



季節と、生きる。

マウンテン ママ

# Mountain Momma

恵那山麓フリーペーパー 創刊号



季節と、生きる。

Mountain Momma(マウンテン ママ)

恵那山麓フリーペーパー 創刊号

■発行日

平成30年3月31日発行

■発行

恵那くらしビジネスサポートセンター

■編集・取材・デザイン

中田 実希

■協力

おへマガ編集部



Mountain Momma

創刊号

目次

01 特集 三年目の農家の暮らし

09 おばあちゃんの知恵 中野方ホウキづくり

11 連載 恵那山麓の民話口伝

15 連載 平成三十年の暮らし

17 移住者インタビュー 太田礼子さん

19 恵那へのアクセス

20 恵那くらしビジネスサポートセンター案内

特集

3年目の

# 曲辰家の暮らし

農家の仕事は野菜をつくること。

でも、野菜のできない冬の間、

一体どうやって暮らしているのか。

普段は見ることでできない、

3年目の農家の暮らしに迫ります。



## 夏と冬の働き方のちがい

—夏と比べて冬の楽しいことや、大変なことってありますか？

佐藤 暁彦さん（以下暁）：「冬はバカンスですよ。夏の生活を一年通してやっていたらぶっ倒れている。こういう時間を作らないと俺はやっていけないだろうな。夏は起きている限り働いてるし。」

佐藤 亜弥美さん（以下亜）：「寝るのは早いけどね。夏はちよつと昼寝して、日が出ている限り働いているよね。」

暁：「収入面は大変だけど、この時間は自分のことであるぞ、とか次のシーズンに向けて振り替えれたりする時間かな。収入がないことよりも、時間があつていいな、と捉えている自分がある。」

亜：「なんかめつちや余裕でしょ笑 夏はみんな忙しいから、ちーくん（※四歳の息子さん）見ながら、ご飯作ったりしないといけないけれど、冬はみんな早く帰ってくるし、その点は楽だね。」

—冬のメインの仕事は何を？

暁：「今は、美濃加茂の農家グループの集荷を手伝ったり、配送をしたり、そんな仕事をしている。あとは間伐したり。」

亜：「私は夏も冬もペンを売ってるかな。（亜弥美さんは、万年筆のネット販売を行なっています。）」

## 三年目の農家の暮らし

有機野菜の栽培・販売の「Farm roots」をスタートさせて、丸3年経つ佐藤夫婦に、三年目の農家の暮らしについて伺いました。

佐藤 暁彦さん：

1977年生まれ。神奈川県横須賀市出身。現在、岐阜県恵那市笠置町在住。

佐藤 亜弥美さん：

1988年生まれ。岐阜県恵那市笠置町。暁彦さんとともにUターン。

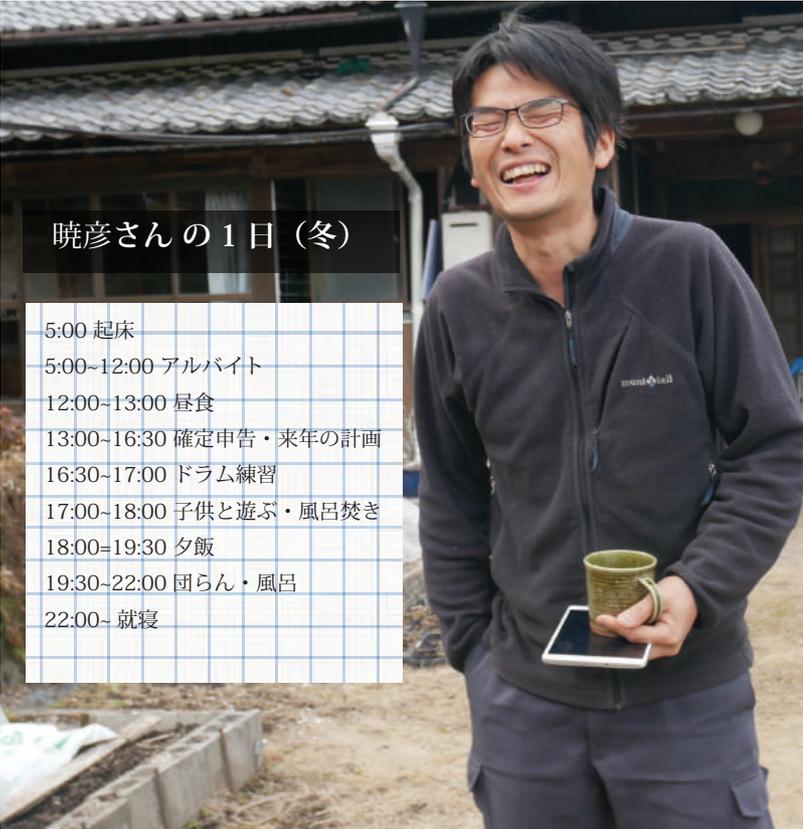


## 冬だけの仕事

「冬だけの仕事ってどうやって探すんですか？」

暁：「やっぱり人づてで探すしかなくて、俺はたまたま山岡の人からこんな仕事あるけれどどうですか、と紹介してもらった。他の人は寒作りも多いかな。求人を出さないけれど、人づてでみんな働いているね。」

間伐も参加するとお金が出るから、そういうものをさがして、とにかく人づてだね。」



暁彦さんの1日（冬）

5:00	起床
5:00~12:00	アルバイト
12:00~13:00	昼食
13:00~16:30	確定申告・来年の計画
16:30~17:00	ドラム練習
17:00~18:00	子供と遊ぶ・風呂焚き
18:00~19:30	夕飯
19:30~22:00	団らん・風呂
22:00~	就寝

## 農家をはじめるといふこと

「農家をはじめたばかりの一年目、二年目の冬は収入困りませんでした？」

暁：「冬、どころじゃなくてずっと大変。」

亜：「親に借りたりね。」

暁：「研修・の補助金も使えるんだけどね、自然農とか有機は五年後の計画とか立てられない。ある程度品目絞って行けば、研修・独立の補助金ももらえるけどね。」

亜：「農家をはじめるといふなら、最初の一年は兼業でやっていって、シフトしていくのがいいかもね。資金がある程度貯めて、スタートしていくのがいいかも。」

## 夫婦で両輪としてやっていく

「農業は暁さんと亜弥美さんふたりでやっているんですか？」

亜：「おとしまで一緒にやってたけど、今年は私はペンの販売に注力したね。」

暁：「去年にくらべて売り上げが二倍以上あったんだけど、ひとりでやって、十月くらいにダウンしちゃった。」

亜：「私もペンを売って、暁ちゃんも最後まで野菜をつくっていたら、冬は別に働かなくても問題ないかも。」

暁：「ふたりで両輪で回して行くっていうのが見えたね。両輪なら、どっちかがまわってなくても動くよね。両方のタイヤが回ると最強だよな。」

亜：「夫婦でね、どっちかがなんとか出来ればやれる、っていうのが夫婦のいいところだよな。暁ちゃんが農家担当って感じで、私が農業したいという気持ちを体現してくれる。」

暁：「いざ農業しようっておもっても、ひとりじゃできないこともあるよね。そこでこう、奥さんも頑張りながら、自分も頑張りながら、余裕があつて関わって行けたらいいね。忙しさと疲労でつぶされちゃったらどうにもならないんだけど。最近あるんだけどね。」

亜：「今の段階で農家儲かなくてもいい。技術を高めることに注力してもらいたい。お金はこつちでやるからって最近思っている。」

「農業は暁彦さんと亜弥美さんふたりでやっているんですか？」

暁：「夫婦共働きで、積極的な兼業農家っていうイメージもいなくなって最近おもう。いわゆる半農半Xみたいな気持ちでいけば、楽かもね。」

亜：「冬ってほんとに収入が少なくなるから、お金ないことで余裕がなくなることもあったね。特に去年は思いつめててやばかったよ。それからマインドを変えなきゃって思って、マインドだけ変えたらなんとかなってきた。死んでないし。笑」

暁：「去年と冬の経済状況は変わんなくて、お金は増えてないけどね。笑 ガス代も光熱費もバカにならないですよ。」

暁：「ある程度、妻に理解があっても違いが浮き彫りになるから、夫婦で同意を取ってるほうがいいよね。」

### いつから冬？いつから春？

「農家にとっていつから冬ですか？」

暁：「このへんだと、十二月から三月末くらいまでかなあ。」

亜：「啓蟄（けいちつ）が来たらもう春だよね！」

「十二月から三月までの農に関わる活動を教えてください。」

暁：「十二月だと堆肥の材料集めるとか。次のシーズンに向けて畑を起すとか。」

亜：「一月とか二月はほとんど畑はできないよね。凍ってるし。」

暁：「大根とかをつくろうってなれば、また違うけど、畑の作業はほとんどないね。」

亜：「一月、二月は確定申告があるし！」

暁：「あとは一年の計画たてて、タネ買ったりとかね。三月初旬から畑で土作りをはじめめるかなあ。」

亜：「啓蟄は本当にか蛇とかがで始めるよね。」

暁：「そんな感じかな。」

#### 【取材後記】

お話を伺いながら、気負わずに季節とともに暮らして行く佐藤さん夫婦の姿を垣間見ることができました。

冬は、乾物やキムチを食べる機会も多いんだそう。「ナチュラルな暮らし」と肩肘張ることなく、楽しんで暮らしている佐藤さん夫婦。五月頃から佐藤さんが栽培した有機野菜セットの販売も始まります。丹精込めて作った野菜、是非ご賞味ください。



亜弥美さんの1日(冬)

7:30	起床・家事・息子の送迎
10:00~12:00	仕事（商品写真撮影等）
12:00~13:00	昼食
13:00~16:00	枯葉集め
16:30~17:00	息子の送迎・犬の散歩
17:30~20:00	夕食づくり・夕飯
20:00~21:30	お風呂・寝かしつけ
21:30~23:00	仕事（ブログ書く等）
23:00~	就寝

## 佐藤さん夫婦の活動紹介

### Farm Roots

<http://blog.livedoor.jp/farmroots>  
「心と体が潤う野菜」をモットーに、健康でおいしくておなががいっぱいになる有機野菜をつくっています。年間 40-50 種類もの野菜を育て、お野菜の詰め合わせセットも販売。

### Il Duomo

<http://www.ilduomo.jp/>  
「筆記によってあなたの人生をより豊かに、上質に。」をコンセプトに、ヨーロッパ万年筆や文具を輸入・販売するお店です。アフターフォローもばっちり。

おばあちゃん  
の  
知恵

教えてくれたのは  
岐阜県恵那市中野方町

サキさん



## 中野方町<sup>ほくま</sup>箒づくり

「昔はなんでも自分でつくったのよ」と言いながら、どんどんホウキを完成させて行くサキさん。

岐阜県恵那市中野方町では、今年で三年目になるホウキづくりのワークショップが開かれていました。

収穫した後の稲のワラを乾燥させ、ワラの中の主軸（二ゴ）を取り出し、毛先を揃えて固くしばるとミニホウキが完成します。

百均に行けば、安く手軽にホウキが手に入る時代。身の回りのものを自分自身の手で作っていた時代に思いを馳せながら、三時間かけて作ったホウキは今、我が家のキッチンで大活躍しています。



連載

惠那山麓の  
民話口伝

山犬の話

昔々、金八（きんぱつ）さんという若者がいました。

ある時、金八さんが峠を越えて、家に帰る途中の山道で日が暮れてしまいました。この時分には山には山犬がいました。この山犬は群れで動物も襲えば人間も襲う、恐ろしい生き物です。

金八さんが真つ暗な山道を、山犬が出たらどうしようと思いつきながら歩いていると、案の定後ろからついてくる足音がします。

ひゅんつ。

ひゅんつ。

山犬は背後から襲いかかるようできて、決して金八さんには触れないよう、すぐ後ろや頭の上を飛び交います。前後左右どこからも山犬が走る音がします。

恐怖に震えながらも金八さんはゆっくりゆっくり転ばないように慎重に歩きました。

というのは、山犬には人間に直接攻撃してはならず、滑つたりつまづいたりして倒れた人間だけを食べてもいいという決まりがあるからです。

金八さんはなんとか峠を越えたところにある集落にたどり着きました。そして近くの民家に助けを求め、家にあげてもらいました。



ほつとしたのも束の間、その家の周りから山犬が離れ  
せん。軒下に金八さの履き物があるので、そのうち出  
くるとふんで見張っているのです。そこで、金八さは  
戸を開け、山犬に向かって、

「ここはよお、俺んどこやもんで待つとつても出ていか  
んに。お前ら帰れ帰れ」

と言い、履き物を家の中に入れました。

それでやつと山犬はあきらめて、家の周りからいなくな  
り、金八さは家に帰れました。

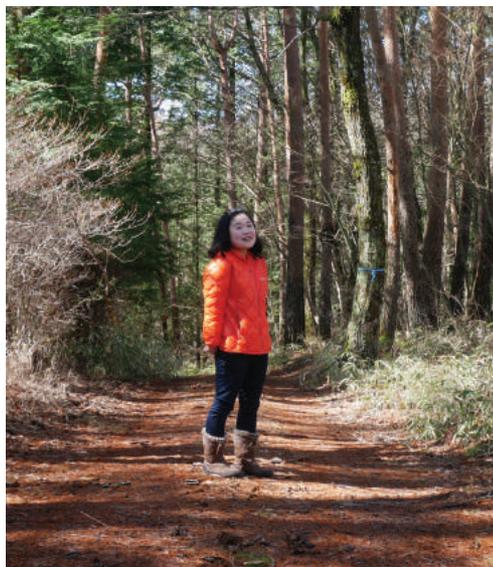
この話は父が祖父（私にとつ  
ては曾祖父）から聞いた話で、  
金八さは祖父本人でありました。  
金八さの若い頃は二ホンオオカ  
ミが絶滅したかしていないか、  
というような時代です。この山  
犬は二ホンオオカミであったか、  
野犬であったか、はたまた「送  
り犬」や「送り狼」として日本  
各地に伝わる妖怪であったか…。



我が家はかつて専業農家で、  
父が子どもだった戦後間もない  
頃は、稲作・畑作・養蚕など家  
族総出で一年中忙しく働いてい  
ました。多忙な中でもわずかな  
くつろげる時間に、父は囲炉裏  
端で金八さから体験談や昔話を  
いくつも聞いたそうです。

残念ながら大半は忘れてし  
まったのですが、いくつかは  
覚えていて、私に話してくれま  
した。その話は地形にまつわる  
昔話、過去の災害に関すること、  
教訓めいた話などでした。

父が忘れてしまったように伝  
わらない話というのは多いのだ  
ろうと思います。少しでも恵那  
山麓の話を知ってもらえたらと  
も思い、話を集めつつ、記しま  
しばしお付き合い下さい。



### 書いてくれた人 市岡 めぐみさん

1982年岐阜県中津川市阿木  
生まれ。滋賀県立大学へ進学。  
大学卒業後は、京都の会社に  
就職。  
2011年前に故郷へUター  
ン。現在は、恵那山荘にて勤  
務している。

## 連載

### 平成三十年の暮らし

【暮らし】・暮らし  
1 暮らすこと。一日一日を過  
して行くこと。  
2 日々の生活。生計。

「大辞泉」より

これは、恵那山麓での私の記録だ。

「何もない」と出ていったこの町に戻り、早8年が過ぎようとしている。昭和が平成に移る頃、私は2歳だった。

一日一日。日々、繰り返される小さな生と死の中で、私は今日も息をして、眠る。



#### 平成30年1月1日（月）

元旦の朝。わたしの家では、家主がお茶を入れ和菓子を食べる風習がある。年々、元旦の挨拶をする家族は少なくなっていく。それでも、生菓子の数が変わることはなく。10個入り箱と、焼き栗がこたつの上に並んでいる。二日酔いの体に、わたしは2つを頬張った。平成が終わる。あけましておめでとう。

#### 平成30年1月3日（水）

”ハレ”か”ケ”か。隣の家に「おめでとう」と挨拶をして、洗濯をして、淡々と仕事を始めて、静かな日常の食卓に戻っていった。年取りのおかずにも火を入れ直す。子どものころあんなにも嫌いだったこの食べ物を、もう4日も食べ続けている。大量のお餅は一向に減らない。全部を切り分けて冷凍庫へぶち込んだ。



#### 平成30年1月5日（金）

今年は白菜を冬越しした。甘くなるって言うけれど、去年の味は覚えていないし、正直なところ鍋にしたり煮たら違いが分からずに過ごしている。ある種、日々の営みは義務のようなもので、“丁寧な暮らし”とは対極にあるようにすら感じる。ダムの向こうに沈む夕日が、今日もきれいだった。



書いてくれた人  
園原 麻友実さん

1986年生まれ。  
恵那山麓ローカルメディア「おへマガ」  
編集長。  
<http://ohemaga.com>





## 移住者インタビュー

太田 礼子さん

千葉県 → 岐阜県各務原市 →  
岐阜県郡上市 → 岐阜県恵那市岩村町

Q・どうして岐阜県恵那市へ移住を？

「上の子が小学校入学のタイミングで夫の実家である岩村へ引っ越すことになりました。長男として実家が気になる夫の想いもあり、いつかは岩村へ帰ろうと夫婦で話をしていました。」

Q・不便さを感じることはないですか？

太田さん…「恵那は田舎といえながらもとても便利。ここからならスーパーやホームセンターまで車があれば五分で行けるし、車で二十分いけば恵那駅前のユニクロや西松屋もあるし。」

Q・子育て環境はどうですか？

太田さん…「恵那市岩村町の場合は、小学校では四十人前後の同級生がいるので、人

数が少なく感じることはないです。送り迎えは車で数分、子供たちの集合場所まで送って行ってますね。」

Q・移住後の仕事はどうやって探した？

「移住前に、今の職場で行われたマルシェに参加して、こんなところで働けたらいいなあと思っていたら、たまたま求人が出ていて、とってもラッキーでした。すべて運で生きているようなものなんです。」

Q・移住したい方へひとことお願いします

「今の暮らしが嫌だから、という理由ではなくて、ここが好きだ、と思う人なら、移住してもきつとなんとかあります。子育て世代でおもしろい人もいっぱいいるし、恵那で暮らしたい！と思ってる人は、ぜひ恵那に来てみてください！ いっしょにワクワクしましょう。」



ビジネス相談から移住まで  
あなたの恵那暮らしをサポートします。

## 恵那暮らしビジネスサポートセンター

移住に向けて  
暮らしの情報を知る



恵那市の住まいを探す



空き家バンクに  
物件を登録する



体験イベントや  
セミナーを探す



仕事を探す



起業・経営の  
相談をする



恵那暮らしビジネスサポートセンター

<http://enalifebizsupport.jp/>

岐阜県恵那市大井町 206-5 (JR 恵那駅から 200m)

TEL 0573-26-2266 E-mail [info@enalifebizsupport.jp](mailto:info@enalifebizsupport.jp)

【ご利用時間】9:00 ~ 17:00【定休日】月曜日、年末年始

## 岐阜県恵那市ってどんなところ？

名古屋から、車や電車で約1時間。

日本列島の中心部に岐阜県恵那市は位置しています。

人口約5万人の恵那市には、大きなショッピングモールも、映画館もありません。高齢化も年々減少し、地域の課題は山積みです。

しかし、美しい山々があり地元で採れるおいしい野菜やお米があり、四季を感じる風景やおばあちゃんたちの暮らしの知恵が生活のすぐそばにあります。

生きるためのものはすべてある、岐阜県恵那市で暮らしてみませんか。

## 岐阜県恵那市へのアクセス

■名古屋から

電車で / JR 中央本線

「名古屋」駅から「恵那」駅  
約1時間

車で / 東名高速道路

「名古屋」インターから  
「小牧」ジャンクションで  
中央自動車道へ  
「恵那」インターで下車  
約1時間

