

GREEN NOTE MEMO

スポットいっぱい! 秋田のグリーン・ツーリズム

グリーン・ツーリズムスポットが充実している秋田県。本誌では、農林漁業民宿89軒、農家レストラン46軒、農産物直売所56軒農林漁業体験施設が46軒を掲載しています。宿泊、食事、体験を通してそれぞれの地域の特性や文化も楽しめるのが魅力的。



テリー・リー・ナガハシさん
Terri Lee Nagahashi

アメリカ合衆国出身。The School for International Training, Brattleboro, Vermont USAでTESOL(第二言語としての英語教授法)修士を取得。北見工業大学講師、国際大学(新潟県南魚沼市)助教授、日本大学国際関係学部(静岡県三島市)教授、東海大学沼津キャンパス(静岡県沼津市)講師、秋田大学准教授、秋田県立大学教授などを務め、日本で化学英語等を教える。海外旅行が趣味で、これまで訪れた国は約40カ国!

ナチュラルにまれる場所

「私は土作りや畠作り、農業が大好きなの。あと、外に出て活動することが大好き!」と話すテリーさん。「星雪館」を訪れるようになったのは、秋田県内で学ぶ留学生が仙北市西木町で農作業や民泊、餅つきなどを体験する農家民宿事業の活動がきっかけでした。「星雪館」を営む門脇富士美さんは、今ではすっかり仲良しです。

テリーさん(以下、テ) 初めてここに来たのは2012年ね。留学生8人くらいと一緒に泊まったの。

富士美さん(以下、富) そうでした

ね。あの時もすぐに外に出て畠仕事を始めましたよね(笑)。

テ そうそう。あれからいつもこんな感じ。ここに来ると「畠に行つてもいい?」って(笑)。私は今、すごくリラックスした気分なの。ここに来るといつもリラックスした気分になります。最初に来た年からそう感じました。毎年ナチュラルな気持ちで過ごしています。

富 初めてここ(星雪館)に来たときは、すぐに外で薪積みを始めましたよね。あと畠に出てほうれん草を採ったり、里芋を掘ったり!

ナチュラルにまれる場所

穂やかな小春日和となったある秋の日。仙北市西木町にある農家民宿「星雪館(せいせつかん)」に楽しげな声が響きます。

「富士美、大根採つていい?」「もちろん!」。そんなやりとりから始まった畠での大根掘り。こうして訪れた先でこんなふうに農作業が体験できるのもグリーン・ツーリズムならではです。

「今年もまた来たよ♪」
「おかえりー。テリーさん!」
「ハーイ! ただいま 富士美!」

大学の英語教員として10年以上、秋田で過ごしたテリー・リー・ナガハシさんは、さまざまな地域を訪ねて人々とふれあい、秋田のグリーン・ツーリズムを満喫してきました。今回訪れた「星雪館」は、2012年から7年連続で宿泊しているお気に入りのスポット。さて、テリーさんはいつも「星雪館」でどんなふうに過ごしているのでしょうか。テリーさんの「グリーン・ツーリズムタイム」をちょっとのぞいてみました。

今年も大根
たくさん採れたわ

あるものなら、
なんでも
収穫オッケー♪

秋田の農家民宿へGO! in 星雪館

旅の達人
テリーさんが行く



土地の恵みを 知る・学ぶ

大根収穫を楽しんだ後は、ビニールハウスへGO!

門脇家はほうれん草や春菊を栽培している農家です。ほうれん草は地域自慢の特産品で、仙北市西木町は秋田有数の出荷量を誇ります。ビニールハウスの中で育てているので一年を通して収穫できます。

テリーさんも訪れるたびに収穫を楽しんでいるほうれん草。その土地の特産品や季節の恵みを学び、実際に栽培している様子を目につけるのもグリーン・ツーリズムの大きな魅力です。畑や田んぼでの体験は、かけがえのない思い出になります。



富士美さんのお母さん・昭子さんが農業の傍ら「星雪館」を始めたのは

1998年。首都圏で働いていた娘の富士美さんが、地元・西木の自然の中で暮らしたいとリターンしてきたところでした。母・昭子さんが営む宿は富士美さんがサポート、一家の大黒柱である父・征志さんが農業の傍ら見守るかたちで家族が協力しあって経営してきました。

2012年からは、昭子さんにかわって富士美さんが代表に。自分の家だけではなく地元や農業も元気にしてみたいという思いから、より積極的にグリーン・ツーリズムを広める活動にも取り組む富士美さん。現在行政や観光協会、グリーン・ツーリズム関連の団体でつくる「仙北市農山村体験推進協議会」の副会長を務め、首都圏や海外からのお客様の受け入れに地域をあげて取り組んでいます。

秋田犬アームも
あっさりして



GREEN NOTE MEMO

海外客が急増中、秋田の農家民宿

仙北市が、2009年から始めた県内の留学生を対象とした農業体験事業による口コミ効果や秋田犬の国際的な認知、日本ブーム等により県内でもインバウンド観光は急成長しています。仙北市の農家民宿は特に海外からのお客様の宿泊の受け入れなどに早くから取り組んでいたため、今や多様な国々の方々への柔軟な体制が整っています。

好きなようじ 過ごす時間も大切に

テリーさんが、畠仕事の他に楽しんでいる作業がもう一つ…。それが斧で割った薪を小屋に積んで保管する作業「薪積み」です。「星雪館」の暖房は、体が芯からよく暖まると宿泊客に好評の薪ストーブ。薪割りや薪積みは、冬支度に欠かせない作業です。

富 テリー先生って、薪積みが大好きですよね。毎年、薪積みに夢中ですもん(笑)。

テ 薪積みはすごく楽しいね! ここに泊まつたら朝早く起きて、一人で薪小屋に行つて薪積みをして、富士美のお父さんと一緒にその薪をトラックで運ぶんです。そして朝ご飯食べた後にまたやるの! 薪は割り方によつて、丸いやつもあれば三角や四角いものもある。それらのバランスを取りながらうまく積んでいくんです。丸、三角、四角のパズルみたいな感じ。楽しくて楽しめて、薪積みをしていると無心になれるの。

富 逆にこちらは作業をしてもらつて毎年助かっています(笑)。うち



四季折々の 自然を楽しむ。

自由気ままに
自然と遊ぶ



待ついたのは郷土の味

「星雪館」は、富士美さんたち一家が暮らす母屋の隣に立つ一軒家。1階は作業場で階段をのぼって2階が宿泊スペースになっています。2階はキッチンやトイレ、お風呂はもちろん、和室やベッドのある洋室、広々としたりピングもあります。テリーさんが積んだ薪が活躍している薪ストーブはリビングの真ん中に置かれています。



もうちょっとかな?

このくらい漬せばOK?

「星雪館」では、希望によってこのよう

うに郷土料理や農家ならではの採れ

たて野菜を使った調理体験を楽しむ

こともできます。ほうれん草農家で

ある門脇さんの定番メニューには「ほ

うれん草鍋」もあるそうです。

テ 私、秋田の農家民宿の好きなと

ころは、こんなふうに宿の人たち

とアットホームに過ごせることな

い。あまり気を遣われてなんでも

やつてもらつて……となると緊張し

ちやつて疲れちゃうでしょ? でも、

秋田の農家民宿は、みなさん温か

くてお互いに無理をしないからリ

ラックスできる。こんなふうに食事

「おかえりなさい!」

2人の帰りを待っていたのは、お母さんの昭子さん。畑で採れた新鮮な野菜をたくさん使って、料理とともに待っていてくれました。

昭子さん(以下、昭) 鍋の準備も出来てるよ!

富 じゃあ、食事の前に秋田名物「きりたんぽ」作りに挑戦しますか!

テ Yes!

そうして始まったタッキングタイム。

「星雪館」では、希望によってこのよ

うに郷土料理や農家ならではの採れ

たて野菜を使った調理体験を楽しむ

こともできます。ほうれん草農家で

ある門脇さんの定番メニューには「ほ

うれん草鍋」もあるそうです。

作りを手伝つたり、お皿を洗つたり、一緒に作業をすることでいろんな話をしても仲良くなれる。その時

間が最高なの!

富 うちなんかは「きりたんぽ作り

オーダーがないのに「やりませんか?」なんて手伝わせてしまつて

(笑)。

富 煙仕事だつて「やりたい」という

方には「どうぞどうぞ。助かるわ

」「なんてね。実際、本当に助かる

のよ!」

星雪館の中でもテリーさんの一番のお気に入りのスポットは山の畠! 林道を少し上っていくとある古い畠は、昔は近所の農家さん何軒かで作っていた場所でしたが、今は門脇さんの家の農作物を栽培しています。「山の畠の土は、下にある家の畠の土と全然ちがうんです。おのずと植える野菜たちが育つんですよ。」と富士美さん。



「かかし
みたいでしょ」

烟仕事や薪積みを楽しんだ後は、ふらぶらのんびりお散歩タイム。山の上の畠まで歩いて行ってることになりました。木々に囲まれた林道は、縁にあふれて森林浴をしているような心地良さ。自然豊かな秋田での散歩は、ちょっとしたスペシャルタイムに。澄んだ空気、木々や緑、土の香り、春夏秋冬で変化する草木の美、鳥のさえずりなど、散歩中のお楽しみはたくさんあります。

富 以前、テリー先生のお友達がスウェーデンから来て、お一人で泊まつてくださったんです。その時も山の上の畠まで一緒にふらぶらと散歩をして過ごしていましたよ。

テ 彼女は「散歩がすごく楽しかった。秋田は最高ね」ととても喜んでいました。秋田の農家民宿でやることは何か特別なことではないん

たわいもない会話を楽しみながら、林道をゆっくり進むと、テリーさんが何かを見つけたようです。「ねえ、富士美! 見て! あつたよ!」指差す先にあつたのは、倒木を覆う色鮮やかな緑の苔。林道でみかける緑の苔の美しさや山の土の感触などに感動する感性の豊かなテリーさん。秋田の自然是、春夏秋冬さまざまな発見を与えてくれます。

富 近くに川があるから朝に川霧が立つ時期があるんです。絵のような綺麗な景色で私も本当に大好き。

富 朝6時ころに行く散歩ね。川霧が立つ時期があるんです。絵のような綺麗な景色で私も本当に大好き。

だけど、全てがすごく面白く感じられるの! 私が特に好きなのは、朝6時ころに行く散歩ね。川霧が立つ時期があるんです。絵のような綺麗な景色になるの。

「ワイワイ」と話しながら、きりたんぼ作りは進みます。炊きたてのご飯をすり鉢を使って軽くつぶして、木の棒につけて手で伸ばしていきます。

テ OK! こうやつてみんなで作業する時間が本当に好きなの。作業をしながら、宿の人とたくさん話ができるしね。

ご飯を棒につけて形を整えた後は、ご飯の表面を焼く作業です。



昭 うちではきりたんぼを作ったら、こうして薪ストーブの周りに並べておくんです。そうするとストーブの熱できりたんぼの表面が焼くから。乾いたら薪ストーブの上で表面がパリッととなるまで焼くのよ。

昭 うちではきりたんぼを作ったら、こうして薪ストーブの周りに並べておくんです。そうするとストーブの熱できりたんぼの表面が焼くから。乾いたら薪ストーブの上で表面がパリッととなるまで焼くのよ。ただでも面白い。昭子さんは、私たちが泊まつたときいつもおいしい料理をたくさん作ってくれるんです。昭子さんはお客様に対してこれをやってというような決まりことはなく、私たちのびのびと自由にさせてもらっています。お客様が何か体験してみたいとなれば、農作業やおやつ作りもできますよ。



農家の母さんの味は、グリーン・ツーリズムの醍醐味の一つ。

秋田の農家民宿のメニューは基本的にその家で育った野菜やお米をふんだんに使ったメニューがならびます。秋田ならではの郷土料理きりたんぽなど、季節に応じて民宿ごとのお母さんの味が魅力です。



旅の達人が見た秋田

お茶を飲みながら富士美さんと秋田のグリーン・ツーリズムについて語り合いました。

テ 秋田は、東京とか京都などの大都市と魅力が全然違うし、秋田に来ると本当の日本が分かる気がするの。昔ながらの土地の習慣や文化がたくさん残っていて面白い。例えば食べ物にしても「きりたんぼ」や「がっこ(漬物)」みたいにずっと昔からあるものが今もたくさん受け継がれています。それに方言、祭、人、全て個性的で素晴らしい。(笑)。秋田は全てが独特で面白いんです。だから好き。あと、秋田といえど、温泉ね! 富士美は私を温泉に連れて行ってくれたよね。

富 ここから田沢湖の水沢温泉や乳頭温泉に行きましたね。

テ 私、温泉がすごく好きなのが、この間は、富士美と一緒に露天風呂に入つたよね。秋田は自然がすごく豊かで、その景色を眺めながら入浴できる素晴らしい温泉がたくさんあります。



表面が乾いたら、薪ストーブの上で焼くとパリッとするの!

テ おやつと昼ご飯のカレーライスがおいしくて(笑)。夕ご飯も朝ご飯もおいしいところがござり!。だから私は1時間くらいかけてゆっくり味わって食べてる(笑)。

昭 ごちそうって言っても、このあたりで普通に食べている田舎の料理そのままだよ(笑)。特別なものではなく畠から採ってきた野菜やがっこ(漬物)が並ぶ普通の食事だよ。

テ その土地で採れたもの、その土地の料理が一番のこちそうです!

地域それぞれにさまざまな郷土料理、食文化がある秋田県。訪ねた地域の素朴な味を地元の人といただくひと時は、楽しい時間。

昭 さあ、焼けたよ。ご飯にしきました。しばらくして、きりたんぼが焼ける香ばしい香りが漂つてきました。



秋田名物「きりたんぽ鍋」

秋田県の県北地域の郷土料理。比内地鶏のガラでじっくり出汁をとったスープに醤油ベースで調味料を加え、炊きたてのご飯を軽く漬してから棒につけて焼いて作る「たんぽ」のほか、ごぼうやせり、ねぎなどの野菜、まいたけ、糸こんにゃく、比内地鶏の肉やもつなどを入れて煮込む鍋料理。「たんぽ」は切って鍋に入れるので「きり(切り)たんぽ」となります。ちなみに、秋田では「たんぽ」を作る際、ご飯を軽く漬して、ご飯の粒々を半分くらい残した状態に仕上げることを「ご飯を半殺しにする」と言います。

新米で作った「きりたんぽ鍋」に、南瓜や菊、高菜、大根、ほうれん草など採れたての秋の恵みを堪能したアリーサン。

お腹がいっぱいになつたところで、ホッと一息ティータイム。

富 お茶っこにしましょう。



富士美さんと一緒に星雲館を切り盛りしている富士美さんのお母さん・昭子さん。薪ストーブを使ってきりたんぼを焼き始めました。

GREEN NOTE MEMO
秋田名物「きりたんぽ鍋」

秋田は全てが独特！ はまつてしまふ何かがある。

富 確かに秋田はちょっと出掛けると必ず温泉はありますね。

テ この間、ここに来た学生（留学生）は、仙北市で日本の温泉に生まれて初めて入ったの。そもそも日本の温泉がどういうものか分からぬから、入る方法やマナー、手順をゼロから教えてあげるところから始めるんだけど、秋田の温泉に入つてみんなすごく気に入ったみたいで喜んでくれて。「楽しかった」と盛り上がっていました。

富 実はテリーさんは、日本を含めてこれまで世界約40カ国を旅してきた旅の達人でもあります。大都市から田舎まで世界中を旅してきた彼女にとつて旅の醍醐味とは？

テ こんなところに行つても、ずっと心に残っているのはその土地の人です。だから私は、その土地の人々に会いたいし、ふれあいたい。

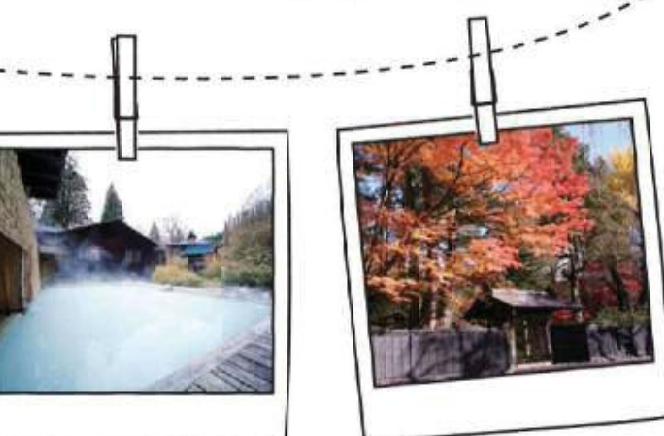
富 そうですね。結局最後は「人」ですね。どんな人と会つてその人た



の付き合いとか挨拶が多いですよ。「はい」「おはようございます」「分かりました」「どうも」とか、そんな感じのやり取りが多いわけです。でもグリーン・ツーリズムは違います。例えば農家民宿に泊まつたら、民宿の人とお茶を飲んだりお菓子やごはんを食べたり、一緒に料理を作ったり、畑仕事をしたり、スキップがとにかく面白いのです。

富 一緒に温泉行つたりね（笑）

テ そうそう。土地の人とコミュニケーションを深めるならグリーン・ツーリズムがナンバーワン！普通にホテルに泊まつたら、こうした楽しむはなかなかないですよね。私は秋田のいろいろな地域の農家さんや農家民宿の人たちとコミュニケーションを深めましたが、皆さんすごく温かくて家族みたいですね。



富士美さんはお客様をせっかくだから近くの温泉などに連れて行って一緒に入つることもそんな気さくなふれあいも農家民宿の良さ。西木地域は全国にも名高い乳頭温泉郷やみちのくの小京都角館もすぐの好立地も魅力。

GREEN NOTE MEMO

温泉天国・秋田県

秋田県は温泉地数ランキングで47都道府県中、全国6位。県内に125か所※の温泉があり、「乳頭温泉郷」「玉川温泉」「大湯温泉」「八幡平温泉郷」など、全国に知られる秘湯・名湯が点在しています。

グリーン・ツーリズムスポットからちょっと足をのばせば、必ずどこかに温泉あり。森や田園の自然に囲まれて、または山や日本海の絶景を眺めて湯につかる露天風呂は、温泉ファンにはたまりません。

出典／平成28年度 環境省 温泉利用状況



星雲館のノートには様々な国や地域からやってきた宿泊客のあるたかいメッセージが。

富 テリー先生が6年前、留学生のみなさんと初めてこの宿に泊まつてくださつて以来、海外からのお客様を積極的に受け入れるようになつたんです。ここ数年は、いろいろな国からお客様が来てくれるようになつて、このノートもいろいろな国の方のメッセージがいっぱい！

テ 本当にすごい！

週末・秋田で 昼寝のススメ

富 「星雲館」は2019年で、宿を始めたちょうど20年。オープンからこれまでを振り返つて、そしてたくさんの旅人が残してくれたメッセージを読んで、富士美さんは、秋田のグリーン・ツーリズムを次のような人にぜひおすすめしたいと話します。

富 都会でバリバリ働いてる人に「週末だけ秋田にお昼寝に来ませんか？」とお伝えしたいですね。時々は自然に囲まれた、何もしなくていいのんびりした場所でボーッと過ごす時間が必要なんじゃないかなつて思います。

例えれば年に1回でもいいから、週末を田舎で過ごしてみるのはどうでしょう。ノープランで、ただただ昼寝をして、気が向いたら温泉や散歩にでも行ってひたすらゆっくり過ごすんです。東京にいる方



富 それすごくいい旅！たたた2日間だけでも秋田で過ごすと気持ちがだいぶ変わりますよ。

他 の地域に負けない面白さや個性、独特の「味」がある秋田の人、ツーリズムは、それをとことん満喫できる旅。秋田県内で旅を楽しんで、お気に入りのふるさとを見つけてみませんか？