

「心も体もキレイになって」との住民の思いがあふれる徳島県吉野川市美郷（旧美郷村）には、地区でしか味わえない料理や農作物収穫などの里山生活を体験させてくれる場所も多い。住民らによる心からのもてなしが魅力と聞き、地元の美郷商工会が作ったガイドブックを手にも「キレイのさと」の探訪を続けた。

【山本健太】



梅の木の剪定に精を出す天野栄さん

ガイドでまず目を引いたのが「美郷流マクロビオティック料理」。食べると体の中から「キレイ」になれるらしい。「美郷ならではの料理を2、3年前ほど前から、地域おこしの一環で始まったという。マクロビオティックとは、肉や乳製品は使わず、玄米や旬の野菜を中心に薄味付けで食材の味をそのまま生かした料理で

自身の健康を目指す食療法。現在、地区内3カ所の農家レストランで楽しめる。期待を膨らませ、3カ所のうちの「きのこの里」を訪ねると、川村里子さん(56)が笑顔で迎えてくれた。玄米ご飯やゆずみそコンニャク、野菜の天ぷら、ア

「栄養バランスも考えられていて、メタボにもいい」。毎日食べている川村さんの肌は50代とは思えないほどツルツルしている。商工会によると、マクロビオティックは予想以上に好評で、遠方からの県外客も多いという。仕込みに手間を要するので、事前の予約が必要とのこと。



美郷温泉の鎌谷節子さん(左から2人目)ら4人の「看板娘」

健康食に温泉、観梅……

このあめ煮……。おしゃれな盛りつけは見た目でも楽しめる。素材の味が生かされ、久しぶりにおいしい野菜に巡り合った気分。肉類を好む人でも満足すること

地域おこしへ取り組み拡大

梅の産地だけに、地区のあちこちに目立つのが梅の木。「梅博士」と呼ばれる梅農家の天野栄さん(78)が運営する農園に立ち寄りてみた。梅の専業農家で、戦前、父親の代から種え始めた梅の木は今は約500本を数え、「一年中、梅と暮らしている」と天野さん。この時期、余分な枝を切り落とす剪定の作業で忙しく、年明けまで続くという。

梅の産地だけに、地区のあちこちに目立つのが梅の木。「梅博士」と呼ばれる梅農家の天野栄さん(78)が運営する農園に立ち寄りてみた。梅の専業農家で、戦前、父親の代から種え始めた梅の木は今は約500本を数え、「一年中、梅と暮らしている」と天野さん。この時期、余分な枝を切り落とす剪定の作業で忙しく、年明けまで続くという。

利用者が少ない期間が長く続いたこと

四国 見門録

けん・ぶん・ろく

徳島県吉野川市

自家製の野菜などを使い「美郷流マクロビオティック料理」を提供する川村里子さん



ストープや風呂に使うためのまき割り、米炊きなど、日常生活に必要な作業に多くの時間を割く。「経済社会で暮らすのくの梅の花が山を飾る。近年、口コミで見物客が増えつつあるそうで、「昨年もお会いしましたね、なんて会話ができる」と、うれしくなります」と天野さんはにっこり。「息子のようなもの」という梅の木が花を咲かせるところ、もう一度来てみようと思った。

探訪の締めはせめて身だけでも「キレイ」にと考え、地区唯一の温泉、美郷温泉へ。「こんなに

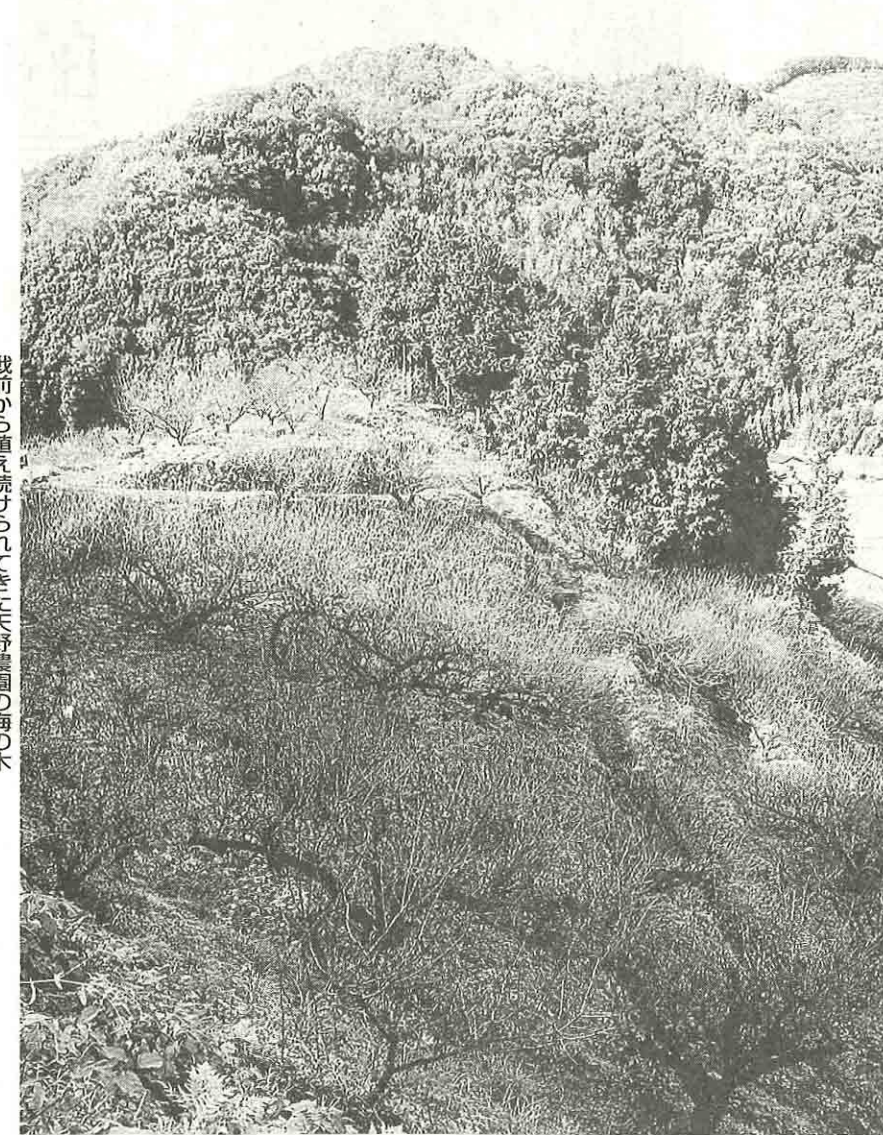
「キレイのさと」美郷

下

は」と、おかみを務める鎌谷節子さん(47)の明るい声がした。地区と同市山川町に住む同級生ら4人



きのこの里(美郷字田平、0883・43・2370)、青木裕さんの「かまどGoGo」(美郷字宗田、090・6285・5855)は予約が必要。天野農園(同、0883・43・2156)では、梅を使ったジャムなども販売。美郷温泉(美郷字奥丸、0883・43・2626)は午前10時～午後10時営業。料金は大人500円。毎月最終月曜(祝日の場合は翌日)休業(年末年始の休業は要問い合わせ)。



戦前から植え続けられてきた天野農園の梅の木



移住した美郷で自給自足などスローライフを送る青木裕さん