

# 五戸の暮らし

GONOHETOWN-AOMORI LIFE STYLE BOOK

—北国に生きる、自然と寄り添う—



Cover by 石橋洋一さん



青森県五戸町在住の 84 歳。定年退職後に今のライフワークである版画に出会い、生まれ育った五戸町の風景を作品として残しています。テーマを決めたら現地に何度も足を運び、スケッチを取りながらイメージを膨らませます。細かいところまで観察するので、「あれが無くなったな」と変わりゆく町の姿に毎年気づくそう。その他、国外の片田舎に出かけ、その風景を刷り綴っています。

## 五戸町役場

2018年6月 2版第2刷発行

〒039-1513 青森県三戸郡五戸町古館 21-1

TEL 0178-62-2111 (代表) FAX 0178-62-6317 URL <http://www.town.gonohe.aomori.jp>

# 「自分らしさ」を 大切にする 五戸のくらし

青森県南部地方、

地図を広げると右下のほうにある五戸町。

正直、華やかさとは縁遠い町です。  
見渡すと田畑、町内だけだと  
必要なものはなかなか揃わないし、  
集いの場も数えるほど。  
坂が多くて疲れるし、  
冬の風は突き刺すように痛く、  
雪だって降ります。

だけどその不便さは、  
どれも五戸に必要なこと。  
坂が多いのは先人たちが  
住む場所を削って開墾した証。  
その田畑が住まう人々を支えます。  
そして寒さを乗り越えた先にある、  
春の訪れと作物の芽吹く喜びはひとしお。  
困ったことがあれば、  
集いの場で知り合った  
世話好きのじいちゃんが  
助けてくれるかも。

「新参者だから」なんて野暮なこととは言わず、  
ほどよい距離感で、時におせっかい。  
協力的だけど、他人に流されず  
自分の信念を持つ人が多い町。  
そんな人たちの生き方と暮らしを  
少しでもご紹介します。

五戸町  
人口 17,627人（平成30年1月1日現在）  
面積 177.67km<sup>2</sup>

八戸市や十和田市と隣接する町。平成16年に倉石村を編入。奥州街道が通っていたため、古くは宿場町として栄えた。山間に位置し、平らな道は少なく坂が多い。主要産業は農業でコメのほか、ナガイモ等の根菜と紅玉（リンゴの品種）、倉石牛などが有名。その他、桜肉（馬肉）とサッカーが盛んなことでも知られている。



— カマラードの家 —  
竹洞 雍子さん

AGE 71



「気の合う仲間たち」と  
地場の人気商品をつくる

「カマラードの家」の玄関を開けると、バターが混じったリンゴの甘い香り。ちょうどこの日はアップルパイを作っている最中でした。

パイ生地を手際よく卵黄を塗り、りんごを盛り付けてオーブンで焼いていきます。焼きあがったアップルパイはとても美味しそうで、工房は香りに包まれます。

「この地域は紅玉という品種のリンゴの産地で、地元で貢献したいと始めたのがアップルパイ。味はどこにも負けないものをと、改良を繰り返しましたから、絶対の自信がありますよ」と、代表の竹洞雍子さんはこやかに話します。

「カマラード」とは、スペイン語で「気の合う仲間」という意味で、創業は平成9年。それより前の平成4年、竹洞さんが当時の倉石村営加工センターで働いていた時、流通に乗らない安価のニンニクやリンゴを使った商品開発する事業が立ち上がりました。その時に竹洞さんたちが開発した「ニンニクボール」は今も人気商品です。

ところが、加工場が閉鎖され「このままでは終わらせたくない」と、



職場仲間8名と独自に始めたのが「カマラードの家」です。農業改良制度資金と自己資金を出し合っただけのスタートでした。

当初、周囲から様々な誹謗中傷がありました。「その時が一番苦しく辛かった」と竹洞さん。しかし、平成16年に借りた制度資金を完済し、その2年後にはメンバー全員が家族と一緒に、海外旅行へ行けるようになりまし。今では周囲の誰もが認める組織になりました。

現在の会員は4名のほか、パートが3名。つくっている商品は、「ニンニクボール」「アップルパイ」「ヨモギ茶」「どれ味噌」などで、添加物や化学調味料を使用しないもの

ばかり。地元や隣の十和田市の産直所で販売され、ほとんど売り切れてしまうほどの人気です。

「どんなに忙しくても、ここに来るとホッとすると、みんな話しかけることも楽しいですよ」と竹洞さん。

自慢のアップルパイは、冷凍で乾燥させた紅玉を使用。ほどよい酸味と甘味が好評で、注文が多いとい。また、アップルパイや味噌づくり体験も行い、玄米麴で作る味噌は甘味とコクがあるとい。毎年参加する人がいるほどの人気。

「お客さんに食べてもらうのが何よりも嬉しい。将来的には、定年を迎える主婦でも、移住してきた人が農業をしながらでも、そういう人たちに話したいと考えています。ひよっとしたら、地域を再発見してくれるかも知れませんよね」と竹洞さんは思いを話します。

地域に必要とされ、「地域の宝」となっている「カマラードの家」。竹洞さんたちの活動は、これからも益々発展していく可能性を秘めているのです。





GONOHE LIFE

02

— 畜産農家 —  
佐々木 政喜さん

AGE 37



## ふる里を蘇らせたい、その思いでUターン

今から30年ほど前、素掘りの水路にはナマズやメダカが泳ぎ、田んぼには様々な水生昆虫が棲んでいました。ひと頃、日本各地の農村地帯で見られた里山の風景です。そうした里山を再び蘇らせ、地域を元気にしたいという思いで五戸町にUターンしてきた人がいます。上市川地区に住む佐々木政喜さんです。

福島県の大学で生物を学んでいた佐々木さん。そこで水田の昆虫を調査するうちに、里山に興味を持ち始めます。自然を守る回復力があることも知り、里山を大切にしなければという思いを強くしていきます。



「里山が消えてしまうのは悲しいこと。それを残すことは、ただ単に自然循環を大切にすることというのではないのです。そこには、日本の文化や伝統を守ることもつながるんです。暮らしの一部として、里山は絶対必要だと思う」。

ちょうどその頃、6次産業が盛んになり始めた時期。耕作面積の少ない里山でも農産加工で生活できないものかと考え、大学卒業後、6次産業で成果をあげている三重県の農園へ就職。そこで菓子づく

りを担当し、その奥深さに惹かれてしまいます。

菓子づくりの技術を学びながら、さらに数年後、自然環境にも強い関心があったため転職を決意。長野県の上高地自然保護官事務所勤めることに。

「そこは地域の人たちが、上高地の環境を守っていかうとする意識が高く、ゴミ問題や野生動物対策など地域ぐるみで取り組んでいたんです。とても勉強になりました」。

いつかは五戸町に帰ろうと考えていた佐々木さん。黒毛和牛の繁殖と肥育の一貫経営をしている実家で、手が足りなくなつたということもあってUターンしてきたのは一昨年の7月でした。学んできた菓子づくりや環境に対しての知識を活かし、地域を盛り上げていくことができるのではと考えます。

「我が家に獅子舞の面が残っています。昔は正月に舞っていたのを覚えてるんですけど、いつからかやらなくなっている。夏祭りの山車もありまし

た。そういうことを知っているのは、自分の世代が最後かも知れません」。

この地域の良さは、東京から遠く離れており、都会の風が入っていないことだと佐々木さんは話します。だからこそ、豊かな地域にしていける可能性があるのです。

佐々木さんは特産を使った菓子づくりや、牛肉の加工品を模索している最中。UターンやJターンなどしてくる人に対して、自分たちは何をしたいのか、何ができるのが大事。また、それを受け入れる地域では、受け皿となる仕組みづくりをする必要があります。「風景や自然、その土地ならではの食べ物といったふる里を残していくことが私たちの役割。いつでも帰れるふる里があるということ、幸せなことなのではないでしょうか」と力を込めて佐々木さんは話します。

畑や水田があり川もある五戸町。少し考え方や手法を変えると、佐々木さんの思う里山ができるのかも知れません。

# 農と共に生きるため 移住するという選択



助けられ、支えられ、  
移住した思いと夢を語る3家族の座談会



佐藤 岳広さん  
埼玉県出身

36歳



青森県外から  
五戸町に  
移り住んだ方々

春義彦さん  
神奈川県出身

35歳



山口 平さん  
神奈川県出身

37歳



## 五戸に移住したわけ

春さん…神奈川県で有機野菜や無添加の加工品を扱う宅配業で働い

「少量多品種目で野菜をつくってるので、一年中忙しいけど、毎日が楽しいですよ」と話すのは春義彦さん。春さんは7年前、奥さんの文子さんと一緒に、神奈川県から五戸町に移り住み、農業を営んでいます。そんな春さんの畑で、研修生として働いているのが、埼玉県から移住した佐藤岳広さん・美穂子さんご夫婦、神奈川県からの山口平さん・千代さんご夫婦。みなさんに集まっていただき、＼アジト＼でもあるはる農園の事務所です。そこで語られたのは、五戸を選んだ理由、苦労したこと、これからの夢…などなど。

生い立ちそれぞれ違えど、五戸に住んで感じることはみんな同じ。「五戸の人たちはあったかい!!」ということなのです。

ていました。ある時、土に触れる機会があつて、自然界に命を感じ、他人があつたものを扱うのではなく、自分でつくったものを人に勧めたいと思うようになったのです。これは就農しかならないなど。妻の出身地である青森県で土地を探していたところ、農業法人の人が家と畑を提供してくれるというお話をいただいたのをきっかけに移住が現実的になり、この五戸町が私たちを迎えてくれたのが始まりでした。

佐藤さん…僕は移住してきて2年になります。実は祖父母が倉石地区に住んでいて、その2人が亡くなり畑が休耕地になっていたんです。幼い頃、東京から祖父母の家に遊びに行った時、お爺ちゃんの人トラクターに乗せてもらうなど楽





しい思い出がたくさんあります。いつかは祖父母の家で暮らしながら、野菜をつくりたいと考えていました。住んでいたマンションの更新をきっかけに、サラリーマンを辞め移住を決心したんです。

**山口さん**…私の妻も青森県出身なんです。それで40歳までに青森に住もうと話合っていました。ところが30歳半ばから食べ物によるアレルギーが出始めたんです。それで食と直接つながる農業に興味を持つようになりました。青森で農業をやろうと思っていた時、東京で開催されていた青森県の移住フェアで春さんと知り合い、誘われるように移住してきたのが昨年の4月でした。



**春さん**…五戸町は気候的にも地域的にも農業にはとても良いところだと思います。特にこの地域は、根菜類が適している土地柄だと思います。ここで無農薬栽培で農業をしようとしたところ、「絶対できるわけがない」と地域の人たちに3年間言われ続けてきました。その反面、みなさん温かい目で見られてましたね。地域から認められるようになったのは、4年目あたりからかなあ。ネット販売もしていますが、今はスーパーや産直所でも扱ってくれるようになってます。何よりもそれが一番嬉しい。



**山口さん**…私も東京で春さんにお会いした時、研修生を受け入れる体制ができてくるということで、すぐに決めましたよ。

### 嬉しい驚きがたくさん

**春さん**…近くの山には、山菜などがたくさん自生しているし、澄んだ空気ときれいな水に囲まれて暮らせるというのは、最高のお宝なのではないでしょうか。

**佐藤さん**…この地で暮らし始めて思ったのは、地域の人たちが穫れた野菜を持って来てくれるなど、助けられていることが多いことですね。来る前まで障害されるのではと思っていたのですが、意外と温かく迎え入れてくれました。

**山口さん**…僕もそれ



を感じました。私たちも空き家を借りて住んでいるのですが、しばらく電気・水道が整ってなくて、その間、側にある事務所を自由に使用してもらい、とても助かりました。また、地域の集会で無農薬栽培で農業をしたいと話したら、初対面の人が「うちの農地で良かったら使ってください」と言ってくれたのには、嬉しい驚きでした。



**春さん**…本当に地域の皆さんはあたたかいですよ。最近では私も冠婚葬祭に参加するようになりました。地域の住民になったことを実感しています。

**佐藤さん**…何か集まりがあった後飲み会にも声をかけてくれるし、

地域では私は若い方で、草刈りなどに参加するととても頼りにされる喜ばれます。

**山口さん**…消防団に入団したことで、地域の情報も入ってくるようになりました。それと嬉しかったことは、地域で門松づくりをするというので、誘われたことです。

### 不便さもある 田舎暮らし

**春さん**…みなさん地域にすっかり溶け込んでいますね。だけど、まだ方言が分かりません。特に地元の人同士の会話は全く分かりませんよ。

**佐藤さん**…良いことばかりではない。公共機関の交通の便が悪いこと。どこへ行くにも車が必要で、歩きにしても自転車にしても移動するには遠いです。また、お酒を飲みに行くにも車なので、夫婦のどちらかは飲めませんよ。居酒屋もほとんど無い。それは不便。

**山口さん**.. 家から役場まで自転車で行った時、道路が狭いうえに歩道がなく危険を感じたことがありました。

**佐藤さん**.. 子供たちは通学バスです。だから学校帰りの寄り道ができないんです。大人もそうですが、目的場所にしか行くことができません。それが寂しい。寄り道ができる場所をつくれたらいいな、と考えています。

**春さん**.. 都会と比べると無いものの方が多いですよ。青森ならではの新しいことも可能になる。だから起業できるチャンスはあると思う。私は食を通して健康を考えてもらおうと、2年前から映画上映会を開いています。企画をしていけるし、情報も発信しやすい。それと人となりがりやすく広がりもあり、その出会いが楽しいですね。

**山口さん**.. 農業が大変で辛いことは分かっているうえで言うのですが、作物の芽が出ただけでも感激するなど、全てが初めての経験ば



かりで、農業は楽しいということも確認できました。毎日が楽しく、春さん、佐藤さんという人と笑いが絶えることがないです。

それぞれに  
生きがいを求めて

**春さん**.. 現在、借りている畑を含めると約3ヘクタールあり、そのなかで耕作面積は約2ヘクタールで、根菜類を中心に様々な野菜をつくっています。日常食べている野菜の7割はつくっているのではないのでしょうか。収入も安定し、やり方次第ではもっと収入は増やせると思います。

**山口さん**.. 私も春さん同様に多品目栽培をしていきたい。就農したからには、特に在来作物に力を入れたいと思っています。

**佐藤さん**.. 近所の人からマルイモを頂いたことがあって、そのおいしさに衝撃を受けたんです。水田を作る一方で、畑でそのマルイモや

アピオスもつくりたい。それもあって、私たち夫婦で「ホドイモ通信」を発行しているんです。A4版の用紙に地域のこととか、私たちの活動を記事にして思いを伝えていきます。手書きでちよつと読みづらさもありますが.....

**山口さん**.. その手づくり感が僕は好きですよ。私が目指すのは、私たちのような人でも農業で普通に生活できるということ、周囲の人たちに認めてもらうことです。さらに、自分たちを見て移住してくれる人が一人でもいたら嬉しいですね。

**佐藤さん**.. 目標は、農業だけではなく、農家民泊や飲食店もやってみたい。地域が良くなることで少しでも町に貢献したいんです。そして、この地域には伝統芸能や伝統食など、残していきたいと思うような宝がたくさんある。それをずっと大切に守っていく仕組みを作れたら良いなと考えています。

**春さん**.. みんなこの五戸町には、夢や可能性がいっぱいあるということですね。



# 文化が結びつく町

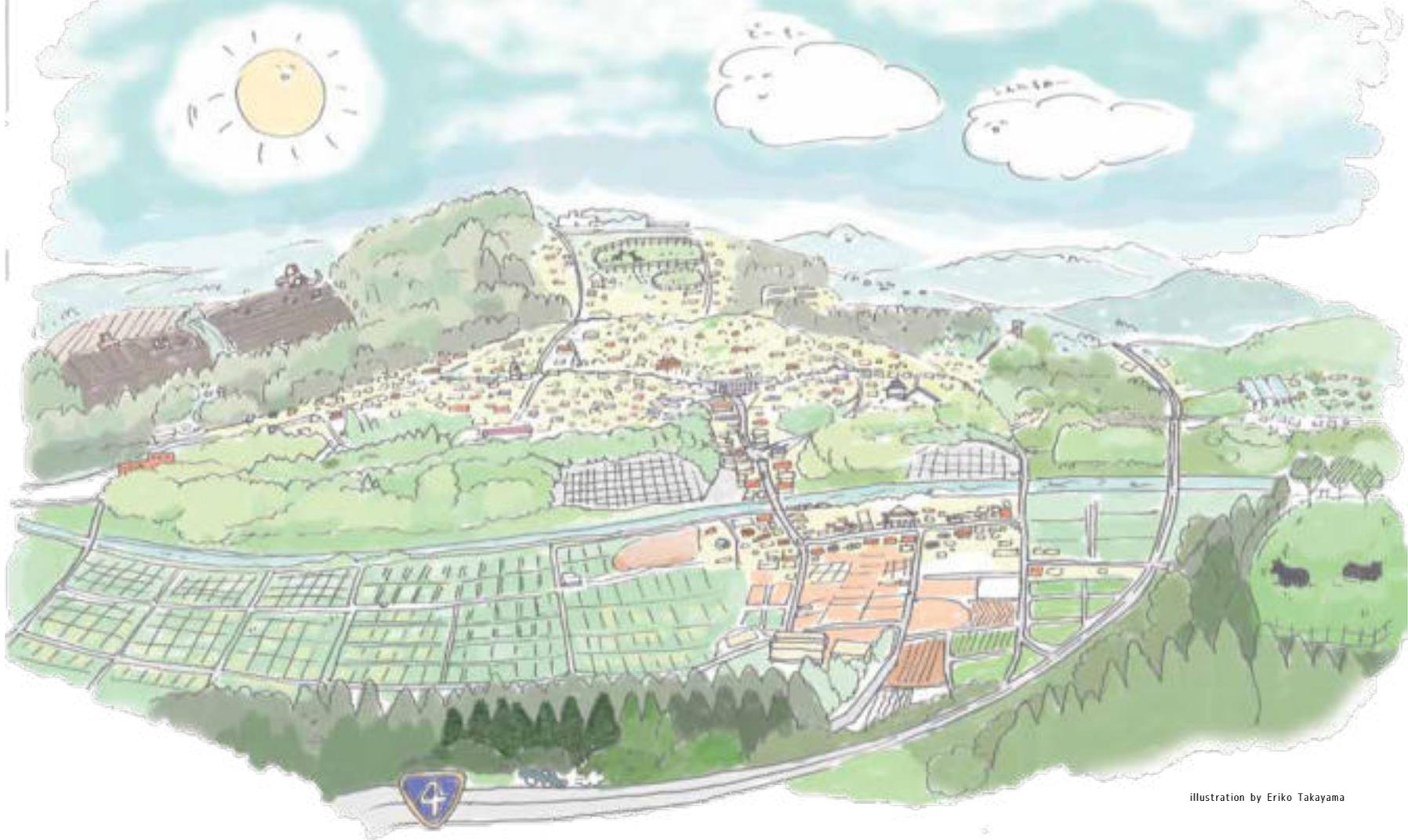


illustration by Eriko Takayama

「五戸町といえばなんですか？」坂が多い、馬肉、ナガイモ、田舎、寒い、酒蔵が2つある……。小さい町なのに自慢や、象徴するものが案外多くて、なんだか説明しがたい町でもあります。だけど、それぞれのルーツを辿ってみると、結びつきを感じずにはいられないのです。

山林に囲まれ、平地が少ない五戸。限られた平地を農地として活用すべく、五戸川周辺は田畑に、そして人々は高台に居を構え、街が形成されます。しかし夏にヤマセが吹く環境は厳しく、コメよりも大豆やソバの雑穀が主体。町には雑穀の製粉業者がいて、それを加工する駄菓子屋や煎餅屋などが今も残っています。

岩手県や青森県南部地方には、「戸」のつく地名がありますが、これは鎌倉時代に地域を戸制で分けたことが由来です。各戸には牧場が設けられ、それぞれが馬産地になりました。藩政時代に代官所が置かれると、奥州街道が通る五戸は宿場町に。馬市や木材市が開かれ、周辺地域から人が集まり、賑わいをみせます。

五戸にとって馬は資源であり、パートナー。昭和の中頃まで農耕馬として、木材などを運ぶ馬ソリとして活躍する姿



が見られました。使われなくなった馬は、感謝と供養の念をこめて食されたそう。五戸では馬肉の事を「さくら肉」と呼びます。昔からよく食べていたのが「馬肉のかやく鍋」。ゴボウ等の野菜と凍豆腐などを一緒に煮込んだ、味噌仕立てのあたたまる料理。その他、兜の形をした鉄鍋で焼く「義経鍋」などもあります。

五戸周辺は黒ボク土という柔らかい土質のため、根菜類の成長に適しています。しかも厳しいヤマセを耐え抜いた野菜たちは、養分を蓄え、力強い味になります。



明治頃になると稲作技術も向上し、コメも安定した収穫量になりました。水に関しては豊かな地域で、八甲田山系や戸来岳などを源にした伏流水に恵まれ、町内には2軒の造り酒屋があります。八戸酒類㈱五戸工場は、3つの湧き水をブレンドした香り高い「如空」(㈱菊駒酒造は濃い味の地元料理に負けないコクを持つ「菊駒」。それぞれ五戸でなければ生み出せない地酒です。



文化がない所に発展はありません。風土と共存し、文化を育む五戸には素敵な未来がありそうです。

## 温泉も日本酒も人も GOOD !



**フェンテス・フランシスさん (左)**  
 年齢 / 28 歳 職業 / 英語教師  
 五戸在住歴 / 1 年 6 ヶ月  
 菊駒に如空、この町にはおいしい日本酒が 2 つもあり  
 ます。温泉が大好きでまきば温泉に通っていますよ。

**リンズリー・ケイトさん (中央)**  
 年齢 / 22 歳 職業 / 英語教師  
 五戸在住歴 / 6 ヶ月  
 五戸の人は打ち解けやすいです。祭りやイベントに参加したら、あっという間に仲良しになれました。

**ジャクソン・ヘールさん (右)**  
 年齢 / 26 歳 職業 / 英語教師  
 五戸在住歴 / 2 年 6 ヶ月  
 来た時に歓迎してくれたのが嬉しかったです。移動は不便だけど、飲んで歌える場所もあって最高です。

## 便利な町ではない



**川崎 利貴さん**  
 年齢 / 18 歳 職業 / 高校生  
 五戸在住歴 / 18 年

やはり五戸の中だけだと、必要なものは揃わないことがほとんどです。名物の坂も、住む側にはしてみれば苦労が多い。特にお年寄りだと自分以上に大変だと思う。だけど静かなので、散歩したりジョギングするには向いています。都会に疲れた人にはいい場所かもしれません。

## 五戸は助け合いの地域



**小笠原 義高さん**  
 年齢 / 71 歳 職業 / 農家  
 五戸在住歴 / 71 年

雪が降った時は、除雪できない人の家の前も除雪してあげるなど、お互いが助け合って暮らしています。私が住む倉石は、おいしい食べ物がなんでも作れる土壌です。山間だけど災害に強く、人と人のつながりがあり暮らしやすいです。農家同士の交流も深いので、気軽に質問してくださいね。

# 五戸、住んでいてどう？

## ママさん世代も住みやすい

**三橋 順子さん (左)**  
 年齢 / 53 歳 職業 / 主婦 五戸在住歴 / 53 年  
 車があれば八戸、十和田へのアクセスが良く住みやすいです。急病で病院に駆け込んでも断らずに診てくれます。よく聞く「たらいまわし」にはなりません。都会の華やかさはないけれど、衣食住には困らないし、人も親切。子育て中のお母さんたちが集まる機会もあるので子育てもしやすいです。



## 災害が少ない町

**橋本 真弓さん (右)**  
 年齢 / 59 歳 職業 / 菓子製造販売 (めるとーる)  
 五戸在住歴 / 55 年

ほとんど災害に遭いません。台風が直撃する、というニュースがきてもなぜかこないです。津波や大雪もないです。地盤がしっかりしているので、大地震でも食器がひとつも割れませんでした。ただ活気は少ないかも。洋菓子店を営んでいるのですが、賑わいのあった昔の商店街を懐かしく思います。

## 自然栽培に適した土地柄



**佐々木 友彦さん**  
 年齢 / 33 歳 職業 / 自然栽培農家  
 五戸在住歴 / 31 年 (2 年間県外へ)

自然栽培と聞くと抵抗感をしめす人もいますが、五戸の場合は自然栽培農家ですぐにいて、協力体制ができています。取り組みたい方にはおすすめです。また、青森の中でも雨が少なく北海道の気候に近いので、果物栽培にも向いています。なんといっても自分の畑で穫れた作物は最高ですね。

## 若者に風当たりが強いかも



**鈴木 野乃花さん**  
 年齢 / 25 歳 職業 / 団体職員  
 五戸在住歴 / 18 年 (現在 Uターン 1 年目)

町の偉い人や昔からのつながりを知らない「そんなことも知らないの?」と言われることがあります。だけど裏返せばお年寄りが町を愛している証かもしれません。文化活動に積極的だし、居酒屋でもフレンドリー。移住者が企画するイベントもあるので、来てからの交流には困らないと思います。

いくらホームページや資料をみても、知らない土地の空気が感って中々わかりづらい……。そんなときは地元の方々への意見が一番です。いいところ、困るところ、聞こえてきたのは実際に住んでいるからこそ、リアルな声でした。

— 五戸バオリ職人 —  
稲村 幸男さん

AGE 64



## 伝統の五戸バオリづくりを受け継ぐ

かつて、南部地方の農家では、農作業をする時に欠かさず被っていたのが編笠の一種である「バオリ」です。イグサを編んでつくられるバオリは、つばの部分が反り上がって前が見えやすく、軽い上に雨よけや日よけとして重宝されていました。

明治初期に蛸川地区で考案され、冬の農閑期につくられてきたこの編笠は「五戸バオリ」と呼ばれ、町の市日には飛ぶように売れたものだったといえます。

しかし昭和30年代になると、安価な麦藁帽子や雨具が出回るようになり、次第に作る人が減っていき、約25年前にとうとう途絶えてしまいます。「バオリは先人たちが遺してくれた町の宝。伝統を守りたい」と、現在、その技法をただひとり受け継いでいるのが稲村幸男さんです。

「実は、父がつくり方を覚えていて、何十年振りかで復活させ、町の講座で教えていました。私も興味が湧いて50歳頃から教わるようになりました」と稲村さんは話します。

父である政吉さんから手ほどきを受けていましたが、政吉さんは

間もなく81歳で他界。その後稲村さんは会社勤めの傍ら、定年までは毎年技法を忘れない程度にバオリをつくってききました。

そのつくり方は、湿らせて柔らかくしたイグサを放射状に折り広げて台に据え、笠の「ツラ」（頂点部）を真ん中にして円筒状にしていきます。形が整ったら側面部分をイグサで横に1段2段と編み進めていくのですが、その段を「トオリ」といい、下の底まで編み上げ、最後に「縁巻ぐ」といって、3〜4ミリ幅に割ったコシのある地竹をイグサで巻きながら綺麗に反りを付けて完成。

農作業でよく使われていた時代、若い人たちは12トオリ、中年は10トオリ、高齢者は6〜8トオリを



使っていたそうです。

「特に難しいのは、6段から8段にかけての曲がりかけの部分。平凡なんですが一番難しい。基本になる行程なんです。また、部位によってイグサの質を変えていくためにも複雑で手がかかり、今でもまだまだ熟練ではなく、完成するまで2日はかかります」と離れの工房で作業をしながら話す稲村さん。

材料となるイグサは、水田の一角で栽培しているものの、とても難しいといえます。竹にしても、しなりが良くコシのあるものとなると5〜6年ものだそうで、そうした竹を探さないといけません。

見た目に形が良く民芸品としても人気があり、県の伝統工芸品に指定されている「五戸バオリ」。現在、稲村さんは4年前から毎年1月に公民館講座を1週間にわたって開設し、5名を限定に広めています。

「普段は副業的につくっているだけなので、これからは特に若い人に技術を伝承させていくことが私の責任だと思っています」と稲村さんは笑顔で話します。



## 刺すほどに湧いてくるイメージ



GONOHE LIFE  
**04**  
 — 南部菱刺し —  
 高橋 博子さん  
 AGE 66



その昔、農民が労働着として着た衣服は麻布でした。麻を栽培して糸を紡ぎ、衣服をつくっていました。しかし、麻布は擦り切れやすく、寒いので、対策として生まれたのが南部の「菱刺し」と津軽の「こぎん刺し」。山形県の「庄内刺し子」を合わせて「日本三大刺し子」といわれています。

菱刺しの発祥は五戸地方となっておりますが、起源ははっきりしていません。一説には150年以上といわれています。最初は単純な模様だったのが、次第に複雑になって発達し、浅葱色の麻布地に木綿糸で2・4・6と偶数目に刺し綴った幾何学模様の「南部菱刺し」になっていくのです。

菱枠の中に様々な模様が美しく刺され、今では県の伝統工芸に指定されている「南部菱刺し」。

基本となる模様は約100種もあり、さらに変化させた模様は400種以上ともいわれています。その模様に魅せられ、刺し綴っている人のひとりが高橋博子さんです。「若い頃から母から聞いて知っていたのですが、それがどういうものか理解できず、どこで教えてもらえるのかも分かりませんでした。」

きっかけは菱刺し作家である天羽やよい氏の公民館講座でした。初めて見た菱刺しに、果たして自分でできるのか、覚えるには何十年もかかるのではという不安があったといいます。しかし、基本を覚えるのに半年、2年目から思った模様が刺せるようになったそうです。

菱刺しを初めて23年になる高橋さん。その工房が街の一角にあります。「南部菱刺し 遊」の看板に、菱刺し模様をあしらった外壁からドアを開けると、工房内に所狭しと作品が飾られています。

なかでも目を引くのは、天井から吊り下げられている大きなタペストリー。15年ほど前の作品展の時に刺した初めての大作で、約3ヶ月を費やした作品です。高橋さん

の作品は、麻布全面に模様を刺していく総刺しという手法。県内外から訪れる人も多く、「五戸にはこんなすごいものがあるのか」と驚き、そして感動していくのだそうです。「ここで時間が経つのも忘れるほど、ワクワクしながら刺しているんですよ。麻布に刺しながらイメージがどんどん湧いて、それがまた楽しくて」と生き生きと高橋さんは話します。

刺すこともそうですが、もうひとつの楽しみが木綿糸をタマネギやアジサイ、りんごの葉での草木染め。染めも奥が深いのが魅力で、納得した色に染め上げるまで10年かかったといいます。その色は30色以上。

高橋さんは現在、10名ほどの生徒さんに教えているのだそうです。が、伝統工芸でもあり町の大切な宝であるこの「南部菱刺し」を、もつと若い人にも覚えて欲しいという思いがあります。「やろうと思えば誰だってできます。これでいいという終わりが無いのが面白いんですよ」と高橋さんは微笑みます。

「自分らしさ」を大切に  
ちよっぴりスローな生き方



てましたからね。

形のいい木を見つければ、川で綺麗な石を拾う、粗大ゴミから古いものを探し出す……それが子供時代の三浦さんにとって、一番楽しい遊びでした。その時に夢中になったコトやモノを、合わせた仕事をしたいと辿り着いたのが、流木や住宅廃材を活かした今のスタイルです。Ecoの家具や雑貨は、海岸に流れ着くまでの道のりや、道具として使われてきた歴史が滲み出るような雰囲気を感じられます。

ここまで説明をしておきながら

加えるのも難ですが、Ecoは家具屋ではありません。庭づくりに店舗のコーディネート、草刈りやゴミ片付けなど、三浦さんが言うには、楽しい生活のためにお手伝いをする「御用聞き」なのだそうです。「今の環境が身の丈に合っています。食べ物も普通、家も普通、仕事は食べていけたら充分。相手を羨むこと無く、自分たちの気持ちいい生活が続けられたらいい。坂が多い町も中々ないと思うし、派手さはないけど風景も味があります。こんな生活をするなら五戸はピッ

タリだと思っよ。」  
五戸に生まれ、五戸に育てられ、五戸大好き人間の三浦さん。近ごろ意識しているのが、若い子たちに「大人は楽しそう」と思われる生き方です。「親父も祖父も職人だったので、毎晩ドンチャン騒ぎ。大人だけズルいって思う反面、楽しそうに見えました。今は娘に『楽しそうでズルい』って言われます」と三浦さん。田舎は何もないから東京へ出るのではなく、田舎でも出来ることを伝えるのが、三浦さんの大人の役目なのです。

五戸町にはものづくりに携わる人が多く住んでいます。畳職人や昔ながらのせんべいをつくる職人さらにはスペースシャトルの部品をつくる職人技を持つ人も。特に大工と言えば五戸で、古くから「五戸大工は腕がいい」と重宝されてきました。

祖父は宮大工、父は建具職人という家系に生まれた三浦孝之さんも、ものづくりをライフワークにするひとり。Eco(ラウラ)という屋号を掲げて、木を使った家具や雑貨の製作をしながら、休日には家族とサーフィンをするという気持ちよい五戸ライフを過ごしています。

そんな三浦さん、以前は会社勤めをしていましたが「好きなことをして暮らしたい」と思いつつも、仕事に追われる日々を過ごしていました。ある日、忙しさがたたったのか、体調を崩してしまいます。「入院してる間に『子供の頃はなんであんなに楽しかったのか』と考えました。それは自分が好きなことを、本気でやってたからだと思う。社会では自分を抑えて過ごし





ために帰ってくる人もいるし、祭りのために地元に残る人もいます。私の主人のように、一度県外へ就職したけれど、祭りが好きでUターンする人もいますよ。祭りが好きで結婚されたという鳥谷部さん。そのご主人は、今では祭りの責任者を務めているそうです。

祭り初日はお通り、中日が歴史みらいパークでの山車夜間競演、3日目はお選りで、喧嘩太鼓も行われます。お通りとお選りの山車運行は町内約4キロのコースを4時間かけてゆっくり練り歩き、途中で参加者たちが輪になってニシン漁の様子をあらわす「沖揚げ音頭」を即興の歌詞で歌い、踊



GONOHE LIFE  
06  
— お祭り女子 —  
鳥谷部 郁子さん  
AGE 30

るのです。

祭り運行で、大きな見どころとなっているのが、数カ所ある急な坂道の運行です。「坂の町」といわれるほど勾配が多い五戸町内。中でも長さ約250メートルの難所「堀合の坂」では、大勢の見物客が見守るなか、各山車組は力強くテンポの早いお囃子とともに、氣勢を上げながら坂を駆け上るのですが、その光景は壮観そのもの。

「その時は高校生たちも次々と来て、山車を引っ張り上げるのを手伝ってくれます。上り切ると『やったー』という気持ちになりますよ。最終日の喧嘩太鼓も心待ちにしている人もいて、それだけでも見たい！というお年寄りも多いんです。」

小学校6年生の時には小太鼓、中学生では大太鼓や笛をやった鳥谷部さん。自分の子供も祭りが大好きで、お祭り一家になってしまっていると笑います。

山車作りが始まるのは6月頃から。鳥谷部さんの「蜷川学区お祭り会」では、毎年オリジナルティが強いので、昨年の題材は携帯電話会社のCMを模した「三

## いつもは静かな五戸が熱気に包まれる日



「7月になると祭り囃子の練習が聞こえてくるのですが、音を聞いただけで、ウズウズします。そう話す鳥谷部郁子さんは、八戸三社大祭から始まり、県内外の祭りを見て歩く、祭り大好き女子です。」

五穀豊穣を祈る「五戸まつり」は、毎年8月下旬、3日間にわたって行われます。昔はみこし渡御だったのが、1870年頃に行列が行われるようになり、明治中頃から山車が参加するようになったといわれています。

山車は各町内から10台参加。子供たちの小太鼓と中学生の大太鼓に笛のお囃子が付きます。山車は「岩山車」と呼ばれ、竹や紙などで岩場をつくるのが伝統で、それに飾り付けをしていくのですが、それぞれの山車は豪華絢爛です。

この祭りが大好きで、この日の

太郎物語く桃太郎かぐや姫をめぐる」でした。

「祭りで面白いのは、子供よりも大人たちがはしゃいでるところ。あのガヤガヤした雰囲気とか、年齢に関係なく無礼講になるのが楽しい。町を挙げて祭りを盛り上げています。それは自慢だし誇りでもあります。それは自慢だし誇りでもありません。」

近年は少子化の影響で子供の参

加者が減ったり、町外から移り住んだ人が「参加したいけど、どうすればいいかわからない」という現状もあるそう。「そんな時は私もいいし、町の人に声をかけてくれたらすぐに教えてくれるよ」と鳥谷部さん。

見てよし、参加してなお良しの五戸まつりなのです。



## 倉石牛



酪農が盛んな倉石地区から生まれたブランド牛です。とろけるような味わいと霜降りが特徴で、毎年恒例の「倉石牛肉まつり」は、多くの人で賑わいます。

## なんばんみそ

大根、ニンジン、シソの実などを細かく刻んで唐辛子と醗（もろみ）に漬け込んだピリリと辛い漬物です。五戸の家庭には、冷蔵庫にたいていこれが入っているとか…。



## サッカー好き



「サッカーのことになると、特に熱くなる」という五戸の人達。海はないがビーチサッカーチームもあり、東北

で唯一のサンドコートをつくったほど。過去にはJリーグチームの合宿地として誘致するなど、サッカーに対する情熱はすごいです。

## 生活費が安い

都会に比べると、生活費は少なくて済みます。中でも驚くのは食費。高いお金を出さなくてもおいしい素材が揃っているし、お隣さんが野菜をおすそ分けしてくれるなど、田舎ならではの喜びがあります。

## 五戸川

五戸町の中心部を流れる「五戸川」は、町のシンボルでもあり、豊かな恵みを与えています。夏には川の環境づくりの一環として、園児たちと一緒にイワナとヤマメの放流会も行われています。



## 農業が盛ん！



米はもちろん、ナガイモやニンニク、アビオスといった根菜のほか、りんご、大豆、そばなどの雑穀もつくられています。就農を考えて移住する若者も増えていて、まだまだ広がりを見せそうです。

## 坂道が多い！



高台に開けた町なので、いくつも坂があり、八幡坂、四ツ谷坂、堀合坂、八景坂など名前がついています。坂が多い地形からか、足腰の強いお年寄りが多いとも言われています。

## 五戸まきば温泉



昭和51年にオープンし、平成18年に宿泊施設と露天風呂がつくられました。温泉にゆったり浸って日頃の疲れを癒やしたり、美容や健康維持を考えた「断食宿泊プラン」も行っているため、女性にもおすすめの温泉です。

## 町民いこいの場 五戸町図書館



およそ10万冊以上の蔵書がある大きな図書館です。木でできた館内は落ち着いた雰囲気、入口に入ってすぐ絵本などの児童書があり、子ども達が遊べるスペースも。中央には、DVDなどの視聴覚コーナーがあったり、畳の座敷スペースまで完備されています。勉強をする学生から子連れの家族、お年寄りまでたくさんの町民が利用する図書館です。

# 五戸町って？

趣味をつきつめた  
プロフェッショナルが多い  
その為か、職人も多く輩出。  
国産初の旅客機YS11の生みの親、  
木村秀政氏は五戸町名誉町民。

奥ゆかしいけど

熱いものを秘めている…

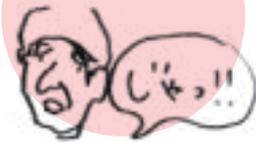
「私なんか」と謙遜しておきながら、  
実は自分の持つ技に自信があったり…  
大々的に自分をアピールしません。

驚くほど「三浦」が多い  
(小・中はだいたい下の名前と呼ばれる)



五戸の人  
あるある

おじいちゃんが驚いた時  
「じゃっ！」と言う



町民から2人  
オリンピック出場!

2016リオオリンピック  
レスリング銀メダル 太田忍選手  
U23 サッカー日本代表  
手倉森誠監督

五戸  
豆ちしき

人口 約 17,000 人

総面積 177.67km<sup>2</sup> (東京ドーム  
約3700個分)

### 気候

豪雪地帯までいきませんが、冬は雪も降りますし、  
寒いです!夏には冷たいヤマセが吹くこともあり、  
時には農作物に影響をおよぼすことも。  
しかし、気温の寒暖差が少なく、涼しい夏を迎え  
られる利点も!災害もほとんどありません。

### ゆるキャラ

地域のゆるキャラとしてはなか  
なかオリティの高い「ばおる  
くん」。幼なじみの女の子「みら  
いちゃん」もいます。



### 祭・イベント

8月に行われる「五戸まつり」や「倉牛牛肉まつり」、  
冬のイルミネーションなど年間を通してイベ  
ントは豊富です。月イチで行われている「ピクニック  
マーケット」は充実した内容で、町の人にも人  
気です。

### 子育て

イベントがある時は、赤ちゃんルームを設けたり  
託児所があったり、子育て中のお母さんも参加し  
やすい!図書館も親子で利用しやすいと評判で、  
お母さんお父さんに優しい町です。

Q 農業を始めたい!けど何も分からない…

A 青年就農ステップアップ支援事業というものが  
あります。  
支援金を最長3年間(1年目:60万円、2年目:  
30万円、3年目:18万円(夫婦の場合は1.5倍の額))  
交付しています。  
条件としては、  
■経営開始日時点で45歳未満、かつ、経営開始後  
8年以内の認定新規就農者または認定農業者。

町には若い農家の方と交流する場があるので、初  
心者の方でも安心して就農できます。  
五戸はグリーンツーリズムも盛んなので、実際に  
農作業を体験して雰囲気を生で感じてみましょう。

Q 移住にあたって何か制度はありますか?

A 子育て世代がアパート等を借りて町に居住する場  
合、月額最大20,000円の家賃補助が出ます。  
【条件】  
①夫婦のいずれかが満18歳以上満40歳未満の若  
者夫婦世帯であること。  
②家賃補助の受給終了後も、2年以上継続して町  
内に定住を確約できること。  
③五戸町に住所を有し、町内の民間賃貸住宅に居  
住していること。  
…など。

Q 暮らすにあたって、必要なものは?

A ストーブと雪かき道具、それと車は必須です。

## 移住 の ギモン

実際に住むなら、どんな  
制度があって、何が必要  
か。実際に移住した人の  
体験談もふまえて、移住  
の疑問をまとめました。

困ったことがあれば役場に相談しましょう。  
どんなことでも親身になってくれます。

移住に関するお問い合わせは  
五戸町役場  
☎0178-62-2111(代表)

まず一度、お気軽に  
ご連絡ください!

青森県に辿り着いたら五戸までもうすぐ。五戸には駅がないので、バスでの移動になります。ただし本数が限られているので、色々な場所を見て回るのは難しいかも。一旦五戸に来たら、八戸まで戻ってから次の目的地へ向かう、というパターンになります。レンタカーであれば町内を隈なく見たついでに、近隣の市町村も一緒に堪能することができます。



電車で八戸駅まで  
 新青森駅 → 27分 (東北新幹線)  
 青森駅 → 1時間33分 (青い森鉄道)

バスで五戸まで  
 八戸駅 → 約40分 (南部バス)

車で五戸まで  
 青森空港 → 約1時間40分  
 三沢空港 → 約50分  
 八戸駅 → 約20分  
 八戸IC → 約30分

五戸から車で各地へ  
 十和田市まで → 約30分  
 十和田湖まで → 約1時間30分  
 弘前まで → 約2時間30分  
 むつまで → 約2時間10分  
 岩手県盛岡市まで → 約2時間

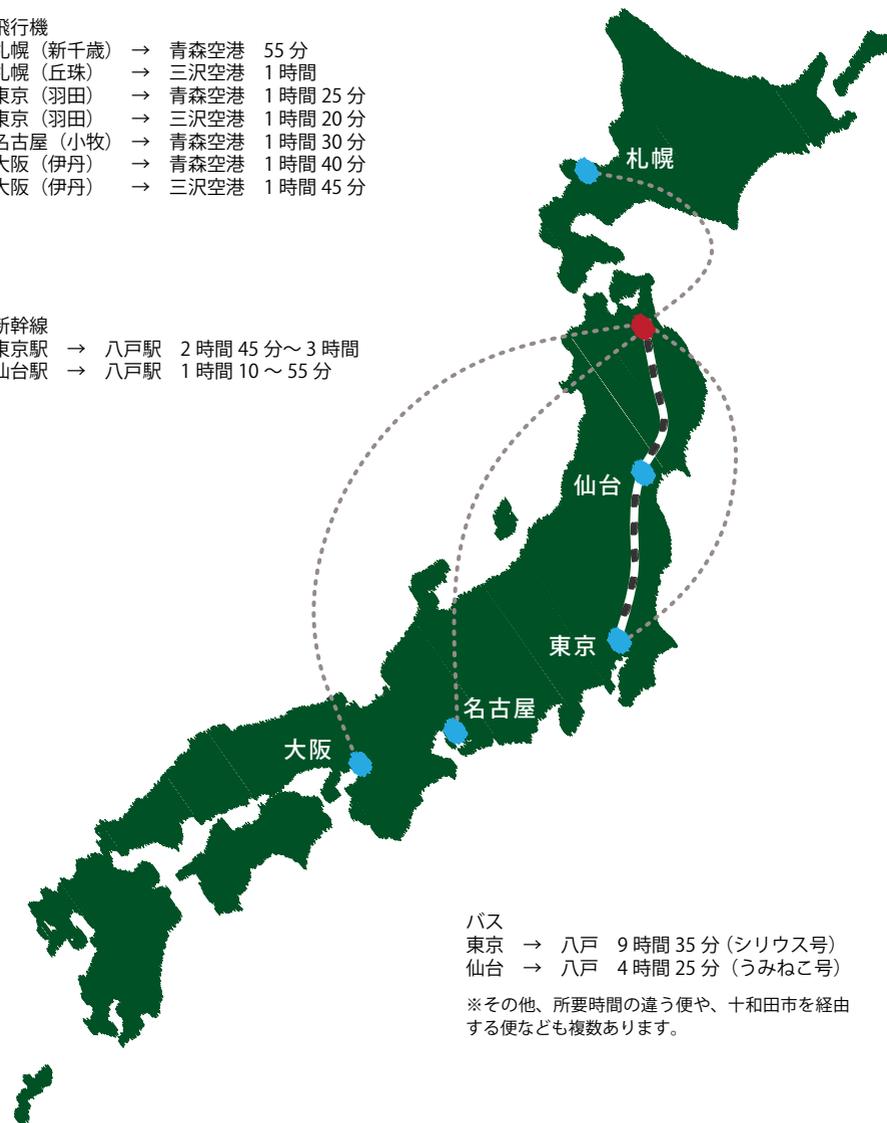
※青森県は雪国です。太平洋側は雪が少ないですが、時にはどっさり積もるし、凍結もするので油断は禁物。冬は記載の時間通りに移動できないので、余裕をもって行動しましょう。

## GONOHE ACCESS MAP

公共交通機関を利用して県外から五戸町に来る場合、直接アクセスすることは出来ません。まずは青森県を目掛けて予定を立てましょう。飛行機なら青森空港か三沢空港、新幹線なら八戸駅での下車がオススメ。節約したいときは高速バスを利用するのもいいかもしれません。

飛行機  
 札幌 (新千歳) → 青森空港 55分  
 札幌 (丘珠) → 三沢空港 1時間  
 東京 (羽田) → 青森空港 1時間25分  
 東京 (羽田) → 三沢空港 1時間20分  
 名古屋 (小牧) → 青森空港 1時間30分  
 大阪 (伊丹) → 青森空港 1時間40分  
 大阪 (伊丹) → 三沢空港 1時間45分

新幹線  
 東京駅 → 八戸駅 2時間45分～3時間  
 仙台駅 → 八戸駅 1時間10～55分



バス  
 東京 → 八戸 9時間35分 (シリウス号)  
 仙台 → 八戸 4時間25分 (うみねこ号)

※その他、所要時間の違う便や、十和田市を經由する便なども複数あります。