

## 郷土料理と四万十の“食”について考える

農家レストラン  
しゃえんじり

清流通信読者の皆様こんにちは。

今回は、西土佐口屋内から“農家レストラン しゃえんじり”と四万十川流域の食文化の継承、郷土料理についてお伝えします。



春の口屋内沈下橋（現在は修復中です。）

## 四万十市西土佐口屋内

逆S字を描く196kmの流れは、四万十市西土佐江川崎で進路を南にとり、太平洋に向かって大きく方向転換をする。

その江川崎では広見川が、西土佐津野川では目黒川が、西土佐口屋内では黒尊川がそれぞれ本流に合流し、川はその都度水量を増し続け、徐々に川幅を拓げていく。

四万十川下流域、四万十市西土佐口屋内地区は、四万十川に注ぐ300以上の支流の中でも最も透明度が高いと言われる黒尊川との合流地点にある、人口150名弱の小さな集落だ。

この集落の中心、目の前を流れる四万十川のせせらぎまでもが聞こえるようなその場所に、人気の『農家レストラン しゃえんじり』がある。“しゃえんじり”とはこの地の方言で、家の側などにある小規模な野菜畑のことだ。

ここでは、採れたばかりの新鮮な野菜や川エビやツガニ、冬場には猪や鹿など、豊富な地域食材を使って地元のおかみさん達が作る、素朴で味わい深い家庭料理が一年を通して楽しめる。

## 『農家レストラン・しゃえんじり』

2003年の秋のこと、口屋内婦人会の井戸端会議でこんな話が出たことに、それは始まった。

「いよいよ仕事がないなった（なくなった）ねえ……。けど、仕事がなかったら、何とか自分たちで出来ることを見つけ出さんとね。」

そういうぼやき話をきっかけに、『仕事がないと嘆くより、自分たちの力で地元で働ける場を作ろう！』と地域が動き出したのだ。

そしてまずは、地域の状況や自分たちがやりたいこと出来ることを考えようということになり、地域の人達全員が参加して話し合いもたれたのだが、その頃のことを『しゃえんじり』事務局長の平塚聖子さんはこう話す。

「話し合いをするにあたって、私たちは一つのルールを決めました。それは“誰かが何かをしているらしい”とかには絶対しないことで、住民全てが参加して、オープンで、なおかつ皆で情報の共有をすることを申し合わせたのです。」

だから、住民全てが知恵を出し合い、話し合い、『自分たちがやりたいこと、出来ることは何か……』を模索した。

そこで出されたのは次のようなことだ。

- ①自家用だけでは有り余るほどの野菜が採れる。
- ②川エビや猪・鹿が捕れる。
- ③田舎料理なら作れる。
- ④口屋内には昼ご飯が食べられるところが少なく、観光客が困っている。
- ⑤炭焼きや木の物作りなら出来る。
- ⑥体験交流で受入も出来る。
- ⑦やることは、“ボランティア活動”としてではなく“仕事”となること。

2004年4月、こうして『地域づくりの会しゃえんじり』は西土佐口屋内の有志11名で正式に発足し、その後、惣菜・菓子製造許可証や飲食店営業許可の取得、男性メンバーが中心になり集会所を改装するなどの1年の準備期間を経て、2005年3月に、西土佐

口屋内地区集会所内に『農家レストラン しゃえんじり』がオープンする。

営業は週一回の定休日を除く毎日で、基本的に6人のメンバーが交代で準備するバイキング形式のランチメニュー。『今ある食材を美味しく調理すること』がモットーで、その日のメニューは当日朝に決まるというが、営業開始時間11時には、畑から採ってきたばかりの旬の野菜を使ったお総菜中心に、寒い時期は猪汁・鹿肉メンチカツ、夏場は川エビや鮎を使ったもの、春には山菜料理など、常時10品以上がカウンターに並ぶ。材料のほとんどは地元で採れた物で、化学調味料など一切使わず、丁寧にとった出汁の味が、新鮮な四万十の素材のおいしさを一層引き立てる。

「贅沢なものは何もないけれど、お腹いっぱい食べて欲しいから、新鮮な材料で心を込めて作っています。」それは“オシャレな料理”とかではないのだが、どれも美味しく、そして懐かしい、どこかホッとするような素朴な“郷土料理”なのだ。

開店してからもうすぐ8年。『しゃえんじり』は、徐々に名前も浸透し、今や四万十川下流域を訪れる人々を“食でもてなす存在”となっているようだ。

### “郷土料理”と“地域食材”、『土佐の料理传承人』

さて皆様は、春先に出てくる“イタドリ”という植物をご存じだろうか。(写真:右下)

イタドリ(虎杖、痛取、*Fallopia japonica*)とは、タデ科の多年生植物で、別名、スカンポなどとも呼ばれている、北海道西部以南の日本や台湾、朝鮮半島、中国などに分布する東アジア原産種で、春先の土手や河原で見つけられる。高知県では昔から“山菜”として食べる文化があるが、他県では食べる場所は多くないと聞く。なぜ、高知県でよく食べられるようになったかは知り得ないが(どなたかご存じでしたらお教え下さい)、84%森林率日本一を誇る高知県の“山文化”が影響しているのではないかと勝手に考えている。当然、『しゃえんじり』のメニューの中にも、このイタドリはレギュラーメンバーとして頻繁に登場する。

また最近、口屋内の“地域食材”に仲間入りしたものに、“猪・鹿”がある。

「ここ口屋内地区では、年々人口が減り、それに伴い耕作放棄地が目立つようになった近年、鹿や猪の農作物・山林に対する被害が増加していて、その駆除と鹿肉・猪肉の利活用が進められています。しゃえんじりではそれらを利用した、今で言うところのジビエ料理の“鹿肉メンチカツ”“猪肉コロッケ”が人気ですが、それ以外にも、地元猟師さんから教わった“鹿肉ニンニク醤油漬け焼肉”や、最近人気の“塩麴漬け”などでも美味しくいただけるようです。」

地元食材を使って新しい“郷土料理”を開発することも、しゃえんじりの大切な役目のようだ。

ところで高知県は、2005年から『土佐の料理传承人』という制度を設けている。

この制度は、県内の各地域で郷土料理について卓越した知識・技術等を有し、伝承活動等に取り組んでいる個人・団体を『土佐の料理传承人』として選定。地域での食文化の発信拠点として活動してもらうことで、食文化を広く情報発信し、地域食材の付加価値向上と地域の活性化を図るというものだ。これには、しゃえんじりをはじめとした流域の農家レストランなど、“食”に関わる多くの個人や団体が選出され、積極的に活動している。

ではこの“郷土料理”とはいったい何をさすのか。

高知県では、それを次のように二つに分け定義しているようだ。

『高知県内の四季折々の地域食材を伝統的手法で調理し、県内又は県内特定地域で食べ継がれてきた料理(伝統的郷土料理)、及び地域食材を活かした調理で新たな工夫により人々の嗜好に定着し次世代に伝えるべき料理(新郷土料理)のこと。』

つまり“郷土料理”とは、『その地域の食材を使って地域独自の調理法で調理された、その地域に伝わる、伝えるべき料理』のことだ。そしてそれは、当然ながらその地の気候や地理的なもの、また地域の生業などとも深く関わっている、郷土に伝わる『文化』の一つと考えられる。

しかし近年、この伝統食や郷土料理が廃れていっているのを感じる。

そういえば、幼い頃に食べたあの味は・・・と、ふと思うことも多い。

“ハレの日”であるお正月に食べるあの『おせち料理』などは最たるもので、その家に伝わる昔ながらの方法でおせち料理を手作りする家は少なくなってきていて、購入する人が多いと聞く。



常時10品以上が並ぶバイキングランチ



“しゃえんじり”は四万十川のすぐ側。



高知県の山菜の代表格“イタドリ”

便利さを優先すれば、手がかかる物は敬遠されていくのは当然かもしれないが。

また、『料理は年季だ』と言われるが、熟練した“作り手”の存在が不可欠な郷土料理は、作る人、伝える人々がいなくなればいずれ途絶えるし、作る人がいたとしても、“食べ手”がいなくなれば、自ずとそれらは姿を消して行く運命にあるのだろう。

そこには、日本人の味覚の変化もあるのかもしれない。

味覚は鍛えられるものだというが、良くも悪くも変化するものでもあるようで、画一化された、安易で幼稚な味覚に慣れてしまうことの恐ろしさに警鐘を鳴らす人も多い。

### 郷土料理を継承すること、それは文化を継承すること。

何年か前、某エアラインを使って海外旅行をしたときのこと、機内食の希望を聞かれ「和食をお願いします。」と答えたら、運ばれてきたトレイの上には“カレーライス”が載っていた。

物の本によれば、カレーライスは明治時代にイギリスから伝来した、インド料理を起源とする“洋食”らしいのだが、今やそれは日本の味となり、確かにそれは既に“国民食”となっている。

別に和食の“定義”にこだわるつもりもなく、そして、カレーは嫌いな食べ物でもなかったのだが、しかしながら、その時は正直がっかりして、「カレーライスは今や堂々と“和食”と呼ばれているのか・・・」と、取り残されたような妙な寂しさを覚えた。

地域の伝統食が廃れていくのを見ることは、その寂しさだ。

我々の祖先が、長い歳月をかけ伝承してきた“地域の味”がどんどん忘れ去られる一方で、最近入ってきた“新参者”は世の食卓をあっという間に席卷する。地域の個性のような郷土の味が失われ、それに替わって、画一化され万人受けする味だけがもてはやされ残っていくということは、なんとも寂しいし、情け無いと思うのは私だけだろうか。

『食は文化』と言われるが、豊かな自然の恵みがあり、今なおそれらを与え続けてくれる四万十川と流域の自然が保たれていたからこそ、そこには豊かな食文化が生まれ、育まれ、そして継承されてきたのだろうと考える。

だからこそ、その個性ある地域の味が、景観や清流と同様に、大事にされ後世に引き継がれていくように、自分たちの代でこの味が終わりを告げることのないようするその責任は、他でもない今を生きる自分たちにあるのだと。

『しゃえんじり』の取組と、ホッとするようなやさしい味のその料理は、あらためてそんなことを思い起こさせてくれた。

(取材/記事: 矢野由美子)

## 四万十の 地域料理を 存分に味わう

農家レストラン  
しゃえんじりでは  
四万十市西土佐地域の  
旬の野菜をたくさんに使った  
郷土料理が食べられます。  
野菜はもちろん  
お米や川の幸など  
食材のほとんどが  
この地域で採れたもの  
というこだわりのある  
メニューです。  
気さくで元気いっぱいのおばちゃんたちが丹精込めて作る手料理はお腹もこころもほっこり満たされます。

種類も豊富です！

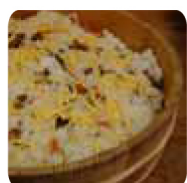
新鮮お野菜が自慢！

お腹いっぱいになってね！

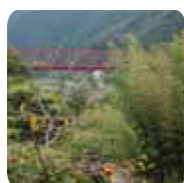


# 55

農家レストラン  
しゃえんじり



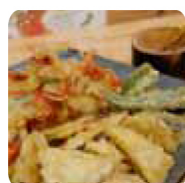
料理



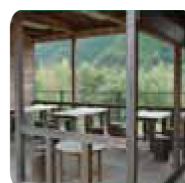
眺めのいい景色



料理紹介



料理



テラス



入り口



MAP