



震災後のふれあいから生まれ

しっかりと中越に根を張った「食」



—特集「震災で生まれた食」より—

被災した地域を応援してきた多くの支援者がふれあい、時に化学反応のように新しいものが生まれている。

contents

P2-5 特集

震災で生まれた食

中越地震をきっかけに生まれた各地の食を紹介

P6

シリーズ 人

柏崎市 須田 貴子 さん

P7 シリーズ 防災教育の現場から 第13回 「防災教育スイッチ」リニューアル

P8 シリーズ4コマまんが、インフォメーション、施設のご案内、会員募集

特集

震災で 生まれた食

中越大震災から一三年。

未曾有の大災害は多くの尊い命を奪い、人々の暮らし、街並みを壊した。

一方、大震災は多くの教訓と経験を残し、

人々は励ましあい、互いに声をかけあつて、困難を乗り越えてきた。

地域が再び蘇るとき、地域を支えてきた人々とともに、被災した地域を応援してきた多くの支援者がふれあい、時に化学反応のように新しいものが生まれている。

そんなふれあいから生まれ、

しっかりと中越に根を張った「食」を紹介してみたい。

取材・文

小千谷地域 おぢや震災ミュージアムそなえ館 赤塚雅之

山古志地域 やまこし復興交流館おらたる 関将慶・川上沙織

川口地域 川口きずな館 中村充



「ぜんまい煮」は一年を通して食卓に登場する



夏の名物「茄子の揚げびたし」



「野菜の天ぷら」は集落で採れる野菜をできるだけシンプルに調理



利用者と住民と一緒に踊り交流を育む

小千谷市 若栃 農家民宿 おっこの木

中越大地震が村を変えた。この言葉がこれほど当てはまる集落は他にどれほどあるだろうか。それも人口減少や過疎化というネガティブな要素を摘み出しての話ではない。言葉遊びではないが、地震からの復興過程で手に入れたものが、この村に暮らす人の心持ちに文字通り自信と未来への希望を植えたのである。

農家民宿「おっこの木」もその舞台装置のひとつである。震災で傾きかけた集落随一の古民家を改修し、有志のメンバーで民宿経営を始めた。約三五軒一〇〇人強が暮らす小さな村に、人口の何倍もの宿泊者が一年で訪れる。施設をきれいに保ち、村で採れる野菜などの食材を村に暮らすお母さんたちが味付けする。昔から受け継がれてきたとても素朴である意味質素な味わい。

宿に備え付けてある感想ノートには「親戚の家に泊まりに来たような感覚でのんびり過ごせた」「料理の数がたくさんあって普段なら食べきれないほどだったけど、おいしくて全部食べ切っちゃった自分にびっくり！」など民宿を営むものにはこれ以上ない褒め言葉が並ぶ。

そこにあるものを、そこに暮らす人がほんの少しだけ手を加え、宿泊者と一緒に分かちあう。「そんなことしかできない」とこぼす村のスタッフからは、しかしこのやり方で今まで多くの宿泊客をもてなしてきたことへの自信の様相が見て取れる。

一軒また一軒と年を追うごとに減っていく家々を憂いながら、それでも未来を語ることをやめない若栃で、村人と自慢の田舎料理を囲みながら過ごす時間をぜひ味わっていたきたい。



「震災後、多くの人を受け入れている「おっこの木」

農家民宿 おっこの木

住所 新潟県小千谷市真人町戊二五二八
電話 〇二五八―八六―七九九八



イベントでの出張もち搗き



切り餅の袋詰め



搗き立ての餅

小千谷市 東山 東山五人杵搗き餅保存会

中越地震の前と後。その時間軸の中から地域を覗いてみた時に、他の被災地同様大きな変化を経験した東山。今まであった世帯数が半減するという激しい人口の減少を経た中で、東山の未来を担う人材の育成に一役買っているのが東山五人杵搗き餅保存会である。

鯉の池上げ、正月、子供の誕生など、かつて東山でハレの舞台の際に振舞われていた「縁起物」である五人杵搗き餅が震災復興の一つの取組みとして復活して早九年。臼の素材で日本一堅い木として名高いオノオレカンバは苗場山中から切り出されたもので、東山のイッギをむき肌のまま使用する杵、地区の棚田で収穫されたコガネモチに地区の若者を中心に構成される搗き手が加わり、文字通り東山の餅として広く認知されるようになった。餅が臼の中で回りだす独特の手法で5人の搗き手が順々に杵をおろし、最後に全員で杵を餅にひねりこんでのばす餅の花咲かせの光景は東山の季節の風物詩になっている。

「搗き」の作業をする若手の男性以外にも、米を「蒸す」、餅を「のす・切る」「袋に詰める」「発送する」という工程それぞれに老若男女様々な世代が協力し合い五人杵搗き餅はつくりあげられている。

東山の餅が、非常にコシが強く滑らかな触感に仕上がるのは、単に返し水を使用しないからというだけではなく、搗くものの力強さとそれを食べる人に届けるまでの保存会一人ひとりのきめ細やかな心配りが行き届いているからこそといえるのではないだろうか。

東山五人杵つき問合せ

おぢや震災ミュージアムそなえ館

電話 〇二五八―八九―七四八〇

長岡市山古志 小太郎サイダー



山古志地域の特産品「かぐら南蜜（※）」の魅力をもっと多くの人に知ってもらいたいと開発された。山古志産のかぐら南蜜を原料に使用し、山古志地域のキャラクター「小太郎」をパッケージにデザインした。

「癖になる辛さ」のREDと「すっきり炭酸」のGREENの二種類あり、それぞれ違った味わいがある。焼酎割りが美味しいというお客様の声もある。是非お試しください。やまこし復興交流館おらたるにて販売中。

長岡市山古志 やまこし汁



山古志の魂を表そうと、巨大な肉団子の中に特産のかぐら南蜜味噌を入れて包むという地域の中学生のアイデアが盛り込まれた。こんな子どもたちの想いに、地域のお母さん方も心から協力し、震災から四年を迎える一〇月二三日にお披露目された。

現在は地域内外でのイベント、民宿や古志高原スキー場のロッジにて提供されている。

長岡市山古志 山古志弁当



山古志弁当はただ単にお惣菜を詰め込んだお弁当ではない。ここに詰め込んだのは、ふるさと「山古志」への想いと「感謝」の想いだ。山古志へ帰ってきたこと。田畑を耕し、こんなにも美しい食材をふたたび収穫できるようになったこと。旬の味や郷土の味を詰め込むことで山古志の元気を届けたい。どうすれば自らの手で、山古志らしいおもてなしを届けられるのか。連日、それぞれの想いを詰め込んだ弁当の試作を重ねた。震災から五年を迎える平成二〇年一〇月二三日に販売を開始した山古志弁当は、今も食する人々に思いを届け続けている。

山古志地域の「食」問合せ

やまこし復興交流館おらたる

電話〇二五八―四一―二二三



※かぐらなんばんとは唐辛子の一種。肉厚でビリリとした爽やかな辛味が特徴。しわの寄ったゴツゴツとした形をしており、その形が神楽面に似ていることから「かぐら」の名が付いたと言われている。

長岡市川口木沢 木沢震災米



中越大地震の震源地は、とある私有地の田んぼだった。当時は、震災の影響で田んぼが荒れてしまい、耕作の継続は困難かと思われた。しかし、現在もその田んぼは残っており、そこで収穫されたお米を「震災米」と名付け、地域内外問わず親しまれている。

二〇〇四年に廃校となった木沢小学校を再活用した宿泊施設「やまぼうし」で、木沢集落で採れた野菜や山菜と一緒に提供されているほか、道の駅等で販売もされている。

やまぼうしは一泊二食付き五九〇〇円で一室五名〜十名まで宿泊可能。

※要予約



長岡市川口木沢 木沢震災ピザ



木沢集落にお住まいの平澤勝幸さんが、オール栃木で出店されていたブースをヒントに、平成二二年からスタートした木沢震災ピザ。

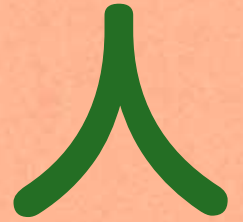
長岡造形大学の学生ボランティアと協働で開発し、今年で七年目を迎える。春は山菜、秋はきのこなど、その季節ごとに木沢集落の山の恵みを食材としてトッピングしている。

主に長岡市内で開催されるイベント（年間約四〇か所）に出店しており、売り上げは年間約一八〇〇枚。長岡のイベントで見かけたら、是非ご賞味いただきたい！

川口地域の「食」問合せ

川口きずな館

電話〇二五八―八九―三六二〇



これからの子どもたちに あの時の経験を知って欲しい
君たちは困っている人たちを救うことができる



須田 貴子

青少年健全育成市民会議の一員として、中高生向けの青少年リーダー養成講座を開催。地域の中高生に対して防災を通じた地域のリーダーづくりに注力している。現在 20 を超える役職を担い、連日子どもたちの育成に情熱を持って取り組んでいる。

―今年で中越沖地震から十年です。当日の様子はどうでしたか？

自宅で家財道具が倒れるなか、娘と助け合ってやっと外へ。すぐ近所の実家にいる母のもとへ駆けつけました。電気が大丈夫だったのでテレビをつけ、大変な状況を知りました。徐々に周りの様子も分かってきて、すぐ近所でも蔵が崩れるなど大きな被害が自分の地域にあることも分かってきました。

比角のコミュニティセンターは避難所となって、ごった返していました。コミセンにはちょうど活動で使うキャンプ用の焼きそばを用意していて、寸胴なべや皿も十分にあったので避難している人たちに使ってもらうことにしました。私の実家には井戸水もあり、電気でお湯が沸かせたので汗を流せたのが幸いでした。

そうこうしているうちに、仲間から連絡があり、比角小学校の避難所が大変なことになっていると聞きました。市役所職員が避難所から一旦撤収してしまい、運営を行う人手がとにかく足りないということで、地域の人たちの安心感のためにも、子ども育成会で避難所運営に関わることにしました。避難所運営の経験はありませんでしたが、やるしかない。どうにかしようと学校の登校日にボランティアを募集するチラシを配ったんです。それから中学生が来てくれるようになりました。とても戦力になり心強かったです。いざという時には、地域にいる中学生がとても頼りになることを実感しました。今は、こういった経験をしていない中高生がほとんどだったので、子ども達に地域が経験したこの出来事を知ってほしいと思っています。

―東日本大震災の時にも支援をされたそうですね。

取り組むきっかけは、「何かできることはないかな？」という仲間からのメールに対して、「できることをやればいんじゃないかな」と返したことがきっかけだったと思います。

避難者の方を受け入れる際に避難所のレイアウトなど任せられ、お茶飲みのスペースや、子どもの遊び場を作るなどしました。これは中越沖地震における比角小学校での経験が活かされています。

―いま、なぜ防災教育に取り組まれているのですか？

子ども会や青少年健全育成市民会議など防災教育の視点が足りないのではと感じていました。昨年度から自分の住む地域で、子どもたち向けの防災フォーラムなどを企画・運営していて「まちから」とも連携を始めています。「防災教育コーディネーター養成塾」を通じて、改めて防災教育の重要性を実感しました。防災をきっかけとして地域の中高生向けに「青少年リーダー養成講座」に取り組んだり、地域の行事に合わせて、子どもたちを対象とした「防災シンポジウム」や「ウォーキングイベント」を開催しました。

―なぜ、地域のため、子どものために働けるのですか？

私自身、子どもの時からコミセンの行事に参加していました。地域行事に参加するのは当たり前だったんです。コミセンが地域づくりを進めてきたこともあって、地域の連帯感是他よりも強いかもしれません。役をいくつつか務めています。常に皆さんから勉強させてもらっているつもりです。比角地域で安心して子育てするにはどうするか。この地域で育ったからこそ、将来も安心して暮らせる地域社会を作りたいですし、その一員でありたいと思っています。

★取材者よりひとこと

防災教育は、生きる力を育み、道徳、キャリア教育、もちろん社会や理科といった様々な教科と関連しています。子どもたちの生きる力を育むことは、地域防災力の向上にもつながり、地域づくりの根幹だと考えています。これからも地域とともに、命と地域を愛する気持ちを育む防災教育を進めていきます。

シリーズ「防災教育の現場から」 第13回「防災教育スイッチ」リニューアル

このたび、ふるさと新潟防災教育推進事業の公式ホームページである「防災教育スイッチ」が大幅にリニューアルしました。今号では、この新しくなったウェブサイトを活用いただくため、リニューアルのポイントを紹介いたします。

「防災教育スイッチ」→ <http://furusato-bousai.net/>

防災教育スイッチ  で検索



リニューアルの3つのポイント

- ①防災教育実践校の取組みの情報と使用可能な資料の入手が可能
- ②新潟県防災教育プログラムの授業ごとに必要な資料の一括ダウンロードが可能
- ③防災教育に活用できる補助金の情報と申請書 補助金を活用した学校の報告書の入手が可能

①防災教育実践校の取組みの情報と使用可能な資料の入手が可能



対象学年・実施年度・キーワードで絞り込みが可能です。
現場の課題に応じた各実践校の工夫を見ることができます。



②新潟県防災教育プログラムの

授業ごとに必要な資料の一括ダウンロードが可能

学習指導案、板書例、ワークシート、映像などボタン1つで授業に必要な資料を一括そろえられます。



一括ダウンロード

③防災教育に活用できる補助金の情報と

申請書の入手が可能

申請書の書き方や、補助金を活用した県内小・中・特別支援学校の報告書も見ることができます。



リニューアルのコンセプトは、「先生の防災教育への心理的・物理的な負担を緩和したい」「関心を持った先生のやってみようという気持ちを後押ししたい」という想いです。「防災教育に興味はあるけれど、何から始めたらよいかわからない」「とにかく手一杯で、準備にあまり時間をかけられない」といった現場の声に対して少しでも手助けとなるウェブサイトを目指しました。

このサイトでは、当機構が関わった防災教育実践校の取組みを使用可能な資料と共に随時紹介しています。また、新潟県防災教育プログラムの授業ごとに必要な資料を一括ダウンロードできるようになっており、授業を準備する際の手間が大幅に削減できます。

さらに各校二〇万円＋児童生徒数×三〇〇円の防災教育に使用できる補助金（平成三一年度までの期限付き）の情報や申請書、補助金を活用した実践校の報告書なども入手することができます。

各校の支援に携わっていると、子どもたちに災害から生き抜く力を育もうとする現場の先生の、キラリと光る工夫を目の当たりにすることがたびたびあります。授業時数の確保が難しいことへの解決方法、家庭や地域との繋がり方、大規模校での実践の仕方など、他の学校でも参考になるであろう工夫を「なるほどお手軽防災教育」と題し、ポイントを絞って紹介しています。ぜひご活用いただき、使い心地などを教えていただければ幸いです。

（地域防災力センター 松井 千明）

インフォメーション

【防災教育への見方が変わる！前向きになれる研修会のご案内】

当機構では、平成27年度より上記の実践者・研究者の方々と「防災教育の効果を明らかにする研究会」を立ち上げ議論を続けて参りました。本研修会は、「自然災害から子どもたちの命を守る」という防災教育の一義的な目的を踏まえつつ、それだけにとどまらない「防災教育だからこそその効果や可能性」の実態について共有・共感することにより、防災教育を通じて子どもたちの生きる力を育む教育活動が推進・定着・継続していくことを目的としています。

日時：平成30年2月6日（火）14:00～16:45

会場：新潟県自治会館 講堂（新潟市中央区新光町4番地1）

対象：小・中学校・中等教育学校・特別支援学校の校長・教頭・教職員・市町村教育委員会職員
地域教育コーディネーター・防災教育コーディネーター養成塾修了生・防災士等

内容：実践紹介「歩みと気づき」

魚沼市立湯之谷中学校 校長 五十嵐一浩 様

上越市立黒田小学校 校長 宮川高広 様

新潟大学教育学部附属岡小学校 副校長 松井謙太 様

パネルディスカッション「防災教育の様々な効果と可能性」

群馬大学大学院理工学府 准教授 金井昌信 様

東北大学災害科学国際研究所情報管理・社会連携部門 助教 定池祐季 様

長岡技術科学大学環境社会基盤工学専攻 准教授 松田曜子 様 実践紹介の3名様

グループワーク「これからの防災教育を考える」

申込：電話・FAX・メールのいずれかにて、①所属②職名③氏名を下記申込先へお知らせ下さい。

公益社団法人 中越防災安全推進機構（担当：松井・川上）

電話：0258-39-5525 FAX：0258-39-5526 E-mail：bousairyoku@cosss.jp



中越メモリアル回廊



中越沖メモリアル

かしわざき市民活動センター
中越沖地震メモリアル

まちから



旧公会堂の喬柏園（きょうはくえん）に市民活動センターと併せて整備され、地震の経験・教訓とともに、賑わいの再生に取り組む復興の町づくりを伝えます。

〒945-0066
新潟県柏崎市西本町3-2-8
開館時間 9:30～21:00
メモリアル展示は17時まで
休館日 毎週火曜日 年末年始
TEL 0257-22-2003
FAX 0257-22-2007

会員募集中！

当機構では、地域防災への取り組みや被災地への支援活動に賛同し、応援して下さる会員の方を募集しています。皆様のご入会をお待ちしています。

参加資格：当機構の活動に関心のある18歳以上の方なら、どなたでも参加できます。

会員特典：当機構が主催する研修・講座・イベント等のご案内をいたします。

年会費：正会員 5,000円 個人賛助会員 3,000円 団体賛助会員 100,000円（1口以上）

※申込書は当機構ホームページよりダウンロードできます。

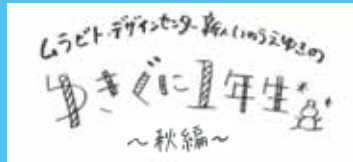
公益社団法人 中越防災安全推進機構 機関紙 <COSSS report> 第20号 2018年1月発行

発行人：玉木賢治 編集：赤塚雅之 井上有紀 川上沙織 関将慶 筑波匡介 中村充 松井千明 デザイン：松井千明

〒940-0062 新潟県長岡市大手通2-6 フェニックス大手イースト2F 長岡震災アーカイブセンター-きおくみらい内

TEL：0258-39-5525 FAX:0258-39-5526

E-mail：info@c-bosai-anzen-kikou.jp HP：https://www.coss.jp/



→ <https://inacollege.jp/>

まんがの作者

ムラビト・
デザインセンター
新人
井上 有紀

施設のご案内

長岡震災アーカイブセンター
きおくみらい

〒940-0062
新潟県長岡市大手通2-6 2階
開館時間 平日 10:00～18:00
土日祝 10:00～17:00
休館日 毎週火曜日 年末年始
TEL 0258-39-5525/FAX 39-5526

おぢや震災ミュージアム
そなえ館

〒947-0026
新潟県小千谷市上ノ山4-4-2 2階
開館時間 9:00～17:00
休館日 毎週水曜日 年末年始
TEL 0258-89-7480/FAX 89-7485

川口きずな館

〒949-7503
新潟県長岡市川口中山1441
開館時間 10:00～17:00
休館日 毎週火曜日 年末年始
TEL 0258-89-3620/FAX 89-3621

やましろ復興交流館
おらたる

〒940-0204
新潟県長岡市山古志竹沢甲2835
開館時間 9:00～17:00
休館日 毎週火曜日 年末年始
TEL 0258-41-1203/FAX 41-1204

本年もどうぞよろしく お願いいたします



去年は中越沖地震から 10 年。

中越・中越沖両地震後に生まれた世代が大きくなりました。

子どもたちに地域で起きた災害を伝え、自然や歴史に学び、
明日の地域の担い手へと育っていくこと目指し、本年も活動して参ります。

公益社団法人 中越防災安全推進機構

船の帆にある「越」の字は「中越」と「乗り越える」の意味を込めて描きました！

イラスト：ムラビト・デザインセンター 井上 有紀



糸魚川市駅北大火から1年

被災地は今 ― 現地スタッフレポート ―



平成28年12月22日に発生した糸魚川市駅北大火から1年が経過しました。当機構は「チーム中越」の一員として、直後からボランティアセンターの支援に当たってきました。

昨年10月「復興まちづくり情報センター」がオープンし、センタースタッフとして現地に職員を派遣しております。これからも地域と住民に寄り添い、復興のまちづくりを支援していきます。

大火から1年を迎えた平成29年12月22日
地域住民の願いごとで飾り付けられた復興イルミネーションが点灯した

糸魚川市駅北大火から1年が経過しました。街は徐々に再建が始まっています。もとの場所に家を建て直して地域へ戻ってくる人、土地だけを残して地域外へ移った人、店舗を再開するために再建する人、店舗の再開を様々な理由で諦めるしかない人、それぞれの被災者の想いが少しずつ前に進んでいます。

被災地には平成28年10月23日に「復興まちづくり情報センター」がオープンしました。場所は被災エリアのすぐ近くに設置され、『地域住民の集いの場』『復興情報の発信の場』『心配事の相談窓口』という3つの目的のもと活動しています。

スタッフは、大家復興集落支援員の矢島好美、斎藤美穂子、生活支援相談員の水嶋賀子、加藤亜祐美、そして中越防災安全推進機構より野村祐太の5名です。生活支援相談員の2名は、傾聴などによる支援活動が中心で、ほぼ毎日被災者訪問へ行っています。

復興まちづくり情報センターでは、発災から現在に至る様々な情報の掲示のほか、街や商店街のイベント情報などを発信しています。

仮住まいの場所から戻って来る被災者、被災を免れた地域住民、商店街の皆さん、1人1人と想いを共有し、よりよい街にしていけるよう寄り添いながら活動していきたいと思っています。

まちづくり復興情報センター
野村 祐太



復興イルミネーションの飾りとして
短冊に願いごとをかくこどもたち



復興まちづくりセンターには日々
被災された方や様々な方が訪れます



市役所の方々と商店街女子部の皆さん