

TAKE FREE



小布施の「う」をめぐる。

CONTENTS

- 04 「う」からはじまる小布施町、おしえてください。
- 08 臼田 尚志
- 12 William Cyr-Lamy
- 16 内坂先生 - 内坂 徹 -
- 18 牛
- 20 ウェブディレクター - 朝比奈 利奈 -
- 21 ウォーキング - 風の会 -
- 22 ヴァンヴェール - 小布施の宿 フランス食堂 ヴァンヴェール -
- 23 ウエハラ - ヘア-さろんウエハラ -
- 25 オブセにナンカ妖怪
- 26 おばあちゃんの背中
- 29 編集後記



信州小布施で栗菓子二百年
桜井 甘精堂

う
 まいなあ。

栗の自然の風味をいかした、
 かわいらしいサイズの栗ようかん。
 お口の中でふわっとひろがる
 栗の香りと豊かな味わい。
 いまもむかしも変わらない、
 心を満たすおいしさが自慢です。



「う」からはじまる小布施町、おしえてください。



10/24 ^土 入場無料

小布施鳳凰アリーナ（小布施中学校体育館）

■大会概要

2015年全国4ヶ所で行われるスラックラインのトリックを競う全国大会が今年も長野県で開催されます。スラックラインの国内ランキング対象のシリーズ戦は、5月の東京から始まり6月高知・8月山梨と続き最終ファイナルが小布施町で開催されます。観覧無料ですので是非トップレベルの大会をご家族でご覧下さい。

■試合形式

参加人数により、予選を行い一対一のトーナメントで順位を決めます。男子はベスト16、女子はベスト8からのトーナメントとなります。一人持ち時間2分内で交代して交互にパフォーマンスを競い、3名の審判が勝敗を決めます。

スラックライン(slackline)とは二点間に張り渡した専用ラインの上で楽しむスポーツの名称です。わかりやすく言えば、綱渡りを誰でも楽しめるように進化させたスポーツです。運動効果が高いので各種トレーニング効果やダイエット効果が見込めます。ソチオリンピック出場の葛西紀明選手や渡部暁斗選手もトレーニングで取り入れています。

GIBBON
SLACKLINES



2014ギボンカップ in 小布施
ジュニア出場：小堀彩葉



ギボンカップ in 小布施実行委員会
小布施スラックライン事務局

〒381-0211 長野県小布施町雁田676 (浄光寺内)
TEL/FAX 026(247)3924 <http://www.obuseslack.com>

GIBBON CUP

2015 in OBUSE

スラックライン全国大会 ギボンカップ in 小布施

Ver.2015002

主催 ギボンカップ in 小布施実行委員会

共催 小布施町・アルゴアクティブ(株) / 公認 JSFed (日本スラックライン連盟)

協賛スポンサー (五十音順、敬称略)

相崎電機製作所、青木勝郎、あおき歯科医院、AgroSakai、畔上物産、アソビズム、アラ小布施、ICHlcafe、イマイ企画、大司産業、小布施温泉あけびの湯、小布施堂、勝山建設、金井工業、カーメイク小布施、木下ラジオ店、cloud nine、栗庵風味堂、玄照寺、桜井甘精堂、三協エージェンシー、志賀産業、G&E かんばに、浄光寺、シンガーソングライター清水まなぶ、神仙の蔵森、信陽食品クラブ、須高ケーブルテレビ、鈴花、旋風堂、ソリューテクノ、タイヤショップシマダ、高見沢板金工業、たけさん、田中本家博物館、ためき屋、中国菜 櫻、Tsukano 畑、天狗の館、TONEICO、中山設計空間工房、HAIRSAISON HR、バリたま、ViolinHERO 梓、平松農場、北信ガス、北陸コカ・コーラボトリング、松栄寿司、松葉屋本店、松本木材、まめ家、見海造園、ミマキエンジニアリング、未来工作ゼミ、ミワ電機商会、村松商事、焼き肉居酒屋みのり、山下薬局、山田温泉山田館、YUMOTO AUTO、拉麺阿咩、ロジやまぼうし、ワクイ

後援 (五十音順、敬称略)

SBC 信越放送・小布施体育協会・小布施文化観光協会・小布施町商工会・信濃毎日新聞社・須坂新聞・スポーツクラブおぶせ



NAGANO
Outdoor
FESTIVAL
2015
in Ikusaka Village

2015. 9.26 sat → 27 sun

【26日/10:00~21:00 27日/6:00~16:00】

これから家族や仲間とアウトドアの世界へデビューしてみたいという方のための
“体験型イベント”「ナガノアウトドアフェスティバル in 生坂村2015」を長野県生坂村にて開催！
詳細情報は随時、公式サイトからお知らせします。

nagano-outdoor-fes.com

白田尚志
栗庵風味堂2階

歩みのはじめはなんとなくでも
 続きに続いた栗の絵その数5,0
 そしてまだまだ増殖中。
 まさに「継続は力なり」。
 足掛け15年の歩みが生み出した、
 栗づくしの臼田ワールド。

表紙を見て気づきましたか？趣向を凝らしたイラストの中の栗、栗、栗！なんともユルくてかわいらしいイラストの数々、どうも素通りできない魅力にあふれております。栗庵風味堂2階の「栗日記きやり」にも展示されているこれらのイラストの作者は白田尚志さん。栗日記というホームページを運営し、そこに毎日栗のイラストを発表。大阪出身で名古屋在住、そしてご職業はプログラマー。また、その豊富な情報処理系の知識も活かし、技術系のライターとしての経歴も持ち

ちの白田さんですが、いやいや、ちょっと待って、おおよそ探るところ、白田さんと小布施の接点、まるでなし！経歴を見ても栗とイラストにつながるポイントも見つけられずと、いろいろ気になるところ（笑つ込みどころ？）にあふれる白田さん。それならご本人に直接いろいろ聞いてみようじゃないかということで白田さんを名古屋から小布施にお招きし、インタビューを敢行してしまいました！

イラストとどこか通じる飄々とした語り口、お楽しみくだされませ。

愛嬌のあるフォルムをしているじゃないですか。気がついたらもう脳が栗に反応するようになってきて、栗グッツを買いあさったりしていました。周りの人がプレゼントしてくれたり、あまりに栗グッツがたまりすぎてしまったので今は意識して自粛しています。」

ーなるほど、栗への愛着はイラストを描きはじめからのものなんですね。それだけ描いていると毎日のアイデア出しがかなり大変なのではないですか？ネタをストックしておいたりとか。

白田「毎日のイラスト作成に緊張感を持って臨みたいと思っているので、基本的にネタをストックしておくことはないんです。ただこれだけの枚数を描いていると、ネタがかぶってしまうことはありますね。膨大な量になってきていて一つ一つを覚えておくわけにもいかないの、アイデアが浮かんだらそのキーワードで過去の自分の作品を検索してかぶってないかチェックしたりもします。それで『あ、これ前に描いてた』ってことでアイデアがボツになったり(笑)」

白田「栗庵風味堂の大窪さんが僕のホームページをたまたま見かけて連絡をくださったのがきっかけですね。そのあと名古屋の僕のところに実際に会いに来てくださって、それで栗庵風味堂に作品を展示することになりました。それまでは小布施との接点は何もなかったんです。もちろん訪れたこともありませんでした。すみません。」

ー今日は遠いところわざわざ小布施にお越しいただきありがとうございました！

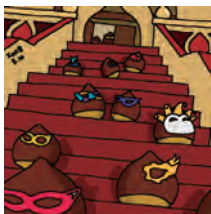
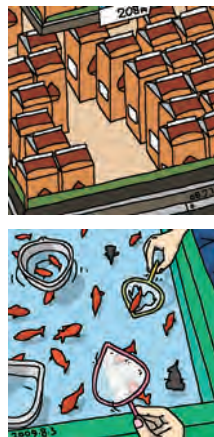
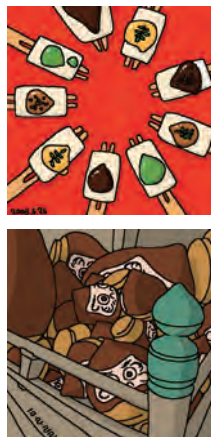
白田さん(以下 白田)「いいえこちらこそありがとうございます。おかげさまで仕事も忙しく、何かの用事が発生しないとなかなか小布施に来ることができないのでこの機会を楽しみにしていました。嫁と息子も一緒に来だし、半分観光のつもりで今日は楽しんで帰ります!」

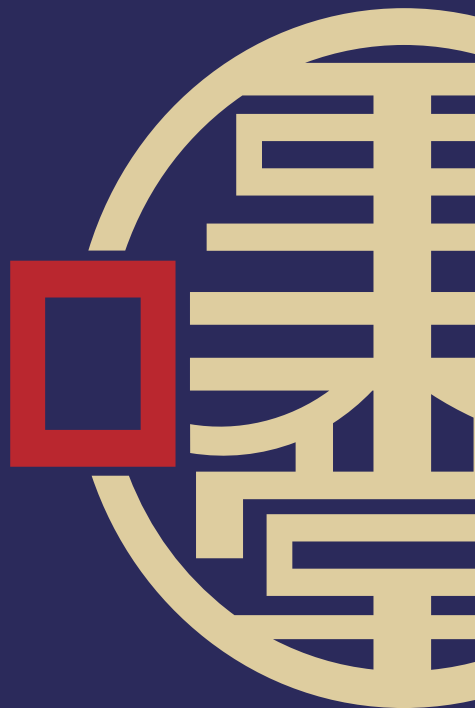
—はい、ぜひ！それではよろしくお願いします！
本職はプログラマーでご多忙な日々を送っていらつしやるとのことですが、なぜ栗のイラストを描いて毎日ホームページに発表していくことになったのですか？

白田「うーん、実はそんなにたいした意味はないんです(笑)。きっかけはというと昔、仕事の同僚と話しててなんとなく「毎日栗の絵を描いてアップしていこう」ということになって。毎日なにか継続するものを持つって感じの話の流れだったかと。それからもう15年毎日欠かさず栗の絵をアップし続けていて、2015年9月2日で5,000枚になる予定です。」

「15年、5,000枚! そんなに壮大な展開になってきた栗日記も「なんとなく」から始まつてるのですね(笑)。

白田「はい、『なんとなく』なんです、なんかすみません(笑)。でも、描いているうちに栗に対する思い入れがどんどん出てきて。なんかこう、





7月7日軽井沢店オープン

創業元治元年

小布施



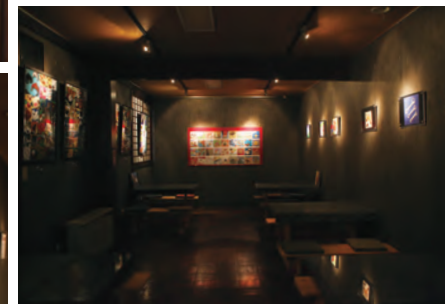
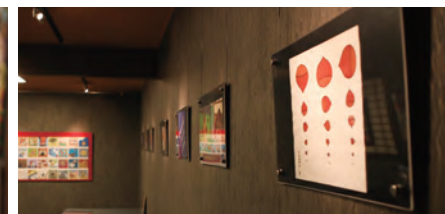
栗庵風味堂

軽井沢店 長野県北佐久郡軽井沢町軽井沢チャーチストリート軽井沢 105号

〒381-0201 長野県上高井郡小布施町 414 [本社] TEL 026(247)2145(代) FAX 026(247)4821

URL <http://www.fumido.co.jp>

E-mail fumido@fumido.co.jp



「作品展示がきっかけで訪れた小布施の印象はいいかでしたか？」

臼田「最初の印象は『観光客がいっぱいいるなあ』という感じでした(笑)。街がきれいだなというところも印象に残っていますね。何度か訪れてからは『街を盛り上げよう』という気持ちを持っている人が多いなあとも思いました。」

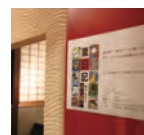
「臼田さんの作品も小布施の盛り上げに貢献してますよ!」自分の地元から離れたところで作品が展示されていることについてはどう思いますか？」

臼田「正直に言うと実感がわかないですね。今日展示を見ても『ああ、こんなふうになってるんだ!』って。作品の見せ方、セレクトもすべて栗庵風味堂さんにおまかせしているの、自分の作品が自分の知らない見せ方で展示されて多くの人に見てもらえている不思議さを楽しんでいます、半分ひとごとのように(笑)。」

「展示を見て開口一番『今こんなふうになってるんだ!』っておっしゃってましたしね。それでは最後に『栗日記』の今後の展望を教えてください。」

臼田「なによりまずは継続ですね。そして1万枚達成が目標。計算すると僕が59歳の時に1万枚に到達するので、そのタイミングあたりでNHKの番組『日曜美術館』に取り上げてもらえればと考えたりします。ささやかだけど大きな野望ということ(笑)。」

「今後毎日の作品を楽しみにしています! 本日はどうもありがとうございました!」



栗日記ざらりー

長野県上高井郡小布施町 414

栗庵風味堂 2 階

☎ 026-247-3090

8時30分~17時30分(17時LO)

<http://www.fumido.co.jp/>



栗日記

<http://www.usupi.org/kuri/>



臼田さん自作の栗グッズ、団扇と缶バッジ。「思い立って作ってしまいましたがなかなか配る機会がなくて(臼田さん)」とのことですが、これ欲しい人たくさんいるんじゃないでしょうか？」

ラブレターフロムカナダ！

旅の中で小布施に魅了された、一人のカナダの若者の足跡とストーリー。

二枚の2枚の写真を見て「あれ？ OBUSE OPEN OASIS ってこんなだったっけ？」って思うあなた、なかなか鋭い！実は2枚とも、ただの写真ではなくCGを駆使して作られたもの。OBUSE OPEN OASIS の完成前にイメージ図として作成されたものなんです！

このイメージ図の作者はウィリアム・セ・ラミーさんというカナダ出身の3Dデザイナー。昨年まで小布施に滞在していたウィリ

アムさん。短い期間の滞在ながらも小布施にすっかり馴染み、小布施周辺にたくさんの作品を残したウィリアムさんと思い出を共有している小布施ビーブルも多いのではないのでしょうか。そこで、現在は故郷のカナダにいるウィリアムさんにメールでインタビューを行いました。小布施への熱い思いに溢れたウィリアムさんのメッセージを作品とともにご紹介します！



William Cyr-Lamy

Hello people of Obuse, I'm a young canadian who's living is life guided by is two passions ; creating objects and exploring the world! So basically, I'm going from places to places to creating, build, design objects, houses, boats, events etc... As soon as I finish architecture school, I took my backpack and I start exploring new landscapes, new culture, meeting people with a total deferent way to think and live... I've learned so many various techniques, how to build and create! I used my skills to help people's projects, sometimes just for exchange of food and a roof. I'm still in the stage of learning and moving but soon, I'll be ready to start my own big project, a gathering of all the knowledge actumulated from years of travels!

ウィリアム・セ・ラミー

カナダ出身の3Dデザイナー。建築学校の卒業と同時にモノづくりとバックパッキングに情熱を注ぎ始め、旅を重ねながら様々な土地で建築やプロダクトデザインやイベントやポート作り等、多方面にクリエイティブな才能を発揮。旅先で得た様々な経験やスキルを蓄積しつつも自分をまだ発展途上と考え、向上を続けながら近々自分自身のビッグプロジェクトを開始する予定。

BARBORANGE - Design <http://barborange.com/>



What drove you to go to Japan and Obuse? How do you feel?

日本そして小布施を訪れることになったきっかけと来訪時の印象について聞かせてください。

Japan was on my "I must go" list of country that I wanted to visit, so I came for 2 weeks visiting around but I just fall in love with this culture so deferent, and strong and when I came to Obuse to help working on a farm and renovate some houses, I felt the presence of a beautiful history, a strong culture and tradition, not too big and touristic, just a beautiful typical little town with motivated people who want to keep these town alive. I felt welcome quickly and people gave me the chance to design and build some stuff and I received so many appreciation and smiles from people, I just wanted to start another project right away. Japanese care a lot about art and beauty and it's so fun to work with those who cares!

日本は僕にとって魅力に満ちあふれた「マスト・ゴー（＝行かねばならない）」な国だったんだ。旅の途中で小布施に立ち寄り、家屋のリノベーションや農園の手伝いをする中で小布施の素晴らしい歴史や独特の文化や伝統の存在を知り、とっても心を惹き付けられて。決して大きくもないし、過度に観光的地でもない。どこにでもあるような小さな街かも知れないけれど、街を元気にしていきたいというモチベーションを持った人々にあふれていて、それが素敵だなって。そんな街の人とすぐに仲良くなったのも嬉しかったな。アートや美というものに対して感性が豊かなのは日本人の特性なのかな、小布施でのデザインやモノづくりをとっても楽しめたと、たくさんの感謝の思いや笑顔を小布施のみんなからもらっていて、作品を完成させるたびに「さあ、次に取りかかろう！」という前向きな気持ちになった。

Where did you get your inspiration and energy to feed your creative process during your stay in Obuse?

小布施にいた頃はクリエイティブのインスピレーションはどこから得ていましたか？

Like I said before, people from obuse gave me so much motivation and desire to create more and more but also, this town is full of artist, designers, there is beautiful building but also the landscape is really interesting with the mountains around, the sakura everywhere, the rivers and temples! So building with natural shape following the mountains or inspired by the famous great wave of Hokusai, is the way Obuse's images should continue to follow for the future! Building with recycle material to give a second life to object should be more frequent too, using local materials and resources.

Do you have a philosophy behind your design work?

デザインをするうえでの哲学は何かありますか？

Designers or architects are not use to build and make them design, but I realized that the result and the energy that you get when you build it, it's much better and satisfying. Most of the time, I changed the design while I was building it because I realized some things that could better and nicer because of the context around, or for many reasons! It's impossible to take exactly the designers images and put on paper and plans to give to someone you is going to make it for you, better to do it yourself. So I really suggest to artist to get there hands dirty and create from a to z.

Please give a message to the people of Obuse.

最後に小布施のみなさんにメッセージをお願いします。

I would like to continue building to keep this town alive and hopefully a better place, but before I still need to learn and ameliorate my skills, the world is full knowledge that needs to be found! I hope that people from Obuse will keep contributing to keep this town full of beauty. if you have the chance to go out and explore, just do it and bring back the good ideas to Obuse! Good luck !

小布施のみんなの強い気持ちが後押しになっていたかな。「もっともっと良いものを作ろう！」っていう強い気持ち。それにもちろん、多くのアーティストやデザイナーを惹き付ける小布施の素晴らしい風景！美しい山に囲まれて街のいたるところで桜が咲き、川とお寺が季節に彩りを加えていく。小布施のそんな美しいイメージを未来へと引き継いでいきたいという思いを持って、小布施から見える山と北斎の波の絵からインスピレーションを得て作品を作ったこともあるよ。それに、ローカルの材料を使ったり、素材を再利用したりすることも小布施で得たひらめきのひとつかな。

デザイナーや建築家の仕事は図面を描くところまでって思われがちだけど、その図面を実際に自分自身の手で形にしていくことが大切だと僕は思う。自分で作り上げていくうちに最初の図面から変わっていくことなんてしょっちゅうだし、様々な物事の影響で作るものが変わっていったり前。むしろそのおかげでより良いものができるようになったりするね。他の人に実制作を任せて僕のイメージが100%形になるかっていうとそれは難しいだろうし、だったら自分で作りたくなる。アーティストだったらAtoZ、すなわち最初から最後まで自分の手を使って作り上げるのが大事。

小布施をさらに元気で素敵な街にするために色々なモノづくりで貢献したいんだけど、そのためには僕はもっともっといろんなことを学んでスキルを磨かないといけない。この世界にはまだまだ多くの発見が待っているからね！小布施のみんながこの素敵な街を未来へと引き継いでいって欲しいなと思うし、もしチャンスがあれば世界に出て多くのことを発見して、そのアイデアを持ち帰って小布施を元気にしてくれるといいなと思うよ。グッドラック！

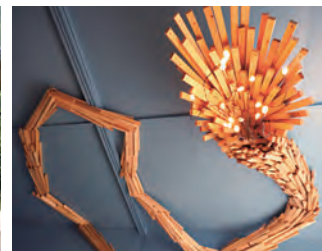
世界の各地を旅したウィリアムさん。様々な土地で様々な作品を残しています。

小布施とその周辺でのウィリアムさんのデザインワーク。「見たことある！」という方も多いのでは？



Windows shade Bench

Made in Obuse, Japan



Wooden Lamp Snake

Made in Obuse, Japan



Obuse Benches

Made in Obuse, Japan



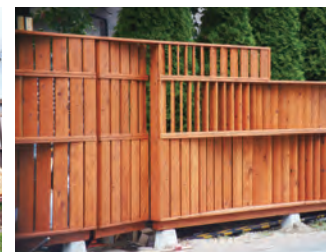
Bouldering Center

Made for Open Obuse Oasis recreation park, Japan



Wave Wall Bench

Made in Obuse, Japan



Wooden Fence Wave

Made in Suzaka with Nakajima Brothers, Japan

What was your starting point in art and design?

アート、そしてデザインに興味を持ったきっかけは？

I was studying a really technical domain and the projects that people was creating were really well build and efficient but most of the time, not really interesting to look at, no feeling no emotions... and I realised that design, beauty need to be linked with technical and efficient. As soon as I started to apply this, people was much more attracted and interested about the projects. Combine arts and usefull together is the way all objects and construction should be to become complete.

例えば技術的にハイレベルだったり、利便性に優れていたりという点で評価されているひとつの工業製品があったとして。それはそれで素晴らしいんだけど、でもその工業製品を見て感性が揺さぶられたりとか強い感情が沸き起こったりとか、そんなふうにはならないよね。技術と利便性、それらが優れたデザインや美しさとリンクすることが大事なんだとある時に僕は思った。それが僕の「アート」や「デザイン」の目覚めだったのかな。アートと実用性を兼ね備えることが作品が完全なものへと近づけていくための鍵なんだ、って。

Can you tell us about your most impressive memory in Obuse?

小布施で一番思い出深かった出来事は？

I'm really impress by the power that you get from Japanese when you want to create a even like the mini marathon of Obuse! Everybody was ready to help, cheering the participants and the event is just amazing, everybody looks happy and full of do energy! I will always remember this wonderful moments.

何よりも印象的だったのは小布施のみんなのパワー！特に思い出深いのは小布施展にマラソンかな。みんなが助け合いの気持ちを持って、参加者を全力で応援する。イベントとしても素晴らしいものだったし、みんながエネルギーとハッピーなオーラに満ちている感じが最高だった。今でもよくあの素敵な時間を思い出すよ。



小布施滞在中のひとコマ。多くのかけがえのない出会いとともに自然に小布施に馴染み、多くの人に親しまれていたウィリアムさん。小布施への再訪、心待ちにしております！



う ちさかせんせい

「内坂先生」
小布施町・林

文 武両道、才色兼備などの四字熟語があるように、二つのちがった顔を持ちあわせる人ってとっても魅力的に感じますよね。さて、我が小布施の内坂徹先生。栗の木診療所の院長を務めながら小布施音楽祭の実行委員長もこなすという、「医療」と「アート」、二つの側面を持ったマルチタレント院長先生なんです。

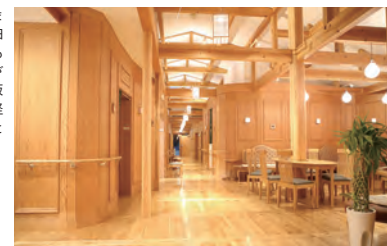
大阪出身の内坂先生。およそ30年前に人との縁があって新生病院の院長に就任したところから小布施との関わりがスタートし、15年前に栗の木診療所を開業。現在はアラ・小布施の代表も兼任し、文字通り「街を元気に」するべく活躍しています。

「いろいろな人との出会いがある小布施。10年後、20年後もこのまま活気がある街であり続けて欲しいですね」と話す内坂先生。66歳、小布施歴30年の大ベテランながらもそのエネルギーにあふれた活動はもうろんまだまだ現役。昔の小布施と未来の小布施に思いをめぐらせつつ、今の小布施に精一杯の思いを注ぎ込む。ここにも溢れております、小布施愛！

「医療」と「アート」で文字通り小布施を元気に。
栗の木に囲まれたちいさな街の診療所の、
芸術と旅を愛する優しい院長先生。



「小布施の最初の印象は、まさに『情にあふれる信州の田舎町』。路地などの景観はもちろん、街としての雰囲気がいいなと思いました（内坂先生）」また、海外渡航の経験も豊富な内坂先生。色々とお話を聞いてみてください！



内坂先生が実行委員長を務め、今年で16回目を迎える小布施音楽祭。その他にもボランティアの会長や演劇祭のオーガナイザーを務めたりとマルチ過ぎる活躍を見せる内坂先生。まさに多才！



2014年に改築した栗の木診療所。内装には全面的に無垢材を使用し、曲線を基調とした暖かみのあるデザインは九州新幹線等を手がけた世界的に有名な工業デザイナーである水戸岡鋭治さんの手によるもの。このやわらかな雰囲気にも内坂先生の人柄があらわれてますよね。

栗の木診療所

長野県上高井郡小布施町大字小布施2252-1
☎026-242-6565
診察日：月～土曜（平日：8:30～12:00
15:00～18:00 土曜：8:30～12:00）
休診日：日曜・祝日



う ちの庭は、自慢の遊び場です。

カーテンを開けたらお庭に広がるもう一部屋。
緑に囲まれたウッドデッキの空間で、これから生まれる楽しい記憶。
初めて息子が立ち上がって歩いた、夏の暑い日。
小さな雪だるまをウッドデッキにいくつも並べた、冬の寒い日。
そう、あなたの家のお庭は文字どおりの「プライベートガーデン」。
あなたと、あなたの大切な人たちだけの夢を描くキャンバスなんです。
さあ、わくわくした気分で、お庭に夢を託してください。
あなたが描いたお庭の夢をわたしたちがカタチにしていきます。



庭心 遊び心 見る心

み うみ
見海造園

〒381-0201 上高井郡小布施町小布施930-17 8:00～20:00／定休 日曜・年末年始
tel.026-247-2887 fax.026-247-5633



こ小布施にも畜産農家さんがいらっしやること、実はご存知でない方も多いのでは？かの有名な牛乳メーカーさんのお膝元だったりもするわけで、小布施でも畜産文化が綿々と二十一世紀の今現在までも続いているんです！ちよっと感動ですよ。だったら「こ」号ですから取り上げないわけにはいきません、うーし！

ということで、小布施で畜産を営む清水育雄さんに牛を見せてもらいました！経済動物である以上、過度な思い入れは禁物ですし、牧場のように鑑賞する対象ではもちろんありません。あくまで、畜産という産業形態の一部。それでも、ここから垣間見える小布施の懐の深さとか守備範囲の広さとか、そんな雰囲気をはんのりと感じてもらえれば。この懐の深さが小布施の小布施たる由縁かも？



清水家の牛乳。麦茶ポット的な入れ物に牛乳が入っている違和感。その違和感こそ、光り輝く「自家製牛乳」の象徴です。新鮮でウマシ！

「こんな足の短いやつ、丈夫に成長するのって最初は思ったね」とは育雄さんの弁。写真慣れしているのか、終始カメラ視線。そして三枚に一枚はペロンと舌出し。

No.1

オーナー
いくおさん

この四頭の中で一番のイケメンではないでしょうか（※あいいうえおぶせ編集部調べ、ちなみに乳牛なのですべてメスです）。実はエントリー No.4 から産まれた若手。ツノが少し似てます。

No.2



エントリー No.2 の母牛にして、「一番多く乳が搾れる（育雄さん）」という四頭の中のエース格。模様もツノも心なしか貫禄があるような。ちなみに写真より実物、ずっとデカいです。

No.3



終始クールでニヒルな態度を崩さず、取材に訪れた人間に関心を示そうとしなかった一頭。取材陣へのリアクションは少し鼻をプフッと鳴らす程度でした。プフッて。

No.4



四頭のオーナーの清水育雄さん。「経済動物なんだからさ、名前なんかつけないよ」と言いながらも、大きな大きな愛情で自然の恵みに接していることがその柔らかな表情や口ぶりから伝わります。



豊かなむらづくり全国表彰事業にて
堂々の農林水産大臣賞を受賞。
農家の女性たちの「小布施愛」から始まった、
小布施の風を五感で味わう、
魅力いっぱいの農村散策。



こちらの山形空港のウェブサイトも朝比奈さんの手によるもの。小布施にいらなくても東京の大手クライアントの仕事も手がけることも多いとのこと。「足湯に浸かりながら仕事したりとか(笑)」と、なんとも贅沢なライフスタイル！

農村を歩き、自然や文化、そして食や人々などとのふれあいを楽しむカントリウウォーク。6名の農業を営む女性の組織『風の会』が、この活動を小布施に根付かせ、町でも有数の人気イベントにまで育て上げていきました。

「小布施の農業を盛り上げ、農村としての魅力を伝えたいという思いがすべてです」そう話すのは風の会のリーダーの内山育子さん。小布施の農業振興のための手だてを模索していた折に信州大学の桂教授から聞いた英国発祥のカントリーウォークの話をきっかけにイベントがスタート。毎回およそ100名もの参加者が集まり、今では遠く大阪からのリビーターも訪れるほどの盛況を見せています。

自然豊かな小布施をのんびり歩く。それだけでも魅力は十分ですが、そこは農家の女性が主催した企画。小布施の食材をふんだんに使ったお弁当と毎度趣向を凝らしたイベントも用意されています。今春のウォーキングではアスパラガスの収穫とりんごの花摘み、さらには北斎太鼓の演奏まで！

五感で味わう小布施の風。季節の風物詩としてカントリーウォーク、オススめです。

number.06 う おーきんぐ 「ウォーキング」 小布施町・風の会

農村に根ざしたウォーキングイベントということで、お弁当の味わいは絶品そのもの！自分で収穫したアスパラガスや、なんとりんごの花もそのまま天ぷらに。こんな贅沢な地産地消、小布施ならではの思い出ませんか？



幅広い年齢層の支持を集めるこのカントリーウォーク in 小布施は春と秋の毎年二回開催。お問い合わせはメールアドレス (obuse_kazenokai@yahoo.co.jp) まで。



ウェブディレクター×お寺×アロマセラピー。
21世紀型のワークライフバランス、
ここ小布施からしなやかにのびやかに。

「何も無いところからスタートして丸ごと相談に乗りながら作っていますよ」と話す朝比奈さんの手によって、カフェからスポーツ施設、動物散歩のイベントなど、小布施の様々なウェブサイトが作られています。どのウェブサイトもふわりと暖かみのある朝比奈さんらしいお仕事ですね。



朝比奈さんがアロマを担当する「お寺でヨーガ」のウェブ 사이트がこちら。人気のイベントのため、ご予約はお早めに！
<http://www.terracoya.com/yoga/>

小布施のお寺に嫁いだ女性が「ウェブディレクター」として活躍。東京の大手クライアントの仕事もこなしながら「まちのホームページ屋さん」として小布施の色んなウェブ 사이트も手がける。お寺では定期的にアロマとヨガのイベントを開催。想像してみるだけで日々の充実感がうかがえますよね。そんなしなやかで充実した日々を小布施で過ごす朝比奈利奈さん。結婚を機に東京から小布施へ移り、小布施歴は6年。

「小布施でのお寺の暮らしを経て自分の『豊かさ』の概念が変わったよ

うな気がします。せかせかしてないし、生活を潤す好きなものに囲まれて暮らしていることを実感すると、ああ、わたしって贅沢な暮らしをしているな、と思います（朝比奈さん）」

ウェブの仕事もアロマとヨガのイベントも、小布施に来てから始めたもの。「何かをやるうって思うと実現するのが早いのも小布施のいいところかも」と話す朝比奈さん。わくわくしてきたあなた、さあ、朝比奈さんのように小布施でなにかを始めてみましょう！

number.05 う えぶでいれくたー 「ウェブディレクター」 小布施町・北岡



お店の建て替えが計画中的のことですが、今のこのたたずまいに魅了される方も。



街の人も旅の人も
ようこそようこそ
6代続く街の社交場
としての理容店。



「笑顔が素敵なムードメーカーの沙耶さん(左)、人当たりの良い若大将の圭さん(中)、お酒落な社交家の先代善明さん(右)」と、リアル下町人情ドラマのような素敵なバランスの上原家。エキストラ気分であ店、物語の中の自分を楽しんでしましましょう。



number.08
う えはら
「ウエハラ」
小布施町・中町



日本の小布施とフランスのブルターニュ。
自然と文化と人もようがつむぎだす、意外な共通点と名物料理。

number.07
ぶ あんづえーる
「ヴァンヴェール」
小布施町・中町

突

然ですが、フランス郊外の小さな町を想像してみてください。田園風景が広がり、こじんまりと端正に仕らえた街の中心部には図書館や美術館があり、地元を愛する人々で活気に溢れていて、そう、もう気づいた方もいらっしゃるかもしれません。それって小布施にとっても似ているって。

「お宿とフランス食堂」という切り口からフランスと小布施をつなぐ「ヴァンヴェール」。「アットホームな雰囲気」を大事にしながらクラシックなフレンチを楽しんでもらえる、そんな場にしたいと考えています」と話すシェフの安藤大祐さん。神戸、東京、フランスでの修行を経て、フランスの食材と小布施の食材を合わせた独自のスタイルをつくりあげました。

名物料理はランチタイムのガレット。テラス席で小布施の風を感じながら楽



ブルターニュ地方の名物料理ガレットに信州の食材をかけたのがヴァンヴェールのスタイル。こちらのガレット、信州サーモンの薫製とアボカドの絶妙な組み合わせを楽しんでください！



**小布施の宿 フランス食堂
ヴァンヴェール**

長野県小布施町小布施34-8
☎ 026-247-5512
ランチ11:30～14:00/喫茶14:00～16:00
ディナー18:00～20:00
<http://www.ventvert.server-shared.com/>

しむリンゴのシードルとそば粉のガレット。季節の空気の香りもまた、料理にふわっと一興を添えています。

中

町の交差点のすぐ近くにある「へあーさろんウエハラ」。赤青白のサインポールとそのたたずまいを見て「なるほど街の社交場として地元の人々の支持を集めている理容店なのかな」と、ストーリーを読み取ることが出来るあなたは小布施まち歩きの上級者。さあ、ここでそのストーリーを掘り下げて小布施まち歩きの達人を目指しちゃいましょう。

ポイントその1「安政6年開業の老舗」。小布施一帯の武家屋敷のための髪結い処がルーツ。5代目の上原善明さんの弁によると「今でもコーヒーを飲んでマンガを読んでそれだけで帰っていつちやうお客さんいます(笑)」とのこと。街の社交場としてのスタイルはもう150年前の開業当時のものなんです。ポイントその2「家族経営」。現在は5代目の善明さんと6代目の圭さんが中心となってお店を切り盛りし、週に一回程度は圭さんの妹の沙耶さん

もお手伝い。家族経営の暖かみに魅了され、25年も通っている常連さんも。

ポイントその3「一見さんも大歓迎」。街の社交場として、地元の人と観光客をつなぐいでいきたいという思いも。「観光客向けのメニューも充実させようと考えています。敷居は低いままで旅先での「素敵な体験」を提供できればなと(圭さん)」とのこと。旅行で訪れた小布施でヘッドスパや顔剃り、なんとも贅沢で粋ですよ！

**へあーさろん
ウエハラ**

長野県上高井郡小布施町大字
小布施中町773
☎ 026-247-2540
9:00～18:30
毎週月曜、第1・3日曜定休



LAMPで トゥギヤザーしよ♡ スラックラインパークできたよ!



LAMPホールスタッフ
さきちゃん

オズに すんか 妖怪

其の二
盛り上げ隊長
梅嶋つかさ



なんていうか見た目そのまんま。「小布施の名士を妖怪化、イラストにする」というこの連載のテーマを根底から揺るがしきれない今回のターゲットの梅嶋つかささん。だってもうボケ潰しじゃないですか、その髪型と、いい感じにキャラが立ったルックス写真のとおりに、妖怪倶楽部の面々が身につけた栗のかぶりものが完全にかすんでしまっています。「3枚の写真の中で梅嶋さんが栗のかぶり物身につけているものが一枚だけあります。どれでしょう?」みたいなクイズになりそうな勢いで。

今回の取材は浄光寺のスラックラインパークにて。梅嶋さん、なんとギボンジヤパン主催のフォトコンテストで堂々の2位受賞。色モノ・枠ノ・飛び道具?的な写真で、いえいえ、何より梅嶋さんのポジティブな笑顔とユーモア、そこが受賞理由ではないかと(受賞作品はギボンジヤパンのFacebookへ)



アシスでお仕事をしつつ、須高子とも劇場や生活クラブ小布施支部での活動などにも参加。「どういわけか子どもと関わる機会が多いんです。オープンアシスの前は子ども服の会



座敷童子

(ギンキボッコ)

おかつは頭のいたずら好きな妖怪。いつの間にか現れて、子供たちに紛れて、一緒に遊ぶ。ザンキボッコのいる家には福が訪れるといわれる。

社にいましたし。ただ一緒に「わーっ」って遊んでいるだけなんですけどね(笑)とニコニコとした笑顔を絶やさず、に明るく話す梅嶋さん。そう、相手と同じ目線と一緒に楽しむ。そんな雰囲気になつて、まわりにもすぐに仲良くなれて、まわりにいつもたくさんの方が集まってくるのでしょ。もちろん、梅嶋さんに引きつけられたみんなも自然とポジティブで楽しい気分。うん、それって妖怪の所業ですよ!

というところで梅嶋さんの妖怪認定は「ザンキボッコ」!現れるところには福が訪れるというザンキボッコ。その福々しい笑顔が今後も小布施のいたるところに愉快で幸せなオーラをふりまいていくことでしょう!



「どうしてこうなった」の図。専門家の指導下での熟達したザンキボッコと栗たちによる演技です。良い子はマネしちゃダメ!



野尻湖でカヤック・カヌーできます!!



LAMP
GUEST HOUSE & RESTAURANT
☎026-258-2978

389-1303 長野県上水内郡信濃町野尻 379-2
open: 11:30-23:00 (22:30 L.O.)

Lunch / 11:30-13:30 Dinner / 18:00-21:30
Bar / 21:30-23:00

1泊2,700円~ closed: 月曜夜・火曜
<http://sundayplanning.com/lamp/>

サンデープランニング・ゲストハウスLamp





レシピでつながる まかしの台所といまのキッチン

おばあちゃんの背中

vol.3 内山育子さん(65才)のナスの油味噌・しそ風味

おばあちゃんのお手製料理のレシピをお宅訪問取材、調理中のライブレポートとともに紹介する『おばあちゃんの背中』。
連載3回目のお料理は内山育子さんの手によるナスの油味噌。
シンプルゆえに各家庭の特色が色濃く出そうなこの一品、内山家のお味の秘密にせまってみましょう！



今

ご紹介するのは、先日、産業功労者として県知事表彰を受賞された内山育子さん。最初に会った時、黒いバロシヤンの襟をかつこよく立て、何とも若々しい印象だったので、この題名での取材はかなり失礼なのでは...と思いましたが、快く取材に応じていただきました。

「活々しい」という言葉があるならば、その言葉で表したい、そう思わせる育子さん。何かお料理を...と、お願いすると育子さんが作るナスの油味噌は一味違って、しそが入った油味噌とのこと。(このあたりだと野菜を油で炒めて味噌で味をつける料理を総称して「油味噌」と呼びます)しそを入れるのはなんと新しい。更には、味噌は青豆の手前味噌(自家製味噌)だというので、今回はこのレシピ化で決定！(連載も3回目となると仕事が早い...はい、手前味噌です)

後日伺うと今度は一転して、ピンクのエプロンで登場。(かわうい...)キッチンでは、お話しながらも手際よく手を動かし、ナスを1センチ程の大きめのいちよう切りにし、油を引いたフライパンでじっくり炒めていく...

嫁いだ時は姑夫婦に、叔父さん夫婦も隣に居住。食事は多い時で総勢9人...「大勢の中で暮らした方を覚えた」と言う。手際が良いのも必然...

またま誘われた県の農村婦人学校に参加。そこに集まったのは45名。最初は愚痴のこぼし合い...しかしその愚痴もいつの間にかお互いの経験や知恵を出し合い、刺激し合うようになっていた。

育子さんは、農家に嫁いだ女性が普通ではなかなか経験できない、経営者になれる魅力語る。その会の仲間の一部は今も「風の会」として6名で活動中(先ほどの青豆のお味噌もこの会のオリジナルとのこと)。仲間たちにはずいぶん助けられ、ある年ぶどうの房落しの時期に義父の葬儀が重なり、大きな痛手を覚悟していたら、仲間が何も言わず育子さんの畑に手を入れてくれた事も...

「本当にありがたかった。この仲間には生き方を教えてもらった。一人一人が本当に素晴らしい」と育子さん。

先日はテレビの取材を通して知り合ったディレクターとの縁で茅野の木遣りの方々が風の会の為に近所の神社にバス5台(180名)で訪問。これも一つ一つの縁を大切にできたからこそ...

現在お嫁さんと2人で農業を「経営」。お嫁さんの尚美さんは、「母は、私のやることをいつも応援してくれます」と語る。育子さんの旧姓と、尚美さんの旧姓が偶然にも同じと知った時、気が合いそうだと思ったそうで、そのせいなのか以心伝心を感じた...

さて、ナスがしんなりしたところで粉末のだしを投入。そこに年季の入った茶色いカメラが登場！おうこれが手前味噌ですかあ...と思つたら、中にはお砂糖が...「この入れ物はかなり味噌っぽい入れ物ですが」と訊くと、「この家に嫁いだ時から、この入れ物には砂糖が入っていたからそのまま使ってるの」。なるほど...家の伝統を重んじるその姿勢、素敵です...

「青豆のお味噌は味があつて美味しいの」と、今度こそ味噌の入ったカメラ出現...砂糖、味噌を加え、最後に採れたてのしそを千切りにして投入。さつと炒めて出来上がり！しその効果ですつくイイ香り...油で炒めているのに不思議と爽やか！美味しい...

そんな育子さんが大事にされているのは「縁」だそうで、その縁でつながった「仲間」がかけがえのない宝。

30年ほど前に大きな台風に見舞われ、小布施町の農作物も重大な被害を受けてしまい、予期せず暇になってしまった時期にた



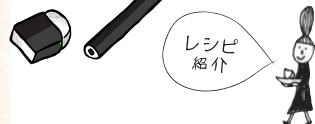
る事も多いそう。だからと言ってそれに甘んずることなく節度を持って、「何かしてもらったら必ずありがとうと言うようにしています」...尚美さん。育子さんも、かつ「お嫁さんはご先祖様が連れてくるんだから大事にしないといけない」と言われたことをずっと心にとめて接してきたという...

お互いを思いあうお二人の関係は家族として、共同経営者として、出会うべくして出合ったかけがえのない「縁」に違いありません！



ナスの油味噌・しそ風味(4人分)

- 丸ナス 3個
- 青じそ 3枚
- 砂糖 大さじ1
- 味噌 大さじ1
- 油 大さじ3
- 粉末だし 小さじ1



レシピ紹介

背中越しのほったたから見える笑顔！

きょうさん

あいうえおぶせに協賛してくださっている方々を紹介します！



ICHI cafe
sandwich & coffee
ICHI cafe
小布施町福原213-6
tel.026-405-7207

ツタハウス
長野市権堂町2341-1
www.facebook.com/tsutahouse



Japan Obuse Committee
一般社団法人日本小布施委員会



栗日記
www.usupi.org/kuri/

ふれぜんと

とろろ
しずか...

今号で取材した全てのもの・人・お店に訪れ、証憑写真を送ってくださった方、先着3名様に「う」のつく、小布施町の何かいいものをプレゼントいたします。
※臼田さんは栗日記ギャラリーの写真、ウィリアムさんは彼が製作に関わったモノの写真でOKです。

応募先
▶ aiueobuse@gmail.com
締切：「え」号発行日まで

ぼしゅうちゅう!!

「あいうえおぶせ」を置いてくださる方
「あいうえおぶせ」に協賛してくださる方
「あいうえおぶせ」に広告を出してくださる方

を大募集しております。「え」号を発行するために…みなさんのお力が必要です。

へんしゅうこうき

「う」号、いかがでしたか？はい。まず、表紙が最高なんです。うちの母はめったに私のデザインを褒めないのですが、この表紙を見たとき「今回の表紙すごくいいね」と絶賛していて悔しかったです(笑)。そしてウィリアムのとってもカッコいいページに…牛。ごめんなさい、やっぱり牛、やっちゃいました。今回は、小布施から、長野から、日本から飛び出した「あいうえおぶせ」。やっぱり小布施の可能性はすごい！「り」ぐらいには、ロンドンに取材に行けるようになりたいなあ。経費で。(編集 かろうそ)

取材を進めていく中で、何か連綿と流れている、その号の裏テーマ的なものが不意に頭に浮かんだりします。今号でのそれは「家族」。もともと人と人とのつながり、そしてそこにあるものがたりを大切にしたいというものが色濃く出たのではと。家族経営のお店を取材したり、制作期間中に取材対象の方がご出産されたり(Aさん、おめでとうございます！)。そんな感じでケニー・ランキン・アルバム『ファミリー』を聴きながら最終編集作業中です(ジャケ最高)。今号を通じてみなさまも自分と周りの人々とのつながりの不思議さ、そしてその尊さに思いを馳せていただければ幸いです。(編集 M)

あいうえおぶせ 第3号 小布施の「う」をめぐる

発行日/2015年8月8日

編集・発行

 **MOUNTAIN DRIVE lab.**

<http://www.aiueobuse.net>

<http://www.facebook.com/aiueobuse> (Facebook)

おばあちゃんの背中 取材・文章協力

松澤ゆかり (ICHI cafe)

オブセにナンカ妖怪 取材・イラスト・写真協力

妖怪倶楽部のみなさま

写真協力 (P4・5)

畔上広行 (LODE Film)

お問い合わせ

 **MOUNTAIN DRIVE lab.** (マウンテンドライブラボ)

あいうえおぶせ編集部 aiueobuse@gmail.com

次号は…



次号は「え」。あいうえおぶせ、ようやく小布施での知名度も上がってきました。高まる期待とハードル。それに伴い編集部にはかかるハンパない重圧(泣)。いよいよ、みなさまの期待がモチベーションの源泉です(本音)。「え」の情報、タレコミ、提案、自薦、他薦、その他諸々大歓迎！ということと、次号「え」もお楽しみに！



う

まれそだった、この土地で。

ぬくもりが伝わる。てざわりがある。ひとの息を感じる。どこかほっとできるような空間。そんな診療所の原風景ともいえるようなイメージ。栗の木診療所は、専門的に病気だけを診るのではなく、患者さんを中心に考え、身体と心と魂を持って社会の中で生きる人間としてとらえる医療を目指しています。うまれそだった、この土地で。ここもやすまる、診療所。そんなふうになれたらいいなと思います。

栗の木診療所

381-0201 長野県上高井郡小布施町大字小布施2252-1

内科・消化器科(胃腸科)・小児科・往診 tel.026-242-6565

診察日 月～土曜(平日:8:30～12:00、15:00～18:00 土曜:8:30～12:00) 休診日 日曜・祝日



りきれ御免の人気者。



採れたての新栗の繊細な風味を
余すところなくお届けしたい。
そのために、ひとつひとつのご注文をいただいてから、
仕込んだ新栗を取りに栗菓子製造場「傘風舎」へと走ります。
それが時季限定、場所限定の秘密。
栗の郷ここの小布施にあっても、
新栗の季節の、仕込み場のそばでしか味わえないこの朱雀
栗そのものをこれ以上なく贅沢に楽しむための、
砂糖も何も加えない究極の点心です。
今年もまた、あなたのお越しをお待ちしております。



beside your story

はじめる人がいる。
応援する人がいる。

う れしい毎日が
う ごき出す。

そんなあなたの笑顔を応援します。

起業開業のご相談は八十二銀行へ



<http://www.82bank.co.jp/>

妖怪画展示、肝だめし、怪談など。
幟（のぼり）の広場（高井鴻山記念館隣）には、
屋台（食事処）もでるよ！



らめしやく

今年も出ちやうぞく

ようかい

妖怪夜会

やかい

2015

9月5日(土)

夜間無料開館(18時～)

鴻山

高井鴻山記念館

長野県上高井郡小布施町小布施805-1

☎026(247)4049

