

四万十町の光を発信するフリーペーパー

vol.

# りぐらんと | 19



十和川口の田舎寿司

TAKE FREE

# りぐらんと

01 人情味あふれる大正酒場

狩猟会の若きリーダー

02 第4回 協力隊キャンプ部

03 第8回 四万十食材図鑑

04 あの店の、モーニング

このまちにはいろいろな光がある

大きいものから小さいもの、強いものから弱いもの

そんな光の反射角度を変える

私たちだからこそ見える光を発信していきます

リぐる「念を入れる」

時には全力を出して、時には力を抜いて

右に左に傾いて、それでいいんだ

リぐらんと リぐらんと



# 01

人情味あふれる

## 大正酒場「呑んで家」

三谷 哲也さん

### 浪漫漂う土佐大正駅

「がつたん、ごっどん、しまんとじかん。旅もくらしもゆっくりがえい」まるで『呑んで家』の店主、三谷哲也さんが語りかけているかのようだ。

ここは土佐大正駅。高知県高岡郡四万十町大正にある、四国旅客鉄道（JR四国）予土線の駅である。昭和49年に日本国有鉄道の駅として開業、昭和62年に民営化されたが道路標識は当時のまましつかりと国鉄の表記が残されている。



Editor / Azusa Abe

Photographer / Takahiro Hashimoto

大正は窪川から十和まで、四万十川中流沿いの集落で、四万十川が蛇行しながら最大の支流である梼原川と合流する地である。明治時代に村があつたが、大正時代の改名で

「大正村」から「大正町」となり平成18年に合併。「四十町」へと名前が変わり、旧名は駅名に受け継がれることとなつた。

こぢんまりとした愛らしい木造駅舎を背に右へ200mほど進むと、白壁の小ぎれいな店が目に入つてくる。店の名前は『呑んで家』。昔は喫茶店が7~8軒、居酒屋は3~4軒ほどあつたというが、近頃は商店街のほとんどどの店のシャッターが下りたままになつていて、居酒屋や喫茶店の数はおよそ20年で半分になつたのだ。

扉の向こうに何があるのか、その期待はとても大きい。

### 「呑んで家」開業

小中学校はソフトボールや水泳、高校ではサッカーや野球とスポーツ万能だった店主の三谷哲也さん。特に水泳は得意で校内の大会では優秀な成績を収めた。

高校卒業の3月をむか

ても進路が決まつていいなかつたため、周囲の勧めもあり調理師の道を志すことになつたという。

散髪屋を営む哲也さんは、同級生との何気ない会話がきっかけだったのが、この時の周囲の雰囲気に圧倒された哲也さんは、次第に居酒屋を開業することを考えるようになつたという。

を連れて四万十町大正にUターン。

当初は両親の営む鮮魚店を継ぐ予定でいた哲也さんが、居酒屋開業に至るまでには理由があった。

小さな商店街にあるこ

の店の引き戸を開けた先には、どんな大正浪漫が広がっているのか。この

こうして平成14年10月に『呑んで家』を開業。





撮影時のみマスクを外しています

屋号の呑んで家とは、先輩との酒盛りの席でのこと。「まあ、のんでや、のんでや！」と、相手の杯に酒をすすめたときの言葉がしつくりきたからだという。

### 店主のこだわり

お店に入ると色艶の良い一枚板の立派なカウンターが目に飛び込んでくる。ローカルの居酒屋と言えばカウンターに腰掛け、あれやこれやと話に花を咲かせ、店主と酌み交わすのが醍醐味のように思うが、入口すぐにある小上がりの小部屋がなんとも居心地が良い。その小部屋にかかる暖簾の隙間から見える、見事な包丁さばきに、この道40年のプロの技術を垣間見ることができるだろう。

包丁は右利きだが、お皿に盛り付ける手は左。両利きなのか?と問うと、「長年の経験で体が勝手に

動くようにできている」

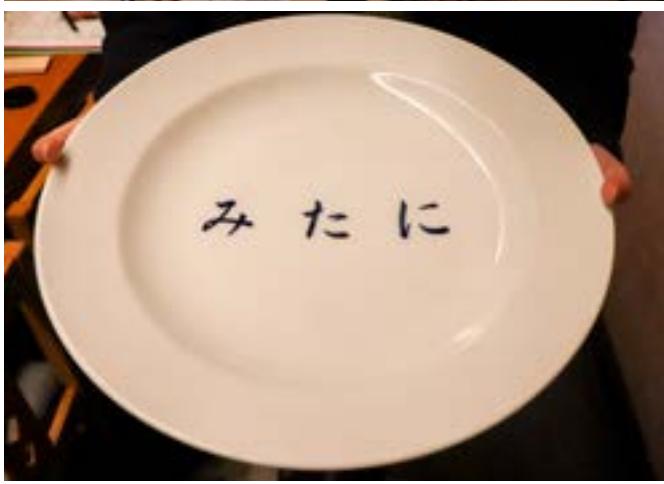
と、器用な腕前をひけらかすことなく、控えめな答えが返ってきた。

### 三谷の台所

開店して半年後の平成15年4月、趣味のゴルフで見事ホールインワンを決めると、自分で記念品を作りお店のお客さんに配つたという。その2年後にまたホールインワンを達成し、同様にお客さんと喜びを分かち合う。その人情味あふれる店主の人柄にほれ込む人は多いのだろう。

カウンターのすぐ背の壁には、四万十川駅伝で力走する店主と駅伝チームの仲良さそうな写真が並んでいる。友人が手作りで持つてきた土産物も客の目に触れる場所に大事に置かれ、どこまでも人想いな店主の店だ。

キツチンは哲也さんが1人で切り盛りするのにちょうど良い広さ。目線がお客様より高くなるのを嫌い、店舗のフロアよりも一段下げて設計されているが、よくよく足元を覗き込めば背が足りないからと、すのこ一枚敷き、その上で調理をしている。ちょっとした配慮や、お客様をもてなす温かな気持ちが、柔らかな瞳を通して伝わってくる。



店のメニューは開店当初からあまり変わつてな

いというが、「奥四万十A級ご当地グルメ選手権！レシピコンテスト」で特別賞を受賞するなど、客をもてなすための創作意欲はとても高く、じやこ天を作る際の型は手作りしたのだと、楽しそうに語る。土佐大正駅の裏山にあるテレビ塔から巨大ジップラインができたら面白そうだと、ユーモアを交えた話も面白い。

### 三谷の基地

呑んで家の店舗は両親のために新築で建てたもので、1階が居酒屋、2階がご両親の居住スペースとなっている。普段、お店裏にある倉庫を案内してもらうことはないだろうが、立派な石垣が積まれた空間が確かに広がっている。

何も無から良い所：  
何も無から良い所：

来てみーや！

『四万十 大正

今は出番の少なくなった皿鉢料理の大皿は、倉庫の片隅に何枚も積み重ねられ、埃を被つたままだが、いまかいまかと出番を待ち望んでいるかのよう見えた。「みたに」の皿鉢料理。有田焼のこの立派な大皿を囲んで、

にぎわう様子がまた大正商店街に舞い戻ることを願う。

感のある立派なまな板が何枚も眠っている。当時、窪川の市場にはお店が集まり、よく買い物に出かけていたという。

店主の歌声が聴こえてくる。まあ、呑んで家～！

この三谷base（基

地）には、哲也さんの実父が、窪川の丸正水産の市場で買い揃えた、重量



## 狩猟会の若きリーダー

戸と  
田だ  
英作さん



Editor / Miwa Nakashita

Photographer / Takahiro Hashimoto

そんな中、自分の住む地域を鳥獣被害から守るうと立ち上がり、年齢層の高い獵友会の中であれども孤獨にさせないコミュニティづくりに尽力されている英作さん。今回は、そんな狩猟現場での取り組みに注目し、お話を伺いました。

農の増加、希少植物の食害、さらには車両との衝突事故等の被害をもたらし、農村漁村に深刻な影響を及ぼしています。

日本の狩猟は、明治以降、野生鳥獣の肉や皮を得ることに加え、趣味として楽しむ文化が形成されてきました。しかし現在、野生鳥獣の増加による農作物被害が拡大しており、その被害額は1億1300万円（令和2年度）と、高い水準が続いています。中でもシカとイノシシは全体の被害額の6割以上を占め、被害による耕作放棄・離農の増加、希少植物の食害、さらには車両との衝突事故等の被害をもたらし、農村漁村に深刻な影響を及ぼしています。

## プロフィール



平成元年、四万十町仁井田に3人兄弟の真ん中、長男として誕生した英作さん。学生時代を町内で過ごし、好奇心旺盛な20歳前には敷金・礼金のみを持参して上京したといいます。その後、一度高知へ戻るも親の勧めでワーキングホリデー制度を利用してニュージーランドへ行き、23歳で帰国。その後は介護施設に介護職として現在従事されています。

「イノシシ・シカがすごい増えてきゆき、わしの山がこじyanと荒らされる」

介護士として働く傍ら、身内では狩猟に関わっている人がいなかつたにも関わらず、なぜ狩猟の世界へ足を踏み入れたのか。それには祖父から長年言われていたある言葉に要因があつたといいます。

## 狩猟を始めたきっかけ

24歳の頃、介護職に就きながら、時折祖父の買物の手伝いをしていたという英作さん。道中の車内では、鳥獣被害に嘆く言葉をよく聞かされたそうです。しかし、2年後の26歳のとき、祖父が亡くなり祖父と過ごした日々を振り返る中、再び当時の記憶が呼び起こされることに。

そこから、より本格的に罠猟を始められました。町内外の若手狩猟者も巻き込み、ここ1年半は町外からも中神ノ川に罠をかけに来る人もいるそうです。

この言葉を胸に現状を変えようと罠と銃の免許取得に至つたといいます。

## 地域に根差した狩猟の形

狩猟免許の取得後、当時住んでいた仁井田の自宅周辺では罠猟が思うようできなかつた、と振り返る英作さん。その後は、家の都合で現在の中神ノ川へ引っ越し、そこでシカやイノシシによる農作物被害に苦しむ地元の方々の現状を目の当たりにしたといいます。

今では地元の方からも「ようやつてくれゆうね」となどと感謝の言葉をもらうことが増え、それがやりがいにもつながつていて話してくれました。

いたら連絡をするだけでも鳥獣被害の削減につながり、猟をする自分たちにとっては、定期的な見回りの手間を省いて鳥獣捕獲ができるという、お互にとつて良い関係として成り立つているといいます。



## 獣友会青年部の立ち上げ

狩猟を始めて3年目、自身は楽しく猟をしていたという英作さんですが、香美市で開かれた狩

獵フォーラムで新人ハンターとして登壇したことからがきっかけで、「獵場」がなくてやり方がわからな

いと壁にぶつかる新規狩

猟者の存在に初めて気付

いたといいます。

せっかく免許を取得して猟友会に入つても、何もできずに2～3年で辞

めてしまう若者がいると  
いう現状。それを変えるためには、若手の新規狩猟者のコミュニティづくりが必要だと強く感じたという英作さんです

狩猟を始めた3年目、自身は楽しく猟をしていたという英作さんですが、香美市で開かれた狩獵フォーラムで新人ハンターとして登壇したことからがきっかけで、「獵場」がなくてやり方がわからな

いと壁にぶつかる新規狩猟者の存在に初めて気付いたといいます。

「若者らあが若者らあのために、入つた人らあを抜けさせない。飽きさせない。孤独にさせないようにするものを立ち上げたかった」と、当時、獵友会青年部を立ち上げた背景を伺いました。

## グループ獵の楽しさ

狩猟にはいくつもの種類があり、複数人で行うものもあれば、一人でできるような方法もあります。中でも、仲間とのチームワークにより獲物を狩るカモ猟は、特に楽しみが大きいといいます。

英作さんは、このカモ猟を町内外の若手狩猟者と共に定期的に行つており、実際に参加者からは、「このやり方なら自分も続けられる」という喜びの声が上がっているそうで

さらに窪川獣友会青年部を発足して半年足らずですが、このコミュニティのおかげで猟を楽しめるという人が増えているとあります。今後もこの活動を続けて、獣友会の発展につなげていきたいために、入つた人らあを熱く語られていました。



現在、高知県獣友会青年部を発足して約2年、

## 今後の展望

今後について、「全員が楽しく狩猟できるようにしたい。そのためにはコミュニケーションが必要だし、そこに対しての支援と、そのコミュニティが必要だ」と話されました。

現在、英作さん率いる獵友会青年部はまさにその機能を果たしており、これまでも県内の獵友会長らにご協力いただき、巻狩り（獵犬が獲物を取り囲んで捕獲する方法）体験会や安全射撃研修会等のイベントを開催してきました。参加者の中には、このイベントがきっかけで地元の巻狩りの班もいて、若手狩猟者が参加しやすい取り組みとなっています。



## 結び

筆者自身、最近狩猟に関わり始めたタイミングで今回の取材となり、大変興味深くお話を伺うことができました。

英作さんが目指すのは、若者からお年寄りまで、みんなが楽しく狩猟を続けることができ、ゆくゆくは有害鳥獣捕獲をせずとも鳥獣被害にあわないまちづくり。今後の動向にも注目していきたいと思います。

英作さんが目指すのは、若者からお年寄りまで、みんなが楽しく狩猟を続けることができ、ゆくゆくは有害鳥獣捕獲をせずとも鳥獣被害にあわないまちづくり。今後の動向にも注目していきたいと思

# 03

## 協力隊キャンプ部 第4回 ウエル花夢

キャンプの幅が広がります。

協力隊キャンプ部第4回  
目は、大正地域江師地区に  
ある四十オートキャンプ  
場 ウエル花夢。旧大正町時  
代に町の一大プロジェクト  
として平成8年に整備され、  
行楽シーズンは予約が取れ  
ないほどの賑わいをみせる  
キャンプ場です。

キャンプを行った3月初  
旬は、まだ寒さの残る時期  
ですがキャンプ好きには焚  
火の暖かさが心地よいベス  
トシーズンです。当日の天  
気は快晴。風もなく穏やか  
な日和の中、キャンプが始  
まりました。

快適なケビン9棟に加え、  
流し付きの区画サイトは40  
か所あり、高低差や区分け  
によるプライベート空間が  
確保されています。また、  
グループでの利用に適した  
開放感のある広場サイトが  
整備されており、多くのキヤ  
ンパーを魅了しています。

中でも最大の特徴は電源  
付きのAサイトです。普段、  
家庭で使用している電化製  
品も問題なく使えるため、



Editor / Koyo Takeuchi

Photographer / Takahiro Hashimoto



## アウトドアスポーツ 『モルック』



今回のアクティビティは『モルック』です。ファインランド発祥のアウトドアスポーツで、老若男女問わず楽しめます。広い場所で行つたほうが楽しめため、芝生も区画も整備されたウェル花夢のテントサイトはまさにぴったり。初心者の私たちですが、とても盛り上がり、大人数でのキャンプ時は特におすすめです。

## アウトドア ラーメン定食

ギョーザを焼いたら『ラーメン定食』の完成です。キャンプで中華という珍しい組み合わせですが、自然に囲まれて食べるラーメン定食は最高の一言。満点の星空とともに至福の時間が流れます。

夕食にはキャンプではまず馴染みのない『ラーメン作り』に挑戦しました。長時間煮込む必要があるスープ作りは、電源付きサイトの強みを活かしIHコンロで対応。ステップを作る際にできあがるチャーシューを丼ぶりに盛り、焚き火で手作り

また、キャンプサイトはもちろんのこと、場内設備の隅々まできれいに

翌朝の朝食は焚火でパンケーキ。火加減の調整が難しく少し焦がしてしまいましたが、それも勉強。キャンプで学ぶことはたくさんあります。

## 最後に

ウェル花夢でキャンプをしてみて感じたことは、本当に快適で満足感が高いということ。場内中央にランドリー・シャワー・トイレ棟があり、お湯が出るため寒い時期のキャンプでは特に助かります。

手入れされているため、すべてを気持ちよく利用することができます。普段、設備の少ない場所でキャンプすることが多い筆者ですが、ストレスフリーのキャンプもとても魅力的だと感じる良い経験になりました。

## 四万十オートキャンプ場 ウェル花夢

### 【住所】

四万十町江師 546

### 【お問い合わせ】

0880-27-1211



QRコードのスクANNで詳しい情報を掲載





レシピを教えてくれたのは、十和川口在住の芝栄子さんと芝よねみさん。長年この地域でお祭りや集まりごとがある度にお寿司を作ってきた、まさにお寿司のエキスパートのお二人です。今回はレシピの取材ということで、計量しながら作業を進めていただきましたが、普段は全て自分で味を決めるそう。長年の経験がなせる技ですね。今回はサバの姿寿司、巻き寿司（海苔、サラダ、玉子、昆布）、こんにゃく寿司、しいたけ寿司の7種類のお寿司を作っていました。

## 材料

米	1升 (1.5kg)
いりごま	少々
《すし酢》	
お酢	120ml
柚の酢	60ml
砂糖	200g
塩	40g (こぶし一握り)
顆粒いりこだし	6g
きざみ生姜	40 g

## 作り方

- すし酢の材料を全て合わせて火にかけ、砂糖と塩が溶ける程度まで加熱する。
- 炊きたてのご飯をボウルに移し、すし酢を回しかけたらしゃもじで切るように混ぜ合わせる。
- 仕上げにいりごまをまぶして完成。粗熱が取れたら具材を巻く。

サバの姿寿司…柚の酢に6時間以上漬けた塩サバの中に酢飯を詰める

海苔巻き…酢ゴボウ、人参、椎茸、きゅうり、ほうれん草  
サラダ巻…レタス、かにかま、玉子、シーチキンのマヨネーズ和え、きゅうり

玉子巻、昆布…酢飯のみを巻く



# 05 | あの店の、モーニング

いつもと違う  
1日のはじまりを、  
四万十町の  
モーニングでいかがですか。

## 味覚

創業 70 年以上の老舗である味覚は 8 年前に移転し内装は新しくなりましたが、常連客のためにと変わらぬ味を提供し続ける温かいお店。モーニングの 1 番人気は『1/2 トーストセット』ですが、「たまたま商品になりました！」という『焼き卵ご飯』もおすすめです。

茂串町 6-30

定休日 / 水曜日

営業時間 / 8 時 30 分～20 時

電話番号 / 0880-22-0448

## ロガー

四万十町中央 IC を降りてすぐの場所に位置し、やなせ杉を使用したログハウス造りで、木の温かみを感じるお店。モーニングにはトーストとおにぎりの 2 種類があり、広々とした庭で季節を感じながら食べるモーニングは、心に癒しを与えてくれます。

平串 308-1

定休日 / 第 1・第 3 火曜日

営業時間 / 8 時～21 時

電話番号 / 0880-22-8588

## 集落活動センター「仁井田のりん家」

月に 1 回開催されている『りん家のモーニング』はワンメニューで 500 円。前日から仕込んでいるという、こだわりの米粉パンは外がサクッ、中はもっちりと絶品です。新米の季節には 1 年に 1 回だけ、パンがおにぎりモーニングに変わり、毎月違うメニューが楽しめます。

影野 654

営業日 / 第 4 日曜日

営業時間 / 8 時～11 時

電話番号 / 0880-22-8230



# 協力隊便り

## 柚子の剪定

ここにちは。十和地域にて山間地における高収益作物の振興を担当している藤田です。

地域おこし協力隊としての活動も終盤になってきている今日この頃、私は柚子園にて剪定作業の真っ最中です。

柚子は高知県が国内シェア40～50%を占め、俳句においては秋の季語にもなっています。秋の収穫に向けて1年間いろいろと作業をする中でも、今行っている剪定は今年の収穫を左右するとても重要な位置づけになります。また例年は春にガツツリ切り落とす剪定方式を取っていましたが、今年からは春と夏、2回に分けて切る剪定方式を試しています。

元々、生産者さんの高齢化に伴い放置され荒れていたこの園を、数年かけて元に戻している

途中から協力隊として関わり始めました。過去最高の収穫量だった昨年を超えるのか、任期の関係でこの結果を見れずして協力隊を終えることはとても残念ですが、今できることを精一杯、毎日やっていこうと考えています。



Editor / Mirai Fujita

Photographer / Takahiro hashimoto

Editor / Azusa Abe,Miwa Nakashita,Koyo takeuchi,Aki Yoshioka,Mirai Fujita

Photo&Design / Takahiro Hashimoto

Publisher / 四万十町地域おこし協力隊 786-0013 高知県高岡郡四万十町琴平町1-1 TEL : 0880-22-3161

URL : <http://shimantcho-chiikiokoshi.jp/> Date / 令和4年4月発行