

やさかの味噌は熟成する

奥島根とも呼ばれる、島根県の山間にある弥栄。
ここには今も、日本伝統の発酵食品・味噌が息づいています。
大豆を育て、味噌を作り続ける、
やさか共同農場（島根県浜田市）を訪ねました。



父・隆さん(右)の後を継いだ、息子で2代目の佐藤大輔さん(左)。「親に唯一誇れることは寿命が長いこと」。



山間に点在する畑は、形がまちまちだったり石が多かったりと手入れが大変です。

やさかを飛び出し 再びやさかへ

中国地方の北部、日本海に面して東西にのびる島根県。漁港の町・浜田から中国山地の方角へ車を走らせて約30分。山の奥へ奥へと進んでいくと、静かな山間の集落が現れます。ここは島根県浜田市弥栄町。信号機もコンビニエンスストアもなく、自然と田畑が広がる昔ながらの山村です。この弥栄で、大豆を育て、味噌を作るのは、やさか共同農場（島根県浜田市）を6年前に受け継いだ2代



ともにやさか共同農場を引っ張る、やまちゃんこと山崎大輝さん。

この味噌は、昔からの営み

目・佐藤大輔さん、38歳です。

1972年、農業・化学肥料に頼らない農産物の生産、それらの産直販売、過疎化した村の復活を目指し、父・隆さんを含めた4人が弥栄に入村しました。冬は雪に覆われ、夏は冷涼な弥栄では、田んぼのあぜに大豆を植え、冬の間味噌を仕込んで長期熟成させるという風習がありました。それに習って1976年に始めて以来、弥栄に伝わる味噌をやさか共同農場は作り続けているのです。「山を切り開き、住む場所も仕事場も作り、仲間と共同生活をしながら父たちは働いていました。僕は生ま

れた時から、常に誰かと一緒にいる環境にありました。ごはんは玄米、おやつは天然酵母のパンとはちみつ。若い頃はそんな生活が嫌で、大学進学を機に弥栄を出て行ったんです」。しかし、16年前、佐藤さんは弥栄に戻ってきました。やさか共同農場を受け継ぎ、味噌作りに励む佐藤さんの思いとは何でしょうか。

「味噌は、生きています」

山の本々が黄色や橙色に色づく11月。佐藤さんたちにとっては、「黄金色の大畑を見るとぞっとする」ほど忙しい、大豆を収穫する季節です。国産大豆、中でも農業・化学肥料に頼らない国産大豆の生産量は非常に少なく（※コラム参考）、佐藤さんたちはできる限り味噌の原料である大豆も育てています。「一般では収穫の1週間前にも除草剤をまき、雑草をなくしてから収穫します。うちは除草剤を使わないので雑草も生えていますね。たまに動物が巣を作ることもあり、その時はそこだけ避けて収穫を進めるんですわ」。そう話しながら笑う佐藤さんが信頼を寄せ



1

やさか共同農場の近所では、棚田のあぜに植えた大豆を収穫後、はぜ干して自然乾燥。弥栄の原風景が残っています。



3



2

- 1 低く刈る大豆の収穫は難しい。
- 2 茎は青いままで実は熟すというものが今年はこちら。肥料の量かなあ」と常に変わる自然条件と向き合います。
- 3 自然の力が詰まった大豆は「甘みが強く、香りがいい」。



日本伝統の食品に使う大豆の自給率

2016年の国産大豆の自給率はわずか7%^{*1}。有機JASとして認定された国産有機大豆の自給率は、さらに少ない0.4%です^{*2}。味噌をはじめ醤油や豆腐など、日本伝統の食品に使う作物であるにもかかわらず、大豆はほとんど輸入に頼っているというのが現状です。やさか共同農場ではできる限り自社で大豆を育てており、足りない分は国産有機大豆、または国産大

豆を仕入れてます。「国産大豆はすべて島根県産のもの、国産有機大豆は6割が島根県産のものになっています。これらを集めるのも大変なんです。佐藤さんたちは大豆を探して集めるのにも大忙しなのです。

^{*1} 農林水産省「大豆をめぐる事情(令和元年10月版)」大豆のホームページ

^{*2} 農林水産省「平成28年度有機農産物等の格付実績」有機食品の検査認証制度

大豆の風味がしっかりとした定番味噌
やさかみそ(中辛)

1601 蔵 38

750g 698円(税込754円)

④やさか共同農場(島根県浜田市)
⑦大豆



麹の量は大豆の3.5倍
麹の甘みが生きた味わい
やさかの白みそ

2805 蔵

500g 578円(税込624円)

④やさか共同農場(島根県浜田市)
⑦大豆



あっさりとした
麹の風味が楽しめます
やさかみそ(甘口)

1602 蔵 38

750g 698円(税込754円)

④やさか共同農場(島根県浜田市)
⑦大豆



甘口味噌に洗双糖と
弥栄町産ゆずをプラス
やさかのゆずみそ

2804 蔵

200g 518円(税込559円)

④やさか共同農場(島根県浜田市)
⑦大豆



※同時配布の『カタログ大地を守る』104号も合わせてご覧ください。

Photo:Taro Terasawa Text:Maiko Oasa Design:Better Days

るのは、10代の頃にやさか共同農場の研修生として移住し、何をやるにも歳の近い佐藤さんと一緒だったという、大豆生産担当で取締役も務める山崎大輝さんです。「雑草や大豆の茎が多いところは速度を遅めたりと、環境を見ながら収穫機の高さや速度などを微調節します」と話す山崎さんが大豆を収穫する様子は、丁寧かつ動きに無駄がありません。たぐさんのテントウムシやコオロギなども見守るこの畑は、まさに生態系の一部。それに農業が寄り添っています。

「母屋」と呼ぶ事務室がある建物で、母・富子さんが味噌汁を作ってくれていました。「弥栄を出て行って東京に住んだ時、ジャンクフードまでいろいろと食べましたね。でも味噌

つながりのある 本能的な営み

プンを食べて甘みを生み出すんです。夏に働く乳酸菌は、麹菌が食べて小さくしたものを食べてさらに小さくし、酸味と香りを生み出します。そして、秋に働く酵母菌は、乳酸菌が食べて小さくしたものをきれいに掃除するように食べ、香りを生み出し、ここで初めて味が整うんです。味噌は生きていくものなので、毎年、香りが立つタイミングなども違うんですよ」。菌も仲間と言わなければいけません。佐藤さんはすらすらと話します。大手企業では早く大量に生産するために2〜3か月加温して強制発酵させるそう。佐藤さんいわく「味噌つばいものができあがるのです」。

「日本でも古くから受け継がれる発酵食品「味噌」。次の世代の人々とともに、熟成し続けています。

「味噌は合わせるとおいしい」と言う母・富子さんの今日の味噌汁は、中辛と白をブレンド。



4 「大きな味噌作り」を担当するのは、佐藤さんが声をかけて集まってきた20代・30代メンバー。

5 蒸した米の温度を手で調整します。

6 「家で白味噌は余らない。カレーやシチューに入れてもこくがアップします」

イベント

編集後記

取材時、佐藤さんの母・富子さんが作ってくれた味噌汁は、体と心にしみ入るおいしさでした。また、佐藤さんが教えてくれたのが即席味噌汁です。お好みのやさかみそを合わせた約15gと、お好みの乾物などを具にお椀に入れ、あとはお湯を注ぐだけ。ぜひお試しを！(編集部・大麻)

自分で仕込む手作り味噌の世界を体験！発酵ライブキッチン

やさか共同農場・佐藤大輔さんの味噌作り講座

2020.2.2 (日) 午前 10:00~12:30 午後 14:00~16:30

白米・玄米・麦からお好みの有機麹と有機大豆を使い、味噌(できあがり約2kg)を手作りします。講師は、1972年にスタートし、有機野菜をはじめ「やさかみそ」や甘酒など加工品も作り続ける、やさか共同農場の代表・佐藤大輔さん。引き込まれるお話が魅力の大輔さんが、やさしく丁寧に教えてくださいます。大輔さんおすすめの麹を使ったレシピもご紹介し、「お子さんも楽しめる」午前の部、「もっと味噌を詳しく知る」午後の部の2回を開催。手作り味噌の世界と一緒に楽しみましょう。

DATA
会場……オイシックス・ラ・大地 Osaki Kitchen Studio(品川区)
 ※JR線「大崎駅」南改札口より徒歩5分
講師……やさか共同農場・佐藤大輔さん
参加費……大人(中学生以上)●3,500円
 ※手作り味噌の材料費を含みます。
定員……各25名
申込……ご希望の①参加の部(午前、午後)、②麹の種類(白米・玄米・麦より1つ)を、備考欄にご明記ください。
申込締切……1月19日(日)
主催……大地を守る会 発酵ラボ

白米麹●やさしい甘さでくせがない
 玄米麹●甘さ控えめでくがある
 麦麹●あっさりとした甘さと独特の香り

大地を守る会
 定期会員
 限定
 今号の
 トピック



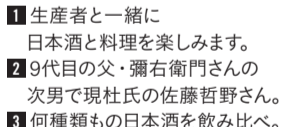
1 混ぜたり丸めたりと、お子さんも楽しめます。
 2 カビが発生しにくくなる裏技もご紹介。
 3 「夢は発酵食品が身近になること」と佐藤大輔さん。

大地を守る会オリジナル純米酒「種時人」の新酒をお披露目 大和川酒造店交流会 ~新酒完成を祝う会~

2020.2.8(土)・9(日)

芳醇な香りが漂う蔵で日本酒の製造工程を見学し、樽からしぼりたての大地を守る会オリジナル純米酒「種時人」の新酒を試飲します。喜多方市街で江戸時代から受け継がれてきた旧蔵「北方風土館」では、日本酒造りの歴史にも触れられます。夜は生産者の皆さんと一緒に、新酒と郷土料理を味わう交流会。何種類もの日本酒を飲み比べられます。酒米を育てている生産者も参加します。日本酒を囲み皆で祝いましょう！

DATA
訪問先……大和川酒造店(福島県喜多方市)
 ※JR磐梯西線「喜多方駅」集合・解散です。
旅行代金……大人(20歳以上)●20,000円、
 子ども(20歳未満)●12,000円、
 4歳以上小学生以下●8,500円、
 3歳以下●2,500円
 (食事・3歳以下用布団付き)
 ※代金はすべて消費税込みです。
定員……20名
申込締切……1月17日(金)
 ※申込者が少ない場合、
 1月24日(金)まで申込を受け付けます。
 お問い合わせください。
旅行会社……株式会社トビムシ
 (東京都知事登録旅行業第2-6290号)
旅行条件……添乗員なし、最少催行人数10名
協力……大和川酒造店、大地を守る会
 米プロジェクト21
本イベントの詳細・注意事項は、大地を守る会のホームページ「イベント」をご覧ください。



お申込みはWEB
 または右記申込書を
 注文書と一緒に
 ご提出ください



お問い合わせ
 オイシックス・ラ・大地
 ソーシャルコミュニケーション部
 TEL●050-5306-8513
 E-mail●csr@member.daichi.or.jp

注意事項
 当社は、大地を守る会のイベント及び大地を守る会が告知する他団体のイベントにお申込みいただく際、ご記入いただく個人情報をお申込み内容に関する確認、参加者への連絡、抽選、抽選結果連絡、お問合せに対する回答、非常時に関する対応、イベントの質向上管理のために利用させていただきます。なお当社は、イベント等を旅行業者に業務委託する場合があります。この場合、個人情報を開示することがあります。業務委託にあたっては、個人情報の保護に関する契約を締結し、業務委託先が契約を遵守するよう必要かつ適切な管理及び監督を行います。上記に同意の上お申込みください。個人情報の取扱いに関するその他の条件については、当社ウェブサイトの個人情報保護方針をご確認ください。
<https://takuhaidaichi-m.co.jp/information/8>

発行 オイシックス・ラ・大地株式会社
 東京都品川区大崎1-11-2
 ゲートシティ大崎イーストタワー5階
 TEL 050-5306-8513

つくる人と食べる人をむすぶ、年に一度の一日 大地を守る会オーガニックフェスタ

2020.3.1(日) 10:00~16:00

2020年、大地を守る会は45周年を迎えます。設立以来続く、年に一度、大地を守る会の生産者が全国各地から集まる「大地を守る会オーガニックフェスタ」を今年も開催します！生産者とおしゃべりしながらお買い物ができるマルシェ、大地を守る会の食材を使ったカフェ、産地や食材などについて知るワークショップなど、さまざまな企画を準備中です。詳細・最新情報は、大地を守る会のホームページや別チラシ(1月27日週配布)へ。

DATA
会場……天王洲アイル B&C HALL(品川区)
 ※東京モノレール
 「天王洲アイル駅」より徒歩6分、
 りんかい線「天王洲アイル駅」より徒歩7分
参加費……無料
申込……不要
 ※当日、会場に直接お越しください。
主催……大地を守る会
 オーガニックフェスタ実行委員会
 ※当日17:00より同会場にて、
 交流パーティー(当日申込、有料)も開催します。



1 生産者自慢の食材がずらり。
 2 交流パーティーでは、大地を守る会の食材などを使った料理と飲み物を片手に。
 3 生産者と楽しくおしゃべり。

2020年1月号 イベント参加申込書

ソーシャルコミュニケーション部行							
イベント名				参加人数	会員番号		
				人			
参加者の氏名(フリガナ)	性別	年齢・学年(生年月日)	アレルギーの有無	参加者の氏名(フリガナ)	性別	年齢・学年(生年月日)	アレルギーの有無
メールアドレス(事前連絡が可能で添付ファイルが受信可能なもの)				携帯電話番号(当日連絡が可能なもの)			

*ご家族の場合は代表者分のみをご記入ください。
 備考(会員として登録された「住所」と異なる方がいらっしゃる場合はその方の住所、他連絡事項がある場合はその旨をご記入ください。)

*複数のイベントにお申込みされる場合や記入しきれない場合は、「連絡便」などに必要事項を明記の上、ご提出ください。