  
長い距離を走った後は、とても達成感があります。この達成感が一番の魅力だと思います。

—陸上競技をやっている一番よかったことは何ですか？  
なかなか難しい質問ではあります。今思うのは、この場にいることかもしれない。今回のように招待していただいて、地元の後輩たちに教えることができたことは自分にとっても非常に光栄です。

—多くのランナーたちが、地元で走るとは格別だと言っています。やはり郷土で走ることに格別の思いがありますか？  
競技を始めた場所でもあり、昔からずっと走っているところであり、本当に

に気兼ねなく走ることができそうです。地元だという安心感を持って走っています。

—今の一番の目標は何ですか？  
これも難しい質問ですが、いつもその時その時一生懸命走ることを目標にしています。

—今日は柏原選手を目指して多くの選手が集まっています。夢を追って頑張っている後輩たちに何かメッセージをお願いします。

自分の経験からなのですが、何かきっかけがあれば、人間は変わることができると思います。特に中高生であればそのチャンスは大いにあると思います。諦めないで続けることが大事だと思います。

○インタビューを終



東洋大学陸上競技部長距離部門の酒井俊幸監督も福島県（石川町）の出身。



柏原選手を目指して！懸命に走るランナーたち。



### 陸上王国福島

現在福島県が進めるスポーツ振興事業。協賛するトップアスリートから柏原選手まで、陸上競技の競技力向上を目指す。今回の箱根駅伝でも、そのトップアスリートによる指導の一環。多くの選手を育てた福島県立陸上競技部の川本和久監督も、指導者養成事業(川本塾)もある。柏原選手は、北京オリンピックに出場した佐藤敦之選手(会津若松市出身)、箱根駅伝元祖山の神：今井正人選手(南相馬市出身)、マラソン競技東京オリンピック銅メダリストの円谷幸吉選手(須賀川市出身)など、多くの一流選手を輩出している。



酒井監督とともに走りを見守る様子。



選手たちに声をかける柏原選手。特に少し遅れてしまったランナーを励ましていた。

柏原選手へ。これから厳しい鍛錬が待っていると、思います。可能であれば、時々地元に戻って緊張を解いてください！

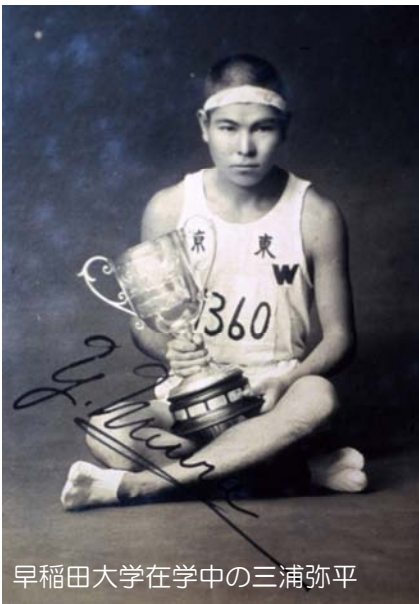
今回は、指導の合間を縫っての非常に短い時間でのインタビューとなりました。言葉は少なめでしたが、とても真摯に答えてくれました。特に最後の質問の部分では、キリツと表情を変え、強い語調で語ってくれました。

### (マメ知識) 陸上王国福島の祖 三浦弥平

福島県の陸上競技、特に長距離競技の「祖」といえる人物がいます。それが梁川町(現伊達市)生まれの三浦弥平(1891~1971)です。早稲田大学在学中に数々の大会で優勝。1920年(大正9年)開催の第1回箱根駅伝にも出場しています。同年開催されたオリンピックアントワープ大会にマラソン選手として出場。福島県第1号のオリンピック選手となりました。1924年(大正13年)のパリ大会でも日本代表となりました。

ドイツ留学から帰国後、郷里のブナ山頂にオリンピック村を建設するなど、生涯を地域スポーツの振興にささげています。

現在も三浦弥平の功績をたたえるため、また地域スポーツ振興、参加者の健康増進などを目的として毎年10月に「三浦弥平杯伊達市梁川ロードレース大会」が開催されています。



早稲田大学在学中の三浦弥平

### 第31回三浦弥平杯 伊達市梁川ロードレース大会

開催年月日 2010年10月24日(日)

参加申込締切日 2010年9月23日(木)

スタート地点 伊達市梁川分庁舎前

コース内容 ハーフ・10KMなど

主催 梁川体育協会

共催 伊達市、伊達市教育委員会、福島民報社

※詳しくは大会事務局(電話 024-577-0403)までお問い合わせください。



ロードレーススタート地点近くにある三浦弥平記念碑



## ふくしまに住む

# Reason to Live in Fukushima

都会などに暮らす人が、週末や一年のうちの一定期間を農山漁村で暮らす「二地域居住」。福島県内で二地域居住を楽しんでいる人が多くいますが、今回は、ファンクラブ会員でもあり、南会津町南郷地区の古民家で二地域居住をしながら、地域おこしにも取り組んでいる原啓（はらひろし）さんをご紹介します。



ここで「囲炉裏端の会」が開催される

### ■ 南会津へ住む きっかけ

原さんは、茨城県在住。平日は、東京都内で医師として勤務するかたわら、ほとんど毎週末を南会津で過ごしています。

18年前、古民家を再生した宿泊施設「ゲストハウスダーラナー」を訪れ、その後何度か南会津を訪れるうちに、集落の方と親しくなりました。いずれは古民家での生活を、と想っていたところ、集落の方から突然、

空いている古民家を紹介されたことが決断のきっかけになりました。妻の良江さんも、特に反対はしなかったとのこと。原さんについていくと何か面白いことがあると思っただけです。良江さんは、ここ1年は年の100日以上を南会津で過ごしているそうです。

### ■ 古民家改修

あまり手を加えず、改修は水回りなどの最低限とし、地域の解体される古民家の古材などを譲ってもらいま

した。また、台所の換気扇や電球は自分達で取り付けました。お金をかけない古民家改修の楽しみ方もあることを、多くの人に知って欲しいそうです。

### ■ 南会津での生活・ 地域とのかかわり

雪深い生活は未知の世界で面白く、地域の昔からの知恵を知るのがわくわくするそうです。テレビをおかず、南会津での生活、人と交流を楽しんでいます。地域での普請（草刈りなど）にできるだけ参加しています。また、地元の方と原さん宅で「囲炉裏端の会」を開催し、囲炉裏を囲みお酒を飲み交わしています。古

民家に集うことでコミュニケーションがより深まる、原さん曰く「古民家マジック」。ここから、地域おこしのアイデアが生まれま

### ■ 田舎暮らしを 希望する方へ

田舎暮らしを考えている方は、初めから家を購入するのではなく、気に入った地域の民宿やペンションなどに何度か泊まったり、賃貸などでお試し期間が必要。色々なことを相談できる友人知人を作って、田舎暮らしの準備期間が大切。既に田舎暮らしをされている方と親しくなることは、とても参考になると思います。まずは気軽に「二地域暮らし」から始めるのが良いのではとのこと。

改修工事の際には、設計士などの第三者を間に入れた方が、自分の意見を伝えやすいと、経験談を語っていただきました。



原さんご夫妻



往時の外観に戻した厩中門造りの曲屋古民家。

ま

※原さんのブログ「南会津、骨董、古民家再生(改修)、囲炉裏」 [http://blogs.yahoo.co.jp/yamamomi\\_ji\\_610](http://blogs.yahoo.co.jp/yamamomi_ji_610)  
※南会津の地域情報は「南会津の輪!!」 <http://www.minami-aizu.net/>



## ～原さんと 地域おこしに 頑張る人達～



### 小平さんと藤本さん

「南会津ナチュラル石鹸」を作っています。高清水の天然水を使用し、花泉の純米酒、南郷トマトなど4種類あり。花泉Ristorante & Cafeで販売中。パッケージは、原さんの友人のデザイナー瀧野さんよりアドバイスをいただき、オリジナルなものを作りました。石鹸は、belfonte(ベルフォンテ: イタリア語で「美しい水源」) シリーズ展開の1つです。

### 松川シェフ

東京の「福島県八重洲観光交流館」近くにあるイタリアンレストラン「タヴェルナ グスタヴィーノ」(電話:03-3517-6188)のシェフ。原さんが地元の農家を紹介したことをきっかけに、南会津産の野菜がレストランのメニューにも登場。月1回～2回(土・日、営業日要確認)、Ristorante花泉にて腕を振ります。



Ristorante花泉スタッフの皆さんも一緒に  
(Ristorante花泉にて)

藤本さん

小平さん

### 良江さん

奥会津博物館南郷分室などに残っている「南郷刺し子」を復活させる取り組みを行っています。南郷刺し子教室で、地域の方々と文化祭でのお披露目を目標に頑張っています。



### 脇坂さん

原さん宅で、松川シェフを招いたイタリアン晚餐会が開かれたことなどがきっかけで、勤務先の花泉酒造で取り壊す予定だった曲家古民家の利用を提案。原さんと地域活性化グループ「ベルモンテ」を結成し、曲家古民家を借り、花泉Ristorante & Cafeをオープンしました。

ご予約・営業日はこちらで確認を  
電話:080-1650-7232

(電話受付時間 10:00～16:00 ※営業日のみ)

ブログ

[http://blog.livedoor.jp/hanaizumi\\_cafe/](http://blog.livedoor.jp/hanaizumi_cafe/)



※イベント情報 10/12(火)～14(木) 福島県八重洲観光交流館  
南会津観光物産展in八重洲 with タヴェルナ グスタヴィーノ

南会津の観光・特産品PRと、物産品や日本酒などを販売。  
タヴェルナ グスタヴィーノとのコラボでは新鮮な食材に出会えます。お楽しみに！  
(詳しくは同封のチラシを参照)



7月9日に福島県八重洲観光交流館の1周年記念セレモニーが開催。あったかふくしま観光交流大使で女優の白羽ゆりさんなどとともに、佐藤雄平福島県知事がくす玉を割り、1周年を祝いました。先着200名様に福島県産の新鮮野菜がプレゼントされたほか、記念イベントに多くのお客様が参加されました。  
 4月に着任された館長鈴木裕さんからのメッセージです。『今年には毎月29日を「福の日」として大抽選会などを、第3金・土・日は「JAの日」として新鮮野菜などをお届けしています。どうぞ、ご来館いただき「ほっとする、ふくしま」を感じてください。』  
 (7ページに関連記事)

## 八重洲観光交流館 おかげさまで 1周年



**福島県八重洲観光交流館**  
 住所 東京都中央区八重洲 2-6-2 1  
 三徳八重洲ビル1F  
 電話 03-3275-0855  
 AM10:00~PM7:00  
 東京駅八重洲南口より徒歩約3分

木裕さんからのメッセージです。『今年には毎月29日を「福の日」として大抽選会などを、第3金・土・日は「JAの日」として新鮮野菜などをお届けしています。どうぞ、ご来館いただき「ほっとする、ふくしま」を感じてください。』  
 (7ページに関連記事)

### “水のふるさと” ふくしまを体感してください



ふくしまの水に関する情報は福島県土地・水調整課ホームページ(「ふくしまの水に関する情報」で検索)

左写真は、江竜田の滝(そうめんの滝) (鮫川村)

→右から、a.o.n(あおいづ)の(金山町)、梅峰(相馬市)、龍のお(喜多方市)、清水(相馬市)、尾瀬の(檜枝岐村)、あぐまの(田村市)の福島県産「水」プレゼント6本セットを10名様にプレゼント!



**東京会場 in早稲田大学**  
**9月23日(木)**  
**ふるさと回帰フェア 2010**  
 田舎暮らしがニッポンを元気にする  
**入場無料**

**10:00~17:00(予約不要)**  
**ふるさと回帰自治体相談コーナー(10号館)**  
 福島県内からは、福島県・いわき市・喜多方市・南相馬市・会津若松市・三春町・小野町・NP O法人ゆうきの里東和ふるさとづくり協議会(二本松市)・泉崎村・昭和村・FIT地域などが参加します。  
**屋外テント**  
 「福島県ツーリズムガイド連絡協議会」のワーキングホリデー相談、グリーン・ツーリズム、県中、県南方部などのPRコーナーです。  
**空き家相談コーナー(11号館)**  
 「福島県空き家・古民家相談センター」が参加します。  
 その他、ふくしまの美味しいものに出会えるかもしれません!!

※9月22日の前夜祭や、当日の講演などは事前に申込みが必要です。詳しくは、ふるさと回帰フェア2010のHP(<http://www.furusatokaiki.net/fair/>) または電話(03-5206-8671)にてご確認ください。

### ふくしまのうまいもん プレゼント

応募された方の中から、抽選で①新鮮な「ヒラメ」を2名様に(3ページ参照)、②福島県産「水」ペットボトル6本セット(8ページのこの上の欄を参照)を10名様にプレゼント!  
 (※ヒラメは刺身用ヒラメ(おろしたのもの)300グラムとなります。また、生ものですので、当選者に電話連絡の上発送いたしますが、発送時期に連絡がつかない場合は、当選対象外とする場合がありますので、ご了承ください。)

**応募方法** はがきに郵便番号、住所、氏名、電話番号、会員番号、御希望の品(ヒラメもしくは水セット)、今回の会報の感想などを明記し、下記のあて先へお送りください。  
**応募締切** 10月8日(金) 必着  
**あて先** 〒960-8670 福島県福島市杉妻町2-16 福島県観光交流課 ふくしまファンクラブ「プレゼント」係

\*当選者の発表は賞品の発送に代えさせていただきます。お預かりした個人情報は、賞品の発送などファンクラブに関する事務以外に使用することはありません。福島県個人情報保護条例に基づき、個人情報の目的外利用はいたしません。