群馬県・北軽井沢発 いいとこみつかるフリーマガジン

きたかる

創刊号
2010 SPRING

¥0

住んだこと分かる きたかるの魅力、教えます。

住む 知る 伝える きたかる

移住、開拓、酪農、農業、大学村、音楽、観光、自然

■インタビュー

■学生の選んだ一枚 僕らのきたかる

■きたかるの味 きたかるっておいしい

きたかるマップ

自然と

「すごい！」

目の前に広がる雄大な自然に夢中でカメラを構える私たちに、
「この景色って、すごいのかぁ」と、驚いた顔できたかるの人は言った。
きたかるの人たちにとってはそれが当たり前。
でもその当たり前の景色の中で住ごす日々は、どんなに穏やかなんだろう。
ゆったりとした時間の感覚、『きたかる時間』を過ごす人たちと言葉を交わせば、
おのずとその答えは見えてくる。

もし皆さんが答えを知るために
“きたかるに行ってみよう”
そう思って一度来てみれば
“ここで暮らしたい”
そう思う理由が必ずあります。

きたかるの魅力がつまったこの一冊で、
一足先にそのあたたかさを感じてみませんか。

群馬県・北軽井沢発 いいとこみつかるフリーマガジン

きたかる

創刊号
2010 SPRING

住む。

まず、きたかるを知るには…
04 きたかるマップ

インタビュー
06 住む 知る 伝える きたかる

07 移住 / 石田真理さん
「出会いのある町　馬とともに歩む」

08 開拓 / 柴崎三郎さん
「北軽と生きているから言えること」

10 酪農 / 眞下豊さん
「地元の人に届けたい、自信の一杯」

12 農業 / 清水忠雄さん
「東向きにっこり食べるとれたて野菜」

14 大学村 / 布川謙さん
「歩くことで感じる、つながりの思い出」

16 音楽 / 神倉稔さん
「木々が指揮する音楽が人々をつなげる」

18 観光 / 福嶋誠さん
「リゾート地、北軽井沢での挑戦」

20 自然 / 堀江博幸さん
「春夏秋冬、自然の生命力を感じながら」

きたかるの味をご家庭でも
22 きたかるっておいしい

写真で見るきたかるの思い出
23 僕らのきたかる

きたかるマップ

KITAKARU MAP

上信越自動車道
碓氷軽井沢インターから北軽井沢へ

碓氷軽井沢 IC から軽井沢方面へ約9km
南軽井沢の交差点を左折し、国道 18 号に入り約12km
塩沢の交差点を右折し、約1km 先にある軽井沢中学前の交差点を左折
約1km 先の中軽井沢の交差点を右折、国道146 号に入り約17km
北軽井沢の交差点を右折し、最初のＴ字路を左折
約200m 先に旧草軽北軽井沢駅舎
★碓氷軽井沢 IC から旧草軽北軽井沢駅舎まで約1時間

7 二度上峠

北軽井沢と高崎市を結ぶ峠。標高1390m。正面には浅間山を望むことができ、とても美しい景色である。車で来た方はぜひ展望駐車場へ。

5 みるく村

北軽井沢の牛乳が集められ検査と一次処理される場所。シーズン中には売店で牛乳やアイスクリームを味わうことができる。

8 プレジデントリゾート軽井沢

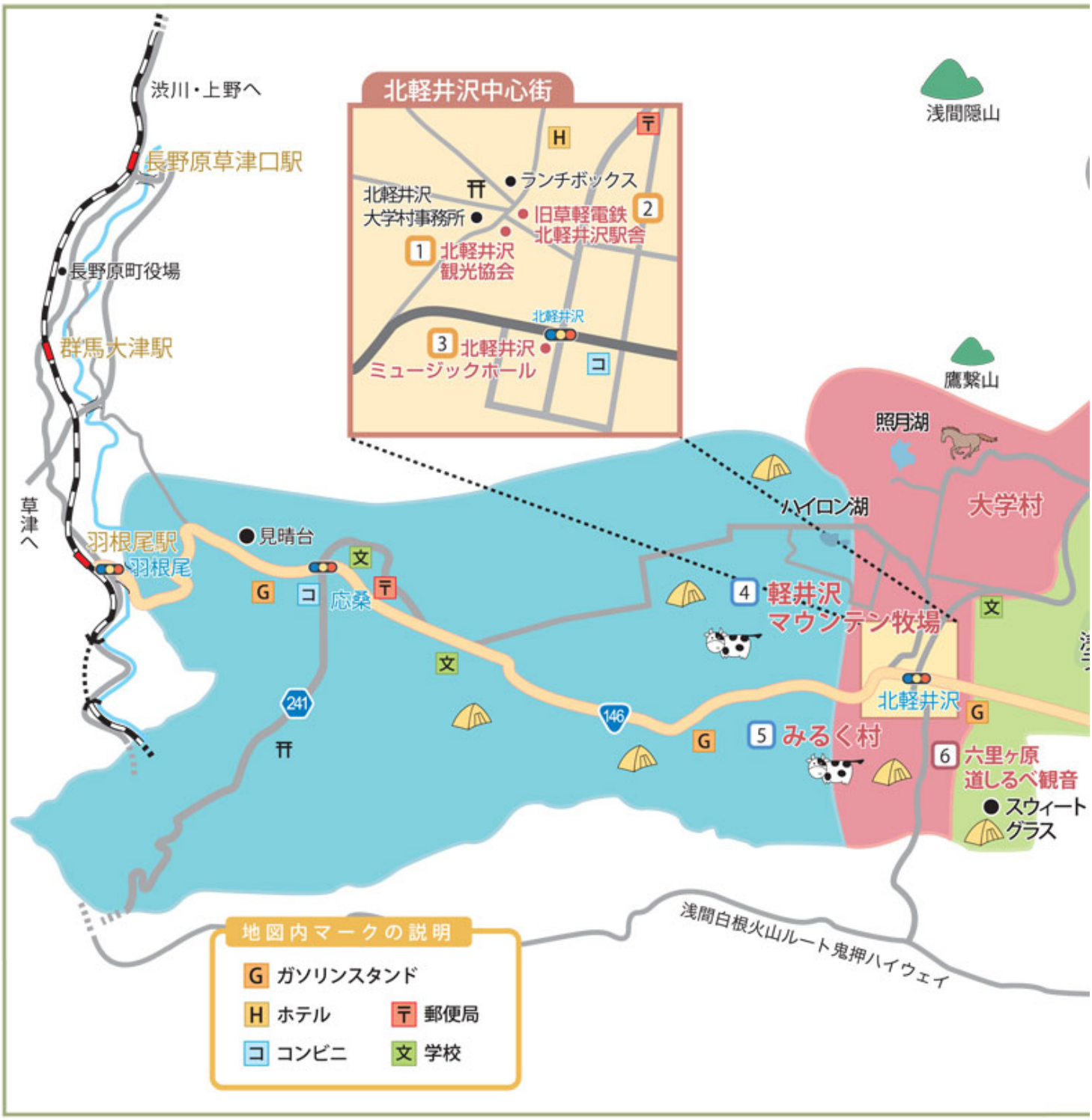
スカイパーク＆スノーパーク・温泉・レストラン・ゴルフ・ホテルなど、一年を通してさまざまな楽しみ方ができる。

6 六里ヶ原道しるべ観音

六里ヶ原(浅間高原)を旅する人たちの苦労を心配して、道しるべとして江戸時代に地元の人たちが観音石仏をつくったのが始まり。数十体の石仏が集められ、桜岩地蔵の参道に並んでいる。

9 鬼押出し浅間園

雄大な浅間山と鬼押出し溶岩流を眺めることができる自然遊歩道。その他にも浅間火山博物館や浅間記念館（二輪車展示館）が見どころ。



おすすめスポット

1 北軽井沢観光協会

自然豊かな北軽井沢の観光を紹介するためにつくられた協会。道に迷った時や、分からないことがあったらぜひこの観光協会へ。

3 北軽井沢ミュージックホール

昭和 42 年に建設され、小澤征爾など数多くの音楽家に利用されてきた。フェスティバルやチャリティーコンサートなどが開かれている。

2 旧草軽電鉄北軽井沢駅舎

現在草軽電鉄は廃止されているが、昭和初期当時の姿を残している唯一の駅舎である。平成 18 年には文化庁から登録有形文化財に指定された。

4 軽井沢マウンテン牧場

牧場と観光農園を組み合わせた体験型牧場。野菜の収穫、アイスクリーム作りなど高原牧場ならではの楽しい体験ができる。

住んでいるからこそ、
北軽井沢のことは誰よりも知っている。
伝えたいこともたくさんある。
さまざまな経緯はあれど、その想いはみんな同じ。
そんなきたかるの人々の声、お届けします。

住む 知る 伝える きたかる

07 移住 / 石田真理さん
08 開拓 / 柴崎三郎さん
10 酪農 / 眞下豊さん
12 農業 / 清水忠雄さん
14 大学村 / 布川謙さん
16 音楽 / 神倉稔さん
18 観光 / 福嶋誠さん
20 自然 / 堀江博幸さん

移住 出会いのある町　馬とともに歩む

乗馬インストラクター　石田 真理さん

「移住する」ということは、今までに会ったことのない人や自然と出会うことになる。都会から北軽井沢に移住してきた石田真理さんは、新たな環境でどのような出会いがあったのだろうか。北軽井沢で乗馬クラブを経営する彼女を訪ねた。

―北軽井沢の魅力はどのような点で感じましたか。

場所的に言うと、雄大な自然に囲まれている、そして四季がはっきりしているということでしょうか。東京との違いはそれが一番で、魅力だと思いますね。食べ物の面では、野菜とお水がおいしい。多分住んでらっしゃる方はそれが普通なので、特別おいしいとは思わないかもしれないですけど、東京から来ると全然違います。

―北軽井沢に移住してきて、環境がいきなり変わったと思うのですが、仕事面や生活面で大変だったことはありますか。

私が最初に北軽井沢に来たのは、気候が良い5月だったんです。ところが8月の末から寒く感じ、すごい厚着をしていたので、地元の人に今からそんなに着てどうするんだ、と言われるほどでした。だから最初の冬は寒くて大変でした。ただ、一冬越したらそれも慣れてきましたよ。仕事面で言うと、環境が変わっても好きな仕事だったので全然苦ではなかったですね。

石田（いしだ）　真理（まり）

1963年生まれ。東京都出身。有限会社クレールエンタープライズ取締役であり、浅間クレールライディングサークルのインストラクター。8歳から乗馬を始め、その後多くの大会で活躍。現在は北軽井沢で乗馬クラブを経営している。

―北軽井沢に来て感じた変化はありますか。

せかせかしなくなったということですね。都心ではOLをしていましたが、毎日せわしくて、時間が経つのが早いというか。ここでも早いですけど、都心だと忙しくて気持ち的にもっと早かったんですね。北軽井沢だと結構のんびりゆったりしながら時が流れていくって感じですね。

―東京から北軽井沢に移住してきて良かったと思うことはありますか。

やっぱりたくさんの自然に囲まれて、気持ちにゆとりを持って生活できることですね。あとは乗馬クラブという仕事柄、いろいろな方と接することができるんです。特に北軽井沢というリゾート地だけあって、地元以外にも日本全国の方、時には外国の方、そしてその方たちはさまざまな職種の方であって、そういったOLをしていたら会えない方とたくさん会えたということが良かったです。それに子どもが生まれて学校に通うようになってからは、地元の方との交流も出てきたので、地域につながりを持てたことがうれしいですね。

―最後に、これから北軽井沢をどのような町にしたいですか。

仕事もしているし、ここから出て行くことは考えていないので、北軽井沢が発展していってほしいと思います。移住者という立場からすると、地元の人たちの話が聞けたり、地元の人たちとの交流を持てる場所があればいいですね。移住者は移住者、地元の人は地元の人と分かれないで、仲良くという言い方も変かもしれませんが、何かみんなでできることがあればいいなと思います。そして、やっぱり自然を壊さず生かして、みんなが来てくつろげる場所、例えばコミュニティの場所だとか、そういう所を作って、もう一度来たいって思える町にしたいなと思います。

開拓

北軽と生きているから言えること

北軽井沢開拓者　柴崎 三郎さん

北軽井沢に携わること50年。農地の開拓からその紆余曲折を経て変化する北軽井沢を見守ってきた柴崎三郎さん。さまざまな経験を通して北軽とつながってきた柴崎さんに、今まで、そしてこれからについて語っていただいた。そこには柴崎さんの半生と切っても切れない関係があった。

「今で言う前橋市の東に木瀬村という村がありまして、そこで私は生まれました」

自分の生い立ちから話し出した柴崎さん。10代ではたくさんの苦労をしてきた。

東京への就職と同時に夜間の工業高校に入学するも、その生活に体がついていかず半年で帰ることとなり、実家の農業を手伝い始める。

当時はまだ戦時中。木瀬村からも満州への開拓奉仕隊を募ることとなり、出発前に病気になった父の代理として満州へと渡る。半年という期限付きだったはずが、現地の開拓団長から見込まれ引き留められてしまった。

「私一人だけ日本に帰る許可証を出さないんです。そこで、話が違うということで逆らったんですけれども、満州の開拓団長だった清水さんも考えた末に、開拓の指導者としての勉強をさせるという目的で私を入植させたわけです」

それから2年が経ち20歳になると徴兵義務が待っていた。満州からの現地入隊というかたちで戦争に駆り出され、黒河の国境線に配属される。

「国境線部隊が長春に結集するため、昭和20年7月から全軍が移動を始めました。チチハルまで来たときに開戦になりまして、それから終戦になりハルピンで武装解除。牡丹江へ集結して、3年あまりソ連の東のイズベストゴーバヤというところで捕虜として生活しました」

「北軽井沢に入植してくれと繰り返し説得され、ここに入植しました」

戦争が終わり群馬へ帰ってくると、開拓自興会という戦災者や戦地から引き揚げてきた人たちに自給自足を促すための緊急開拓事業制度が実施されていて、引揚者が全国各地の未開の土地に入植していった。柴崎さんもその一人だ。満州開拓団長から北軽井沢の開拓農協の初代組合長となった清水さんに、この地への入植を誘われた。

「当初、北軽井沢は太い幹ばかりの林で、道路もありませんでした。だから畑を耕すといっても枝も根っこもたくさんあるので、一日いくらあってもなかなか作業は進まないんですよ」

未開拓地だった昔の北軽井沢を思い出し、身ぶり手ぶりで当時の苦労話を私たちに聞かせてくれる。鮮明な記憶がよみがえってきたのだろう。まるで昨日の出来事のように事細かに話してくれた。

焼畑農業の手法を取り入れ、畑の土地を増やしていきアワやキビを作り始めるが、柴崎さんはそれだけでは満足せず陸米の生産を試みる。しかし、北軽井沢は無霜期間が5月下旬から10月上旬くらいまでの5ヵ月間しかないため作物はまるで育たないことを知った。

はたして北軽井沢は何に適しているのだろうか。柴崎さんは輪作(異なる種類の作物を一定の順序で循環して栽培する方法)の適性試験をした。殻も測って、栄養価も調べて、当時の単位や労力を非常に細かい数字まで計算した結果、酪農が北軽井沢には一番適しているということになった。昭和28年に牛が入ってくるようになり、北軽井沢の農業が軌道に乗り始めた。

「それから、部会制度というものを作りました。酪農部、野菜部などの部会を作って研究しましょうというものです。やはり、人に教わるだけではダメなんですよね」

農業が発展しても、柴崎さんが持つ北軽井沢開拓への情熱は大きかった。

「開拓の話になりますけれども」

そう言って話を切り出した柴崎さん。輪作で畑や牧場がたくさんできると、今度は村の人たちに平等に分配することとなった。最初は地図上で分け始めるも地形の関係で阻まれてしまう。そこで考えついたのが畑に点数を付け分配するという方法。畑の形、傾斜などを査定し、平等な点数分の畑を振り分けた。この作業は4年もの歳月がかかった。

「開墾して作った道路を町で舗装してくれるということになりました」

農業の開発に町も前向きな姿勢を向けるようになった。しかし、舗装されるのは平らな場所のみ。急斜面の坂は舗装が厳しいということだったのだが、開拓者一戸あたり5万円の負担金を募り、道路を作った。

「負担金を出す犠牲心があるなら役場も犠牲を払うということです。そうすると町民の理解が得られる。そういうことがあってこの地に道ができたんです」

昭和42年から大屋原の道路網整備事業

柴崎（しばさき）　三郎（さぶろう）

1925年生まれ。前橋市出身。満州での開拓経験を経て、昭和23年に北軽井沢に入植。入植当時は既存農家の指導を受け、昭和20年代は雑穀栽培、30年代には酪農、40年代以降はリンゴ農園を経営するなど北軽井沢の変遷とともに生きてきた。現在は農園経営を辞め、自家消費用に野菜の栽培を行っている。

10ヵ年計画が策定され、10億円の事業費に対して、一戸あたり350万円ほどの負担金を出し、現在の畑にある道路が完成し、さらに生産性が向上した。

実際にやったからこそ言える言葉の重みに私たちはただ圧倒されるだけだった。

「今見ると『こんないいとこに入植して良かったね』とみんな言うんですが、64年前にここを〝こんないいとこ〟と言う人がどこにいたというんでしょうかね」

開拓の話を締めくくるように柴崎さんの口から言葉がこぼれ出た。

北軽井沢の開拓に関わってきた人たちが少なくなり、二世の中には兼業農家になった人たちがいる。だからこそ後世に伝えていかなければならないのかもしれない。柴崎さんの視点は〝これまで〟から〝これから〟へと変わっていた。

「組合の初代会長の計画があり、二代目、三代目の計画があり、四代目の組合長である私の計画といったように、組合長が変わる度に方法が変わっていきました。このことは、今になって振り返るとその時その時の状況があって、開拓地としては非常にいい雰囲気だと思います」

写真館

開拓当時の北軽井沢を写真とともに。

家が集まって建っていた当時の様子。屋根は多くの家が笹でできていた。

北軽井沢に最初に入植した人々。満州生まれの子どももいた。家の屋根はカヤで作られており、当時の集落で一番立派な家だった。

開拓した畑の様子。切り株の間に作物を作るのは不便だが、疲れたときに休むにはちょうどいい。

酪農 地元の人に届けたい、自信の一杯

バイオトラスト軽井沢牧場オーナー　眞下 豊さん

365日休みのない仕事、それが“デイリーファーム”。規制の強化による酪農戸数減少の中、北軽井沢の地でこの仕事を続けていく魅力とはなんだろうか。規模拡大6年目、軌道に乗りつつある酪農家は、何よりも牛が好きな想いと地産地消の夢に溢れていました。

小学生からの志でした

父の代では有畜農業をしていたのですが、私が小学5年生の頃に酪農専業という言葉が耳に入るようになってきました。その頃、私の行った農業後継者育成のための専門学校ができたんですよ。そこは校長先生がアメリカの方で、成績が優秀な者は2年間アメリカに研修に行くための奨学金がもらえるという制度があって。私は動物が好きで野菜を作ることより牛を飼うことの方が面白いと思っていたので、その学校を目指そうというのが小学5年生の私の志でした。専門学校に入ってアメリカに渡り、トラクターに乗ったり、牛の管理をしたりしました。そういった経験が今も役に立っています。今では規模を拡大して、北海道に預けている50頭くらいの牛も合わせると、牛の数は約400頭になりますね。北海道にっていうのは、向こうの牧場に牛を委託しているんです。そこで足腰を鍛えたり、お腹に子どもを宿して返してもらったりというスタイルをとっています。

北海道に準ずる場所、それが北軽です

牛は暑さに弱いので、湿気があったり暑かったりすると餌も十分に食べられないし、健康維持をするのも大変なんですよね。北軽は、夏涼しく冬も寒さが厳しいように、北海道に気候が近いんです。だから、牛は寒さをしのぐために餌をいっぱい食べ、その繰り返しで胃袋も大きくなるから健康になるんです。多くの餌を食べてくれた方が、成分のバランスが良くおいしい牛乳が生産されるわけですね。ですから、ここは牛にとって、北海道に準ずるぐらい良い立地条件なり、環境にあるわけですよ。だから、安全でおいしい牛乳を消費者の方に提供するということが通ずるような気がしますね。餌も食べられない牛から搾った牛乳とでは味が変わってくると思います。そういったことのないように、常に扇風機を回して、涼しくて空気がきれいな換気された牛舎で牛を飼う。そして自然に近い状態で牛を飼うということが私たちの与えられた使命というか、牛にやってやれる最低限のことですね。餌についてはバランスの良い配合で、良質なものを与えることをいつも心掛けています。健康維持のための粗飼料と、牛乳を出すための穀物とがあるんですが、それはアメリカの非遺伝子組み換えのものにこだわって。やはり、餌にも気を使っていないと。消費者の皆さんに提供するわけですからね。健康な牛から良質な牛乳を搾るということを心掛けています。その牛乳への自信はやはり甘みとコクにありますね。品質の良い餌を与えていっぱい牛乳が出れば、乳量表で今日の出荷乳量は何kgだっていうのを見るのが毎日楽しいし、励みになりますよ。群馬県のチャンピオンなど、賞を受賞することも励みになりますし、やりがいも生まれます。それに格好の良い牛たちがいたら、仕事も面白いですよ。

眞下（ましも） 豊（ゆたか）

1953年生まれ。北軽井沢出身。中学卒業後、山梨県の農業学校に酪農を学ぶため進学。その後2年間のアメリカ研修に参加し、大規模酪農を習得した。4年間の酪農ヘルパー、現在も続けている人工授精師として酪農技術を磨き、父の跡を継ぐ。自らも牧場の規模拡大をして6年目となる。

朝は4時に起きて、お昼は12時半、夜は8時半から集まって一日3回の搾乳作業を行います。牛乳は搾りすぎると脂肪率が下がってしまうので、量を多くとればいいというものではありません。成分バランスが良くておいしいこの牛乳は、コンビニエンスストアにも卸されています。

酪農のプロ集団になりつつあります

生き物相手だと口を利いてくれないから24時間暇がない。そのやり方を人間の方から変えていかなくてはいけないということで、いつも牛についていなくていいようにうちでは三人で一シフト、三交代制にしています。それで一日3回搾乳をしているんですよ。従業員は全部で14人いますが、餌を作る人、牛舎の掃除をする人、搾乳する人、総合的に牛を見る人、そして私たちにできない部分は獣医さんにお願いするというシステムにしています。確かに規模拡大して大変なこともあるのですが、逆に今まで一頭一頭見ていた牛がグループごとに見られるようになりました。種をつけるグループ、妊娠中のグループ、お産があるグループというように分けて、グループごとに何に気を付けなくてはいけないかというポイントさえ把握していれば、何番の牛が今、どこのグループにいるかというのを管理して、システム化できるんですよね。そして、搾乳している人たちも手順をいちいち教えたり、注意しなくてもできるという、プロ集団になりつつあります。少しのミスも許されないというのもありますが、三人がリカバリーしながら取り組んでいます。頭数が増えても、搾乳時間と餌の量が増えるだけなので14人という人数でできるんですよ。牛舎も余裕がありますから、これからの規模拡大も考えています。

写真を載せてでも届けたい牛乳です

みるく村に北軽井沢の牛乳が集まる場所があるんですが、そこでの牛乳のパック詰めは4月でやめてしまいました。それを一番残念がっているのは、学校給食で牛乳を飲んでいた地元の子どもたちなんですよね。だから私は自分の顔の写真を載せてでも、自信を持って地元の子どもたちや消費者においしい牛乳を届けたいという夢があります。消費者の方々に自信を持って提供できるようにというのが、やはり自分の根底にありますので。群馬県で乳牛改良協会の会長をしていても、北軽でやってることが誇りに思えます。北軽の代表として中央に行っているのですが、群馬県でも北軽の乳牛として一目置かれているのが、自信にもつながるし、プライドや誇りにも思えるんです。だからやはり、夏の涼しい北軽井沢で育つ、自然に近い状態で育つということが牛のためにもいいと思いますし、そういうところが一番の誇りだと思います。さらに群馬県だけでなく、全国にこの北軽井沢の名前が知れ渡っているんですよ。それは我々の先輩方も含め、頑張ってきた人たちのおかげだと思っています。

この北軽井沢での酪農っていうのは話せば奥の深い職業だし、それだけやりがいがある。そして、後継者に自信を持って渡せる、そういう仕事だなと感じます。

農業

東向きにっこり食べるとれたて野菜

農園経営者
清水 忠雄さん

いつも食べている野菜が、どこで作られているのか知っていますか。誰が作っているのか、考えたことはありますか。野菜を喜んで食べてもらいたい、と北軽井沢で農業を営む人たちがいます。その一人である清水忠雄さんに、農業への想いについてお話を伺いました。

—初めから北軽井沢で農業をしていたのですか。

俺はまぁ、昭和20年に満州で生まれたんだけどさ、両親が結婚して、1歳頃にここへ来たらしいんだ。親父は最初雑穀や酪農やったりして。俺が20歳頃から47歳まで酪農やってから野菜に切り替えたの。45歳頃から酪農と野菜を少しずつやって、両方はやっぱり上手く行かないなと思って。それと、始めてみて野菜が面白かったから、切り替えちゃおうかって。

—どんなものを作って出荷していますか。

高原野菜の大体を作ってるな。キャベツ、レタス、トマト、大根。ブロッコリーと、とうもろこしも。レタス系だって7～8種類作ってる。それを大地を守る会とか、らでいっしゅぼーやとか、東京にある宅配用の大きな業者に売ってる。八百屋さんや市場、会社に出したり、農協も契約してる。カット野菜とかはセブンイレブンでも売っているんだよ。

—清水さんの作った野菜の特徴は何ですか。

減農薬と減化学肥料で、自分で作った肥料を使ったり。今は、眞下さん（※酪農家、p10～p11にインタビュー掲載）のとこからさ、堆肥をもらって、例えば鶏糞とかそういったものを混ぜている。それに、昼と夜の温度差があって夜露が降りることによって、作物が潤う。それが高原野菜のおいしさにつながってると思う。だから、野菜の甘さが違うよ、甘さが。葉物も。だって肉厚だよ、本当に。食べるときは、サラダにも煮物にも揚げ物にもして食べる。じゃがいもでもニンジンでもなんでも入れちゃう具だくさんの味噌汁なんかも。味噌も自分で作るからおいしいよ。

—北軽井沢で今どのくらいの人が農業をしていますか。

結構いるよ。主でやってる人は60～70戸ぐらい。農業っていうのは一人ではやれないし、農業している人たちとのつながりが全国にある。さっき言った取引先で、生産者大会があるんだよ。そこで話し合いがある。冬は暇になっちゃうからさ、仲間のところを見に行ったり、遊びに行ったり。

写真は上からパプリカとししとう、キャベツ、大根、プチトマト、ゼブラトマト。

—これから作る野菜の幅を広げたいと考えていますか。

考えてるよ。これからは俺なんか年取るから、軽い野菜にしなきゃいけないからさ。若いのに重い野菜を任して。今年始めたのがゼブラナスっていう縞模様のナス。これから人気出るからな。あとパプリカとか、甘党美人とかさ。甘党美人はピーマンみたいで辛くない長い唐辛子なんだよな。10年くらい前うちで研修して、今千葉で農業やってる子が送ってくれたんだ。おじさんこれ作ってみなって。今年から作ってるけど確かに旨いよ。生で食ってもさ、ナスなんかと炒めても何しても。

—仕事をしていて良かったと思う瞬間はありますか。

うん。俺の野菜をさ、頼まれて今何軒か穫れたものをセットで送ってるんだけど、鎌倉の幼稚園の子が「清水さんの野菜まだ来ないの」って言うんだ。これはうれしいぜ。やっぱり子どもが喜んで食べるのが一番だな。だって大人は我慢するでしょ。子どもは我慢しないからおいしくなければ言うしさ。それがまぁ俺なんかが求めてる理想じゃないかな。子どもが野菜を喜んで食べる。そういったものを作りたい。それは家族も喜ぶよ、やっぱり。

—農業をいつまで続けたいですか。

定年がないからやれるうちはやりてぇな、やっぱり。その魅力が北軽にあるというか。言葉ではちょっと表現できないんだけどさ、野菜作って食べる喜びよりも収穫の喜びかな。だから、一番最初に収穫するときは、畑行って生で食べるんだ。初物は東向いてにっこりして食べるんだ。だから、この仕事が面白いと思っているうちはいいんじゃない、しばらく続けても。

—清水さんの農業に対する想いが伝わってきました。お話を聞かせていただきありがとうございました。

清水（しみず） 忠雄（ただお）

1945年生まれ。満州出身。北軽井沢に移住してきた両親が始めた酪農・農業の仕事を受け継ぎ、現在農園を経営している。作っている野菜は主に高原野菜だが、近年は新しい野菜作りにも取り組む。食べる人に喜んでもらえる野菜作りを目指している。

大学村 歩くことで感じる、つながりの思い出

大学村組合理事　布川 謙さん

歴史ある木々に囲まれた別荘地、大学村。文学者や教育者、研究者など、多くの著名人がこの地を求めました。彼らを惹き付けたのはいったい何だったのでしょうか。大学村組合理事をなさり、ご自身も北軽井沢に多くの思い出がある布川謙さんにその魅力をお聞きしました。

―大学村の山荘を所有している方は何人いらっしゃるのですか。

現在380名です。その他に土地だけ所有している方が約100名いらっしゃいます。

―現在どのような活動が行われているのですか。

みんなで楽しく過ごそうということをベースにしていろいろと行っています。例えば青少年会というものが組織されていまして、勉強会、遠足、キャンプファイヤーなどをしております。また、文化講座を開き、いろいろな分野の方からお話を伺っております。それに、大学村には音楽関係の方がいらっしゃるのでいくつもの音楽会も開かれます。これらの行事は「南紀クラブ」と呼ばれる大学村組合員が自由に使える集会場とその前のグラウンドで行われます。「南紀クラブ」はもともと、北軽井沢の自然を楽しまれていた画家の方が建てられたギャラリーで、60年ほど前に寄付していただいたものです。大学村コミュニティの象徴ですから、ぜひご覧になってください。ここで総会も開かれまして、いろいろなことが確認され、決められていきます。

―決まりごとはどのようなことですか。

大学村での生活の決まりの軸は35年ほど前に制定した「大学村憲章」で、大学村に来られる人々が楽しく生活できるような簡単な事柄です。また、この自然環境を守るために「環境協定」というものも制定されております。大学村は夏の利用者が多いものですから、緑陰の中の静けさを楽しめるように、各家の所有地を割合に広くしております。あまり締め付けられるのも嫌なのですけれど、これらの規定をみんなで守ろうとしていることも住みよさにつながっているのだと思います。

―大学村の自然の魅力は何ですか。

まず、ナラなどの広葉樹が多いことでしょう。広葉樹は四季とともに美しく変化して気持ちを落ち着かせてくれます。それ

に、道が舗装されていないということ。車で来る人々には不便であり、埃も立ちやすいのですが、歩く人には「自然」を感じさせてくれます。ですから大学村では今後とも道は舗装しないでしょう。少なくとも私の時代は舗装されては困ると思います。

―生活していて感じるよさは何ですか。

水源地を持っていることです。この村を運営していくのに、一番大切な要素は水だと思います。開発を始めた昭和3年当時に4kmほど離れた所に土地を求めました。そこからの水を今でも大学村が管理して全体で使っています。大学村が早く発展したのは十分な水が湧く水源地ができたからだと思います。北軽井沢周辺では多くの別荘地域が開発されていますが、浅間山の噴火の影響などで水が出ないから苦労されたと耳にしたことがあります。川から生活用水を得ることもできますが、水利権や汲み上げ方法のことなど、難問を抱えなければならないことも予測できます。大学村が独自の水源から自然流下で各家に給水できているのはすごく良いことでしょう。ほとんど殺菌剤などが入っていない自然水ですから、東京など他の地域に帰る時にわざわざ汲んで持って帰る人もおります。私もそうでした。広い水源地、それに付随する施設を管理するのは大変ですけれども、十分な自家用水を持っていて、延々と続いている歴史ある水を飲んで生活しているのですからそれは楽しいですよ。

―大学村のどんなところが好きですか。

大学村の特徴は、ここに書斎をお持ちになり、自然の静けさの中で作品を作られた野上弥生子さんのお言葉を借りれば、文化人が多いということです。その方々を通じて初対面の方にどこかつながりを感じる時があって、ほっとします。孤独ではないんだな、と。また幼い頃、安倍能成さんという文部大臣、学習院院長などをなされた方に、肩車されて浅間牧場に行ったことや、よく通っていた大丸商店というお店の奥さんのことなどが思い出されて懐かしい気持ちになるからなのか、北軽井沢に来ると気持ちが安らかになります。そういったつながりは残していきたいですね。

―今後どうなっていくべきだと思いますか。

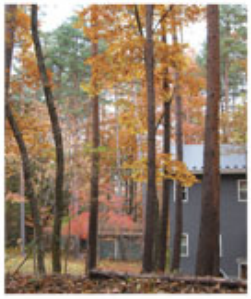
現在、大学村開発に貢献された法政大学関係者、初期に北軽井沢の生活を楽しまれた方々はお年を召され、また亡くなられております。そのこともあって、北軽井沢をはじめ周辺の方々との交流が少なくなったと思います。私も東京出身なのですが、空襲で東京の家が焼失して、学童疎開後から数ヵ月間大学村で過ごしました。その頃は食糧は配給でして、いつも空腹状態でした。北軽井沢のお米屋さんに行くと、いつもおばさんが「食べていきなさいよ」とホットケーキのようなパンを焼いてくれました。前述の大丸屋の人々も含めて周囲の方々と気軽なお付き合いがありました。将来的にも、その頃のように大学村と北軽井沢とがもっと親しくなったら良いと思います。それぞれの歴史を通じてつながりがさらに深まってほしいと思います。

ただ、昭和38年前まで重要な交通機関だった草軽電鉄がなくなった事もあって、車で来られるようになったために日帰りするなど長くは滞在しない方が増えて、昔のように地元のお店に買い物に行ったり、家で御用聞きを待ったりということも少なくなりましたので、お付き合いも弱くなっています。それに山荘の利用者も減っております。けれども時代は変わっていきます。また北軽井沢を楽しむ人も増えていくでしょう。北軽井沢は本当に良いところですから。

布川（ぬのかわ） 謙（けん）

1933年生まれ。東京都出身。学生時代の夏のほとんどを北軽井沢で過ごす。その後、酪農の道を選び東京を離れ、岩手県、北海道での農場経営を経て山梨県清里の財団法人キープ協会農場長、博物館ポール・ラッシュ記念センター館長を務める。2005年に退職。現在は清里に在住。

大学村はどんなところ？



大学村は自然をそのままの形で残し、大きな区画で分譲された別荘地です。もとは法政大学の学長、松室致先生が所有する土地を分譲したことから始まり、他の別荘地とは趣の異なるミュニティを形成しました。現在も文化人が別荘を持ち、北軽井沢を舞台に創作活動を行っています。ほとんどの道路は昭和3年開村当時のままですが、1本舗装された道路が通っています。約500戸の組合員が、自前の水源地と配水施設を管理しています。

音楽木々が指揮する音楽が人々をつなげる

ミュージックホールサポーターズ代表　神倉 稔さん

世界的に有名な指揮者である小澤征爾。彼をはじめ何人もの著名な音楽家を輩出した北軽井沢ミュージックホールは、現在さまざまな形で活用されている。その中心で邁進する神倉稔さんに、現在のミュージックホールと北軽井沢の関係について熱弁を振ってもらいました。

―ミュージックホールはどうやってできたのですか。

桐朋学園で音楽を教えていた斎藤秀雄さんが子どもに音楽を教えたいということで、初めは北軽井沢に別荘を買って二、三人に合宿を行っていたらしいんですよ。それが発展していって今度は北軽井沢小学校を借りてやるようになったんだけど、いろいろな面で限界がきて、新たな場所を造るって話になったんです。もともと斎藤さんは自然の空間の中で音楽を学ぶことによって、新しいものが得られるんじゃないか、という発想があったみたい。で、当時ボルチモア交響楽団の一員であった田中康興（やすお）さんはそれを木から造る発想をした。彼らのそんな想いで北軽井沢ミュージックホールってものができたんですよ。

―小澤征爾さんもここで学んだそうですが。

はい。桐朋学園大学にいた小澤さんは後輩たちを面倒見ながら斎藤さんに教わって指揮というものを勉強していたんですよ。その後、小澤さんはミュージックホールの理事長になり、その時代にミュージックホールを長野原町に寄付したんです。

―ミュージックホールサポーターズはどのようにしてできたのですか。

長野原町はミュージックホールの扱いに困り、使わずに放っておいたんです。どんどん老朽化して、しまいには雨漏りもしてしまったんですけど、ピアニストの大島直子さんとクラリネット奏者の文子さん姉妹が、自分たちが合宿した場所だったことが分かって、ぜひこの場でコンサートをやりたいっていうことで、長野原町に頼み込んで。長野原町は、使える状態じゃないからだめだって言ったらしいんですが「雨漏りしてもいいから貸してくれ」って言って。で、コンサートの前に自分たちで雑巾がけしていたんです。それを僕たちが手伝ってあげようよっていうことになりました。それがきっかけで「自分たちでミュージックホールをもっと周知させて北軽井沢にもっと貢献させるべきだ」って話になって、ミュージックホールの応援をするものとしてサポーターズっていうのができあがったんです。

―では、その後ミュージックホールフェスティバル実行委員会はどのようにしてできたのですか。

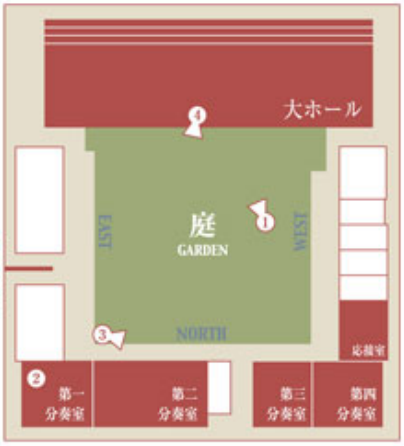
大島さんたちを含め、今まで演奏してきたような人を集めたミュージックホールフェスティバルっていうのが3年前からできて、町が主催って形だったんですが実質的にはサポーターズが運営をしていました。これはおかしいってことになって、じゃあ実行委員会を作ろうかということでできたんです。それで、今現在に至っているわけです。

―サポーターズやフェスティバルをやっていて良かったと思うことは何ですか。

みんなが喜んでくれることですね。お客さんが帰る時に「ありがとうございました」「頑張ってね」とか、いろいろ声を掛けてく

神倉（かみくら） 稔（みのる）

1954年生まれ。北軽井沢出身。一時は前橋に住んでいたが、30歳の時に帰郷。神倉自動車を経営しつつ、北軽井沢ミュージックホールサポーターズ代表、北軽井沢ミュージックホールフェスティバル委員会会長を務める。他にも、浅間山ミュージアム会長も務めるなど、北軽井沢の発展に貢献している。



北軽井沢ミュージックホールフェスティバルの様子。多いときには200人もの観客が集まる。

北軽井沢ミュージックホールの見取り図。大ホールの前には自然が広がる庭があり、ここの大きな特徴の一つである。

るんですよ。お互い顔の見える範囲でやってるからね。何よりもそれが一番うれしいよ。

―サポーターズやフェスティバルで心掛けていることは何ですか。

ちゃんとスタッフとしての行動をして、自覚を持たなければいけない。自分なんか一応会長だから「ちゃんと名札をつけろよ」「ユニフォームきちんと着ろよ」ということを徹底しています。そうして、ミュージシャンの人たちも、スタッフの人たちも、お互いが張合いのあるような方向を作れるようには意識してますね。あと、自分の気持ちとか、自分のことを明らかにすること。そうすることで、自分たちで自分のやってることに責任を持ちます。それで一生懸命やってるんだということが伝わればいたずらや悪口はまずない。応援や励ましなどのいいメールしか来たことがないよ。

―ミュージックホールに関することで、今後やっていきたいことは何ですか。

フェスティバルは一ヵ月くらいの期間でやっていて、その前後が空白なんですよ。この空白の時間をみんなにもっともっと幅広く使ってもらいたい。別に音楽関係じゃなくたっていいと思うんですよ。最終的には小澤征爾さんに来てほしいな。あと、ミュージックホールの資料館を作りたいですね。斎藤さんとか田中さんたちはミュージックホールに貢献をしてくれたんだよっていうアピールにもなるんじゃないかな。その人たちを埋もれさせてしまうのは、おかしいと思うんですよ。日の目を見るような形を作ってやるべきじゃないかなと思う。

―神倉さんが思う北軽井沢の一番の魅力は何ですか。

自然なのかな。自分は昔、前橋にいたんですよ。でも、自分が住んでいた所には自然がなかったから嫌で帰ってきたんです。ここは自然がいっぱいあるから、こっちへ帰ってきたくなっちゃって。森林浴の時なんかに、オーラというか、そういったものをここでは本当に直接感じられるんです。だから自分は植物が一番いきいきとする新緑や梅雨が大好き。皆さんに何回でも来てほしいな。そういう季節のよさを感じられるといいですよね。

―最後に、これからの北軽井沢はどうなるべきだと思いますか。

北軽井沢の住民が北軽井沢を愛せる人間であってほしいですね。北軽井沢の人たちがもっと自慢してほしい。北軽っていうのは百年くらいの歴史しかないんです。でも、その百年間に北軽のすべてが凝縮されてるわけだから、それを誇ってほしい。そういう町になると、よそからの人たちもそれを感じてくれるんじゃないかな、と思いますね。

―音楽は北軽井沢を愛する一つのきっかけになると思います。これからも頑張ってください。

観光リゾート地、北軽井沢での挑戦

「Sweet Grass」オーナー　福嶋 誠さん

福嶋（ふくしま）　誠（まこと）

1951年生まれ。北軽井沢出身。嬬恋、長野原の有志と共に「浅間山ミュージアム」の設立に参加。また長野原町とカナダのモンタナ州リビングストン市の交流事業に積極的に参加し、北軽井沢の発展に力を尽くしている。現在、北軽井沢において雑誌で日本一のキャンプ場と認定を受けた「Sweet Grass」を経営している。

「Sweet Grass」にある木だけで作られた家。泊まることはできないが中に入ることが可能。子どもから大人まで楽しめる。

あなたは本当に心地よい空間を訪れたことがありますか。北軽井沢は今、居心地のいいリゾート地として名をはせています。北軽井沢の観光に多角的に関わっている福嶋誠さんに、北軽井沢の魅力とこれからについて語ってもらいました。

居心地のいい場所を

私は18年前、40歳目前になって都会から北軽井沢に帰ってきました。小学校の時北軽井沢に住んでいたので、ここのよさは知っていました。だから帰郷した時は単純にかみさんと子ども二人とのんびりできればいいかな、というくらいに思っていて。ただ、あらためて見てみると北軽井沢にはとても豊かな素材があるのに、それが十分に生かされていないのではないかと強く感じました。

それで私は、この浅間高原の特徴をどのようにとらえればいいのかということを考えるようになり、その結果人間にとって居心地のいい自然空間をつくっていこうと思いました。今経営しているキャンプ場は私の父が遺してくれた土地ですが、当初は何もない一面の原っぱでした。今キャンプ場にある木は全部自分で植えた木です。木を植えることによって、木陰ができ、小鳥が飛んできて止まり、さえずり、四季折々に花が咲き、紅葉する。人にとって居心地のいい空間が生み出される。そのような場所が増えていくということが、人間が生きていく上でとても大切な要因であるという確信がありました。これが私の観光に携わっていく上での原点ですね。

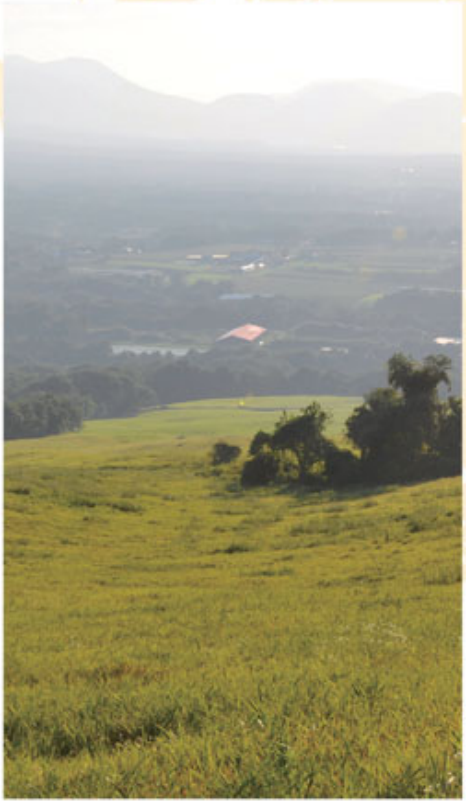
広大な時間の流れの中で

リゾートの原点は何かと言うと、私は時間だと思います。人間の人生が大体80年から100年くらい。木はその倍くらいで、時間のスケール感が違います。樹木が成長する時間と自分の人生を重ね合わせるといった具合に、この浅間高原ではスケール感の違う自然を幾重にも体感することができます。さらに言えば、都市生活の時間の動き方と浅間高原の時間の動き方は全然違います。例えば東京であなたがどこかのテレビ局に就職したとする。何時何分にタレントさんが来る、というような時間に追われる生活になる。そのような生活を毎日送っていると、もっと大きな時間のスケールで動いているものがあるということを忘れてしまい、自分を見失ってしまう。それで自分の人生は何だったのかな、と思ってしまう。そのときに80年、90年ある自分の人生をどうとらえるかということが課題となるんです。そこで、何百年という時間のスケールを感じさせてくれる場所に身を置くことによって、自分の時間のスケールの中に余裕が出るとか、もう一度自分を見直してみるとかしてまたそこに帰ってくる。これはとても素晴らしいことで、これこそが本来の「リゾート」の原点じゃないだろうかと私は思います。

世界に誇れる北軽井沢の可能性

私は北軽井沢が世界的な場所だと思っています。日本で有数の活火山の下にあるという点で非常に大きな意味があります。動植物の生態系も豊かです。北海道や阿蘇に匹敵する場所だと思いますね。ところが、そういうことが必ずしも十分に発信しきれていない。もっと見直されていい場所だと思います。大きな乱開発もされずに広大な自然が残されている珍しいこの場所を、どういうふうに生かしていけばいいのかというのがこれからの課題だと思いますね。でもみんなが力を出せば、必ずその課題を乗り越えられると思います。

この広大な大地というのは日本離れしているんですね。日本の、他の山里とはちょっと違うと思います。こういう広大なスケール感を持った所は本州ではここだけじゃないかな、と思います。それでその高みに立った時に、個人的な大切なことがたくさんあってみんなそれぞれ生きていくのだけれども、もっと大きな広い大地や空があって、そして大きな時間の流れがあって、その中に大切なものがあって、というふうに織りなされていくのかなと。北軽井沢にいるとそういうことが感じられますね。今経営しているキャンプ場にはいろいろな人が来ますが、頭で考えなくても「居心地良かったな」って感じて帰ってもらえればそれで十分ですね。そしてそう感じてもらえる自信はあります。私に自信があるということではなく、高い志を持っている若いスタッフたちに可能性を感じますね。きっと今までとは違う形でやりあげていってくれるのではないかと思っています。



広大な浅間高原を一望できる採草地。ここから浅間高原を眺めると福嶋さんの言う大きなスケールを感じることができる。

自然 春夏秋冬、自然の生命力を感じながら

ネイチャーコーディネーター　堀江 博幸さん

北軽井沢を訪れて感じる、ゆったりとした時間の流れ。それは、この土地を育んできた独自の自然が生み出しているのではないだろうか。
北軽井沢の自然には人々を繋ぎとめる魅力がある――そんな魅力を、北軽井沢の自然を知り尽くしたネイチャーコーディネーター、堀江博幸さんにお伺いしました。

堀江（ほりえ） 博幸（ひろゆき）

1975年生まれ。千葉県出身。大学時代、社会人と数年を東京で過ごす。自然の中で仕事がしたいと思い、7年前に東京から移住。現在は北軽井沢をフィールドに、ネイチャーガイドや自然に密着した行事の立役者となり、人々に自然の魅力を提供している。

―ネイチャーコーディネーターとは、どんなお仕事ですか。

主な仕事は、ネイチャーガイドの仕事ですね。北軽井沢以外からいらしたお客様を、北軽井沢の自然豊かな場所へお連れして、すてきな景色をお見せしたりしています。最近ではインタープリターと呼ばれているのですが、例えば、植物や虫や鳥などによってもいろんな生き方があって、彼らがどんなふうに子孫を残すために知恵を絞って生きているのを紐解いてお伝えするお仕事ですね。かっこいい言葉で言うと、自然のメッセージを人に伝える橋渡しをする仕事なんて言われています。他にもガイドだけではなく、キャンプ場での料理教室や森の中でのネイチャーゲームなど、自然の中で楽しむといったイベントを提供したりしています。

―北軽井沢出身ではないのですよね。北軽井沢に来て感じた魅力はありますか。

最初に感じたのは、本当に閉ざされた田舎ではないということですね。割と私のような移住者がいるんですが、やりたいと思ったことを後押ししてくれるような場所だなと。僕もなんでここはこうなんだろうと思ったんですけど、ここはもともと開拓地なんですよね。何十年も前にここを開拓しようとした人たちがいて、そうやってできた町なので、外からの人を受け入れる土壌がここにはあったのではないかと思います。それも一つの魅力ですね。

―暮らしはどう変わりましたか。

収入は減りましたが、その分生活費も減りましたね。近所の農家さんから野菜など頂けるので外食も減りましたし。暖房費などはだいぶ掛かるんですが、トータルしても東京で生活してた頃に比べれば安く、なおかつ自然の恵みを頂けるのでそういった面では豊かな暮らしになりましたね。

―北軽井沢ならではの自然の魅力はありますか。

私が最初に来てすごくいいなと思ったところは、四季のめりはりがすごくはっきりしているところなんですよね。東京にいた頃は季節を感じるといえばショーウインドーとかそういったところでしかなかったんですけど、ここに来てからは冬は本当に冬らしいし、春は春らしいし。夏は一ヵ月ぐらいしかないんですが、そこにも、わっと緑が溢れて。秋の紅葉もまたきれいですね。自然との距離が近い北軽井沢ならではの魅力です。

―これから北軽井沢をどのようにしていきたいですか。

ここには自然という素晴らしいものがあって、私もここで7年過ごした今でも感動することってあるんですね。例えば、思わず深呼吸したくなる空気感だとか、他の場所とはなんか違う雰囲気があって。だから、自分が感動したことをなるべく多くの人に伝えていけたらいいなっていうのはありますね。それを生かしたまちづくりなどをお手伝いできればさらにいいんじゃないかなと思います。

北軽井沢 ネイチャーガイド

自然の色濃い北軽井沢は自然にまつわる名所もたくさん！ここでは、堀江さんもおすすめの自然スポットをご紹介します。

01 スウィートグラスキャンプ場

広大な敷地に森や草原、小川を抱えた自然溢れるオートキャンプ場である。場内の広葉樹は季節ごとにさまざまな色を見せ、四季を最大限に楽しむことができる。大自然の中で行われるネイチャーゲームや料理教室などのイベントも目白押しだ。

02 軽井沢スカイパーク

山頂では約10万本のコスモスと雄大な浅間山を眺めることができる。リフトから一望できる景色も壮観だ。シーズンは7月上旬～10月上旬頃。

03 浅間大滝

北軽井沢で最も大きく美しい滝。周囲は樹木に囲まれ森閑としているが、その静けさを打ち破るように豪快に流れ落ちる水音は迫力満点。

04 ふれあい広場

何千本ものローソクに火をともし、光のアートを描く「炎のまつり」。祭りを締めくくる花火は澄んだ夜空に幻想的に広がる。毎年２月開催。

LOCATION MAP

05 浅間牧場

標高1300mにおよそ800ha広がる浅間牧場。丘の上からは浅間・白根の山々はもちろん、はるか北アルプス連峰までも一望できる絶好のロケーションにある。6月下旬には満開のレンゲツツジが目を楽しませ、冬はスノーシューを履いて広大な雪原を楽しめるイベントも催される。

きたかるっておいしい

北軽井沢から感じる豊かな自然。そこから生まれるたくさんの恵み。それを生かした北軽の家庭の味、気になりませんか？今回は、北軽に根付く食の研究をしている「スズランの会」の方々に、代表例として２品の料理を作っていただきました。ぜひ、お試しください。

花豆ようかん

材料（10人分）

花豆のこしあん…1.6kg
（花豆３kg から作ります）
寒天…3本
上白糖…1.5kg

作り方

1. 花豆を一日半水につけて元の大きさに戻す。
2. 冷たい水につけて冷やしながら皮をむく。
3. 花豆がお湯に浸っているように水を足しながら１時間半ほど煮て、手でつぶれるくらいの軟らかさになったらこす。（こしあん完成）
4. 水1000ccで寒天を煮溶かし砂糖、水をよく絞ったこしあんの順に入れる。
5. 沸騰してからも、泡が消えてくるまでそのまま煮詰める。
6. おたまですくって30cmくらいの高さから垂らした時に、ペン軸位の太さになったらタッパーに流す。
7. 冷蔵庫で３時間程冷やしたら出来上がり。（冷蔵庫に入れておくと一ヵ月ほどもちます）

花豆

北軽で親しまれている花豆は、花自体は低地でも咲きますが、標高800m以上の高地でないと実はできないという高価な豆です。

花豆ってどうやって食べるの

1 花豆を一晩水につける。
2 水を花豆が隠れるくらい入れて中火で煮る。煮立ったら弱火にして2、3時間そのまま煮る。
3 水が黒く濁ったら水を替えて2を繰り返す。2、3回して、食べて皮が残らなければ4へ。
※2、3の行程は電気ポットで一日保温しておくことにより、手間を省くこともできます。
4 ザルに入れてさっと洗う。
5 砂糖や塩で味付けをして煮詰め、冷ます。（冷ますことで味が染み込みます）
5の行程は砂糖や塩の代わりにはちみつやリンゴジュースで煮詰めたりと各家庭の味があるようです。

北軽井沢の恵みたっぷりシチュー

材料（4人分）

鶏もも肉…280g　玉ネギ…1個　ニンジン…1本
じゃがいも…2個　ニンジン…1本　白菜…1/8株
しめじ…1/2株　ブロッコリー（一口大）…8つ
とうもろこし…少々　しめじ…1/2株
酒…100ml　コンソメ…2個　水…500ml
小麦粉…少々　塩こしょう…少々　サラダ油…適量
（ホワイトソース）　バター…40g　牛乳…600ml
小麦粉…大さじ3　塩こしょう…少々

作り方

1. 野菜、鶏もも肉を一口大に切る。鶏もも肉は塩こしょうをし、小麦粉をつける。
2. フライパンにサラダ油を入れ鶏もも肉を色よく焼き、その後鍋に移す。
3. 2のフライパンで玉ネギを炒め、少し透き通ってきたらじゃがいも、ニンジンを加え炒め合わせる。
4. 全体に油がまわったら、しめじ、酒を加え炒め合わせた後、2の鍋に移す。
5. 4に水、コンソメを入れ、煮立ったら蓋をして15分煮込む。
6. ホワイトソースを作る。別の鍋でバターを焦がさないように弱火で溶かし、小麦粉を加える。粉がなくなり、泡が細かくなるまで木べらで混ぜる。
7. 6に冷たい牛乳を加え強火にし、泡だて器でダマにならないようによく混ぜる。
8. 7に塩こしょうをして少し火を弱め、とろみがつくまで混ぜながら煮詰める。（ホワイトソース完成）
9. 5に白菜、ブロッコリー、とうもろこし、ホワイトソースを加え蓋をし、白菜がしんなりするまで5分くらい煮込み、塩こしょうで味を整えて、完成！

きたかるの野菜

食べてくれる人に喜んでもらいたい、という北軽井沢の人たちの想いがつまった野菜が、北軽にはたくさんあります。生で食べても甘いとうもろこしや、黄色や丸い形のズッキーニ、みずみずしいキャベツにレタスに白菜などの葉菜、ニンジン、じゃがいも、大根などの根菜も充実。高冷地ならではの甘さや食感、おいしさを味わってみませんか？

きたかる野菜を生かしたお弁当屋さん

ランチボックス

このお店では日替わりで作るおかずがあり、シーズンにはズッキーニのはさみ揚げやカボチャの煮物など、きたかるの野菜を使っています。じゃがいもやキャベツは一年中北軽産のものです。地元の人たちもよく利用していて、温かいうちにお客さんに食べてもらうというこだわりを持つお弁当屋さんです。

住所　群馬県吾妻郡長野原町大字北軽井沢1924
電話番号　0279-84-4500
営業時間　11:00～14:00
16:00～19:00
定休日　日曜日

ランチボックス

スズランの会ってなに？

「スズランの会」は農業の大切さと地域に根ざした食文化を後世に伝えることを目的とした長野原町生活研究グループです。町の文化祭への出店や、講習会の開催、県主催の各種フォーラムなどへ参加しています。また２年に１回研修旅行を開催し会員相互の交流を図っています。今後は、安全な農産物づくりと農業の大切さを積極的に情報発信していきたいと考えています。

この一枚がお気に入り

僕らのきたかる

さまざまな人にインタビューしたり、車でおすすめスポットに案内してもらったり。取材した３日間は、北軽井沢の人々のあたたかさに触れて、充実したものとなりました。その時に見た空はいつもよりとてもきれいに感じて、思わず足を止めては、空の写真をたくさん撮っていました。いつまでも見ていたくなる、そんな魅力が北軽にはあるのだと思います。（高橋）

「真心」が花言葉のコスモスは私の一番好きな花です。スカイパークのリフトを降りたときに広がったこの景色は、北軽を訪れて感動したものの一つでした。そして多くの人に、こんな自然のある北軽の魅力を真心込めて伝えたいと感じさせてくれるものでもありました。豊かな自然とあたたかく迎えてくれる人たちがいて。涼しくてあたたかい、北軽はそんな場所です。（森田）

これはキャベツ畑の写真です。大自然の中で育ったキャベツはとてもおいしそうでした。その他にも北軽井沢では、青空の下でさまざまな新鮮な野菜が育っていました。今回北軽井沢を訪れて感じたのは、北軽井沢の農地はとても環境が良いということです。その上、良い物を作りたいという農家の方の想いがあるからこそ、おいしい野菜ができるのだと思いました。（永井）

清水さんちのとうもろこし。口に含んだ瞬間にじわっと甘さが広がります。「これ食べな」と、インタビューしながらとうもろこし、トマト、ししとうを取れたて、生のままで頂きました。思えば北軽の人たちは、気さくな態度で私たちに接してくれました。北軽の人たちも、あの自然が育む野菜の味も、どちらも優しいの一言に尽きるのです。（小林）

初めて北軽井沢に訪れたときに感じた「緑の多さ」が一番心に残っています。北軽ではない場所から浅間山を見たとき、昔起きた噴火の影響で植物がまばらな所がありました。影響をあまり受けずに長い間あり続けた、一人の腕では囲いきれないほどの太い幹を持つ木々、それに生い茂る葉っぱやきれいなコケのじゅうたん。そういった緑にとても心洗われた自分がいます。（大嶋）

何度も試行錯誤しながら完成させた「きたかる」。意見のぶつかり合いも日常茶飯事。我々の誰もが、自分はこうしたい、と思っても、周囲に合わせるために気持ちを押し込めたという経験をしました。紹介したい事柄がたくさんあっても半数以上は掲載できていません。だから、あとは皆さん自身で確かめにいってみてください。この景色は大パノラマじゃなきゃ勿体ない！（林）

10月下旬の大学村は早くも紅葉が終盤。できあがった落ち葉のじゅうたんの上でどんぐり拾いに熱中したり、衝動のまま走ってみたり。童心に返って遊びました。北軽は自然と人の距離が近くて、季節の色が濃い。見るもの知ること、匂いにすらわくわくできるステキな場所。あたたかい方たちとの出会いもたくさんありました。楽しかったです！（狩野）

朝目覚めて、窓を開けて、澄んだ空気を吸い込みながら、青空にくっきりと浮かび上がる浅間山の輪郭を眺める…。こんなに爽快な朝はありません！北軽井沢は、自然のスケールの大きさはもちろん、暮らす人々もまたおおらかであたたかい人たちばかりでした。自然と人情豊かな町、北軽井沢。人を惹き付ける魅力で溢れています。また来ます。（橋間）

おいしいの一言に尽きます。コクが強すぎないで、甘くて飲みやすい。成分調整などしない搾り立ての牛乳、素材そのもののよさが分かりました。今では化学調味料や添加物の入った食材が当たり前。何も加工しないで食べることが、おいしさを一番感じられることを北軽井沢で知りました。みるく村で牛乳のパック詰めを再開して、また北軽井沢で眞下さんの牛乳が飲みたいです。（板垣）

私は今回の取材で初めて北軽井沢を訪れた。自然に溢れる素晴らしい土地だと感じた。その中でも浅間大滝はとても優雅で、またわくわくする場所だった。初めて来たのになぜか懐かしい気分になり、私は時間を忘れてはしゃいでしまった。こんな気持ちにさせてくれる場所はそうそうないと思う。この雑誌を読んで少しでも北軽井沢に興味を持ち、訪れていただければ幸いです。（市川）

結局、北軽井沢に行けずじまいの作業となりました。取材の土産話を聞くことが僕と北軽との唯一の接点で、みんなが興奮しっぱなしで話している姿を見て北軽ってこんなに人を魅了するとこなんだなって思いました。作り終えた今も思ってます。ただ、それをリアルタイムで感じられなかったこと。それだけは心残りです。あぁ、行きたかったなぁ。（貞松）

本を作ること。すっごく勉強になった。それと同時に違う仕事も重なってみんなにすっごく迷惑かけた。本当にごめんね。でも、みんなありがとう。みんなの頑張ってる姿、とてもカッコよかった。北軽井沢の皆さん。はじめまして。制作の藤木です。直接北軽井沢を観ることはできませんでしたが、あたかかく素敵な場所ですね。写真、文章から伝わってきました。（藤木）

発行
北軽井沢コンソーシアム協議会

企画・編集・制作
群馬大学社会情報学部 +C

STAFF
代表：林大樹
編集長：高橋紀子
制作長：狩野浩子
板垣貴大、市川耕平、大嶋美菜子
小林茜、貞松保範、永井亮多
橋間英梨、藤木康平、森田真由美

SPECIAL THANKS
岩崎諒太さん、河原未歩さん
日向野順平さん、渡辺純平さん
渡邊智哉さん

長野原町役場の方々
車で案内してくださった方々
スズランの会の方々

取材にご協力していただいた皆さん

発行：北軽井沢コンソーシアム協議会
企画・編集・制作：群馬大学社会情報学部 +C

●本誌についてのご意見・ご感想をお待ちしております。
下記の住所に官製はがき、またはメールアドレスにメールでお寄せください。

〒371-8510　群馬県前橋市荒牧町 4-2　群馬大学社会情報学部総務係 「きたかる」係
[Mail] kitakaru@plus-color.info

●ご質問につきましては、下記の住所にお寄せください。

〒377-1392　群馬県吾妻郡長野原町大字長野原 66-3
長野原町役場　北軽井沢コンソーシアム協議会事務局
[Tel] 0279-82-2244　[Fax] 0279-82-3115
[URL] http://www.town.naganohara.gunma.jp

●本誌記事・写真・イラスト等の無断転載を禁じます。