

すそみ点滅交差点

秋のご馳走 つぼふかし



つぼふかしって、何やら楽しそうな名前ですねー。明治の頃から現在も、白井の集落にだけ残されている伝統的な食べ物だそうです。今では一連の農作業は、ほとんど機械で出来るようになりましたが、以前は近所で助けあって行っていました。もみなどを大きい臼に入れてひいた時に、こぼれたり飛び散ったりしたるち米やもち米を、女性た

ちが大事に集めておいて、蒸してご飯にしたものが、つぼふかしです。



白井の杉田さん

もち米とうるち米を半々位の割合で混ぜ、その中に大根の葉をきざんだものを加えるのが特徴です。

筑波の食事について詳しく、語りべでもある白井の杉田さん(82)は、「昔はね、普段は麦入りのご飯を食べていたから、つぼふかしは最高においしかったわね。重箱につめて近所に配つたりするの」と、大好きなつぼふかしの話をしてくださいました。一粒の米も大切にしようと思つて、人々の気持ちがおめられているつぼふかしは、現在も白井の人々の手で作り続けられています。純白の米の中に大根の緑の葉が美しい、やさしい秋のご馳走です。

上野節子(小沢地区)

つぼふかしの作り方

もち米とうるち米を半々位の割合で混ぜ、30分以上水に浸しておきます。

大根の葉(適宜)は、細かくきざんでおきます。

水気をきったもち米とうるち米を蒸し器に入れ、大根の葉と合わせて蒸します。

つぼふかしは、真白なお米のおいしさと、大根の葉の香りがするやさしい味のご飯です。おかずには、具だくさんのけんちん汁、しっかり味のついたサンマの煮つけやキンピラごぼう、浅漬のキュウリなどがよくあいます。



料理は鮭川隆雄さん一家(白井地区)にご協力いただきました。

すそみフスケツチ

橋の薫る里

福来みかん再考

万葉集東歌防人の歌の中に橋の香る故郷筑波山を懐かしむ歌がある。今から千三百年前、筑波の里は初夏には橋の香りに包まれていたのである。橋は現代の福来みかんのこと。筑波橋、筑波みかんとも呼ばれ、筑波山みやげの代表品である。神の山、神の里、豊かな自然。古からここは人々の五感を刺激し、心を癒す土地であったに違いない。早春には梅の香、初夏には橋の薫る安らぎの里としてこれからも大切にしたいものである。

石井博子(神郡地区)

編集を終えて.....

筑波山中腹の筑波地区では、家々が福来みかんを植えて「福来みかんの郷」をつくり、特産品にも活用しようとして「筑波福来みかん保存会」ができたそうです。白滝古道復活へ向けて田井地区でも活動がはじまりました。住む人も訪れる人も楽しく元気になる地域づくりの芽があちこちで育ち始めたようですね。これからは「すそみろく」レポートしますので応援してください。(T)

「すそみろく」は全茨城県地域貢献助成事業、都市と農村を結ぶ「すそみの森」づくりの一環として一部助成をいただいています。



第5号

筑波山の山麓一帯を「すそみ」と名づけました

第5号(平成19年10月30日) 発行・すそみろく編集委員会 TEL029-863-5151(NPO法人つくば環境フォーラム内)

秋を探して

白滝古道を歩く.....

9月4日(火)暑い暑い快晴の空のもと、つくば道以前の古の道を白滝をめざして歩いてみました。歩いたのは、特別に参加いただいた筑波神社の田中泰一宮司とすそみろく編集委員有志の合計9名のメンバーです。

白滝が美しく見えるとつておきの場所がある」と、情報を持ってきた鮭川隆雄編集委員。「そう言えば昔は白滝は観光地だった」、「つくば道以外にも道はたくさんあったんですよ」——編集会議は、今や失われつつある古の道の話題で盛り上がりしました。六所神社や白滝は、それこそ大勢の人々で賑わった時代があったはず。鮭川委員を案内人として(以下、隊長とは彼のこと)すそみろく編集委員一同は、白滝の絶景スポットをめざして歩くことになりました。

隊長宅に集合し、つくば道を東にそれて山に入りました。道はもちろん舗装されていません。人が歩くので踏み固められてどつやらの道は体裁を保っていますが、夏草が生い茂っている道です。両側には丈の高い草木があるので、それを分け入って進んで行くといった具合。長袖、長ズボン、帽子といったいでたちは正解でした。また、鎌や剪定ばさみ、杖



白滝古道探検隊(?)のメンバーです

も役にたちました。大汗をかきながらの山登りでしたが、夏草の中にはもうそこかしこに秋の気配が。秋の草花が可憐に咲き出していたのには大感激。そして、不意に視界が開けたと思つと、左手には二峰の勇姿がくつと迫り、右手には蚕影神社の鬱蒼とした山の森。手前は一面のすすき。収穫を終えた棚田の風景にも出会つていきました。

休憩をとったのは、夫女ケ石。この石が置かれている一帯は、夫女ケ

おんちサポーター

敬称略

つくば市筑波 筑波区長	齋藤靖夫
つくば市白井	菊地都
つくば市神郡	石井定爾
つくば市神郡 600年祭の振興法務	飯田猷子
つくば市神郡	池田牧子
つくば市白井	鮭川隆雄
つくば市神郡	普門寺
つくば市神郡	みたらい農園
つくば市小沢	筑波の百草園
つくば市神郡 多国籍料理の店	塩梅
有限会社 インテリア21	原武志
(株) 白い雲パブリケーションズ	
(株) 秋田雅之建築・都市環境研究所	
(株) EMI 確認検査機構 代表取締役 松井孝雄	
(有) つくばインキュベーションラボ	

私たちが応援してます!

趣のある古道を進みます



白滝に到着

所神社跡へ。宮山の中でも、鎌や剪定ばさみが

原とって、古代の嬉歌(歌垣)が行われていた場所と考えられているのだそうです。この広大な原っぱで、筑波山を眺め男女が集ったのかと、しばし想像。

そして今度は、ふれあいの里の中を進んでいきます。舗装道路...と思つたのもつかの間、隊長が指し示す右手の横道へ。すると、すぐにガマ石が姿を現わしました。これは、山頂にある有名なガマ石と違い、知る人ぞ知るもう一つのガマ石です。細い道を下っていくと水の音。そして、いよいよ白滝がその優美な姿を現わしました。深い木々の森の中の滝の姿はほんとうに美しく、近づいて滝からの水の流れに手を浸してみると、なんと冷たかったことか。ここで休憩、昼食後、滝の上にある白滝神社へ。苔むした大岩の上に建つ神社は神秘的でした。ここで田中宮司より、お話をいただきました。帰り道は、宮山を下り、解散地である六

すそみの花嫁

茅葺き古民家で結婚披露宴

「すそみろく」第3号でお伝えした再生茅葺き民家、「六所の家」でさる9月2日、結婚披露宴が催されました。花嫁は、「すそみろく」編集メンバーの居島真紀さん。この地域に伝わる花嫁を迎える儀式「提灯取り替え」の古式を再現。新郎の関根義徳さんともども温かく迎えられました。家のオーナーの入澤美時さんも「願ったり」と終始ご満悦でした。野末たく（編集部）



軽トラを運転して入場してきた花嫁を地元に伝わる「提灯取り替え」で迎えた子どもたち。

大勢で往復したことで、宮山まではずっかり道になりました。集合した六所児童館にもどって、今後の整備についての話し合いをしました。道沿いの林はかつて新炭林として利用されていた雑木林・松林とスギ・ヒノキの植林地ですが、手入れ不足で大変暗くなっています。昔は宮山の頂上からは筑波山も見え景色がよ



区長さんの奥様手作りの昼食をいただきながら話し合い

かったとのこと、手入れをして昔の景色を取り戻したいという声がたくさん聞かれました。宮山から先には松枯れ跡地があり、倒木が道をふさいでいます。今後は、地区外の応援団も募って、白滝への山道の整備や森の手入れ活動をしていこうということになりました。また、山の手入れで出た材を薪にしたり、スギ・ヒノキの間伐材を足場丸太に加工したりして利用を考え、材の地域循環についても検討していくことになりました。次回は11月17日の予定です。皆様の参加よろしく願っています。田中ひとみつくば環境フォーラム

白滝古道 探検マップ



白滝神社
鎮座地・つくば市白井字白滝 2099 / 祭神・日本武尊 / 祭祀・8月28日 / 境内・2,429坪 / 由緒沿革・不詳 / 日本武尊東征の折、鬱蒼と茂る山道に行く先見失ったとき、白滝から飛び立った白鳥に導かれ、目的地行くことができたので、神社を寄進したとの言い伝えあり。また、『筑波誌』（明治14年 杉山友章著）に、「此瀧は風癩病に特効ありとて、多くの人來たりて、瀧に浴する」と記されている。森田源美（白滝神社総代）

大活躍でした。途中、名もなき滝を発見。人家がもうすぐという所。昔はここで遊べたのだとか。実際山道を歩いて感じたことは、山に人の手が入らなくなっているということ。生活の一部として活

用されていた山から人々が離れてしまっているということです。かつては美しく整えられていた山中の姿が忘れられてしまつのは哀しいことだと感じました。遮那ひろみ（神郡地区）

10.11.12

すそみ歳事記

お話：櫻井誠さん
聞き手：里山建築研究所 居島 上野

- 10月 10日 イノコロモチ 最初の亥の日に餅をつき神棚にそなえる。害虫を食べてくれる蛙への供養とも「カエルのモチシヨイ」として蛙がこの餅を背負って冬眠するともいわれている。
- 23日 マチ 集落の守り神の例大祭日。作物収穫の感謝と集落の安寧、繁栄を祈願する神祭り。前々日頃には、ついた餅を親戚に配り「マチ呼び」をする。
- 11月 1日 筑波山神社の御座替り祭 七五三の祝 氏神様 割竹と藁で祠を作り替え、屋敷氏神に御幣をあげ赤飯を供える。
- 12月 1日 カワピタリ（カピタリ餅）水難除行事。餅を水神様に供える。河童に引き込まれないよう川、堀に餅を投げ入れる。
- 8日 こと八日（登神様のお祭り）2月8日の「コトハジメ」に対して「コトオサメ」。笹を束ねた3本足の台座に、うどん又は白米飯を供え、表玄関、南側の庭に置く。（2月は裏玄関、勝手口）エビス講 そば又は白米飯を用意し、恵比寿、大黒様の掛け物をかけ二ツ膳を供えて尾頭付き魚をあげる。
- 20日



松枯れ跡地で専門員から説明を受ける

白滝古道復活に向けて 9月29日、「すそみの森づくり・古道復活ワークショップ」が行われました。あいにくの雨の中、地元田井地区の方々、六所万葉の里保存会のメンバー、「すそみろく」実行委員、つくば環境フォーラムの関係者など25人が集まり、茨城県南地方総合事務所林務課の細田浩司氏より、森林整備の仕方や、安全な作業方法についての講義を受けました。その後、小雨になったので、六所神社跡より白滝へ登る昔の道をたどって歩きました。鎌や鋸、剪定ハサミなどを手に、道をふさぐ籐や低木を刈りながら宮山の頂上を目指しました。雨が降ってしまったので、予定していた倒木処理は見合わせましたが、

インフォメーション

「すそみの森づくり」ボランティア募集 昔の里山をとりもどす活動にご参加ください。雑木林の下刈り、間伐、山道整備など。初心者歓迎。昼食に地元食材の炊き出しがあります。/ 11月17日（土）9時半～15時、六所児童館集合 / 「問」つくば環境フォーラム 029-86635151

田井の里の秋祭り 11月23・24日 / 神郡の2つの石倉とくば道沿道を会場に、筑波山三十六景 木版画展、瓦あかりのブロムナード、竹細工たくみの技の紹介、農産物販売 など

筑波山麓自然学校 森のガイドウォーク 「紅葉の森に行こう」 11月10日（土）12時半 / ネイチャーガイドの案内 オリジナル落ち葉図鑑づくり / 参加費 700円（おにぎり弁当付き） 親子で自然体験 「焚き火とクリスマススクラフト」 12月1日（土）10～15時 / ネイチャーゲームで森の散策、自然素材のクラフト、焚き火で焼いたパンと大鍋シチユウの昼食、焼き芋など / 参加費 900円（昼食付き） / 「問」筑波ふれあいの里 029-8661519



絵：菊地薫（田井小学校 5年）

心がなごむ庭づくり

庭石、筑波石、各種とりそろえてあります

飯村造園資材

つくば市白井 1747-2 TEL 029-866-1678 お気軽にご相談ください