

100年先も、  
おいしい郷土を大地の味で



## 花が咲く うつまみの

長野県木曽町で明治期から続く  
小池糀店の麹製造を訪ねました。  
目に見えなくとも確かにそこにある、  
うまいものとを探ります。

仕込みから3日目で完成を迎えた  
小池糀店の米麹。ふわっと白い菌  
糸が伸びるこの様子を麹の作り手  
たちは、花が咲くと表現します。

ここが麹室。蒸したての米を手でほぐしながら冷まします。最初は炊きたてのごはんでおにぎりを作るみたいにあつあつ。これを人肌になるまで冷めます。「うちでは麹菌が一番えらいんです。だから暑いなかでやっていますよ」と麹菌の適温に従って半袖姿。



## 町に一軒残る 麹屋さんで

醤油、味噌、酢、みりん……私たちになじみ深いこれらの調味料は、いずれも麹菌を使って発酵させることで作られます。たとえば醤油は、麹菌の酵素が大豆と小麦のたんぱく質やでんぶんを分解して、うまみ・甘み成分が生まれます。単純な「しそっぱい」「甘い」だけに終わらない味の奥行き、こく、まろやかさは発酵がもたらすもの。「さしすせそ」の調味料のうち、塩と砂糖以外は、麹菌が裏方として働き、豊かな味わいを生み出しているのです。

今回はこのうまいの源、米麹を作り続けて146年の小池糀店を訪ねます。店を営むのは6代目社長の唐沢尚之さん(54歳)と工場長の裕之さん(53歳)のきょうだい。古くは中山道の宿場町として賑わった福島宿に店を構え、主に米麹、味噌、甘酒を製造販売しています。大地を守る会には『木曽の手造り甘酒』を届けて30年ほどのつき合いとなりました。

「昔は町に一軒は麹屋さんがあって、木曽福島にも四軒あったそうです。僕らが物心ついたときにはうちのほかに一軒。そちらも店を畳まれてうちだけになりましたね」と兄の尚之さん。そう、かつての日本では味噌も醤油も、各家庭で一年分を手作り。人々は大切な材料である麹を購入するため、麹屋さんは生活に欠かせない存在でした。

「明治のころから変わっていないんです」という店の意匠にも屋号にもある『糀』とは、米に繁殖する菌を花が咲く様子になぞらえた漢字。小池糀店が専門店として歩んできた歴史を物語っています。

# 木曽の あいし さとへ

## 一粒一粒 ていねいに蒸す

普段の生活であまり目にすることはありませんが、麹菌の胞子である種麹は、カビの一種できめ細かい粉末です。米麹を作る際は、蒸した米にこの種麹を振りかけてまぶし、適切な温度・湿度で管理しながら繁殖させていきます。

こうしてでき上がった米麹は、蒸し大豆、塩と混ぜて米味噌に、炊いた米と混ぜて甘酒にと、重要な原料として使われています。

「いい麹を作ることが、私たちにとってスタートであり、ゴールでもあります」。自社製造の米麹から味噌や甘酒も作る小池糀店では、「麹の良し悪しがすべての味の決め手になります」と弟の裕之さんが話します。

米麹作りの第一歩は米を蒸す蒸米。まずは木桶に米を30kgずつ移して蒸します。一度に全量ではなく複数回に分けて入れていきますが、この方法は「抜けかけ法」という伝統技術で、蒸気の通り道を確保しながら蒸すため、熱が均等に行き渡ります。目指すのは、「バラバラしない蒸し上り」。

「麹菌が育つには人間と同じく温度、水分、酸素が必要なんです。蒸すのが残っていても水分が足りず、麹菌がうまく働けません。そうすると、いい麹にはならないんです」

「いい麹」とは、麹菌の菌糸が表面だけでなく、米粒の中心部まで深く、まんべんなく食い込んでいる状態。麹菌が働きやすいように、培地となる米をいかにうまく蒸すかが、麹の良し悪しを決めるスタート地点なのです。



木曽川にせり出すようにこの地域特有の崖造りの家並みが続きます。小池糀店は木曽川にかかる行人橋のたもと、向かって右側に。



4 種麹をまぶしたら布で包んで  
菌の繁殖を待ちます。5 この白っぽい粉が種麹で日本生まれのニホンコウジカビ。“食べられるカビ”として、日本の発酵食品に使われてきました。6 酵母を振りかける尚之さん。7 2日目、麹菌が繁殖して白っぽくなったら、切り返し機でほぐします。8 前日に仕込んだ甘酒を混ぜてなめらかに。9 米の粒がとろける甘酒。破碎米などの加工用米を使うところもありますが、「均一に仕上がらない」と原料は食用の米です。

「麹の甘みがとてもおいしい」「上品な甘さのまろみのある甘酒」と多くの会員の方から声が寄せられ、不動の人気を誇る「木曽の手造り甘酒」。深いこくがありながら、後味がすつきりとして軽やかな味わいです。この甘酒を作るにも「いい麹が必要」と尚之さんが話します。

## いい麹から

兄の尚之さんも「室にはそれぞれありますね。どの室でも、だれでもうまく作れるかっていうところが一番じゃない。ここでは私たちがやかな笑顔。室には個性があり、その環境にすみついている独自のさまざまな菌が、麹の味わいに大きく影響します。「祖母の代で祖母の感性の赴くままに設計したんです」と話すこの場所で育まれるおいしさについて、2人は「唯一無二」の室のおかげだね」と仲睦まじく笑い合っていました。

「麹の甘みがとてもおいしい」「上品な甘さのまろみのある甘酒」と多くの会員の方から声が寄せられ、不動の人気を誇る「木曽の手造り甘酒」。深いこくがありながら、後味がすつきりとして軽やかな味わいです。この甘酒を作るにも「いい麹が必要」と尚之さんが話します。



背後に山が迫る中山道沿いに佇む小池糀店。通りから2階に見える部屋も奥は山に埋まった半地下。麹菌にとって貴重な環境です。

米の甘みが際立つ麹屋の甘酒  
木曽の手造り甘酒 蔵  
1750

350g 888円(税込)  
④小池糀店(長野県木曽町)  
⑤着日含め45日保証

※同時配布の『カタログ大地を守る』と、  
お買い物サイト104号をあわせてご覧ください。

10 左が唐沢尚之さん、右が裕之さん。スタッフの方も「ここの米麹は味の深さが違う」「なくなってしまうのは困る」と熱い想いで働きます。志高き食文化の担い手が集合。11 お昼ごはんにふるまつてくれた「発酵定食」。鮭の切身を甘酒に漬けた焼き魚、べつたら漬け、豆腐田楽は味噌と甘酒を混ぜたれでいただきます。



## 祖母が残した 宝モノ

「この室がうちの宝なんです」

裕之さんが、蒸した米を運び入れる先に、麹室がありました。麹室

とは、麹を作るための専用の部屋のことです。小池糀店の麹室は店の奥にあり、裏の岩山を掘った中に下部分が埋まつた半地下の造り。裕之さん曰く、「ここは冬あたたかくて夏は涼しく、25℃くらいに保たれるんです。上半分が地上にある分、じめじめしません。麹にとつて温度も湿度もいい塩梅なんですね」と静かに胸を張ります。

兄の尚之さんも「室にはそれぞれありますね。どの室でも、だれでもうまく作れるかっていうところが一番じゃない。ここでは私たちがやかな笑顔。室には個性があり、その環境にすみついている独自のさまざまな菌が、麹の味わいに大きく影響します。「祖母の代で祖母の感性の赴くままに設計したんです」と話すこの場所で育まれるおいしさについて、2人は「唯一無二」の室のおかげだね」と仲睦まじく笑い合っていました。

今年も一年のはじまり。無病息災を願って飲み物としていただくのはもちろんですが、大根を漬ければべつたら漬けに、魚の漬け床に使えばふっくらとしてうまい豊かな焼き魚にと、食卓の味わいが広がります。もちろん毎日の料理に砂糖の代わりに取り入れるのも良いでしょう。麹による甘みを越えた丸みのあるおいしさを味わっていたいと思います。

「小池糀店の味が大地を守る会で買えたらしいのに」。じつはある会員の方が大地を守る会に連絡をくれたのが、小池糀店とのつき合いのはじまりです。当時家業に入つたばかりの尚之さんが味噌のおまけに甘酒を届けたところ、弊社の担当者が甘酒に魅せられて取引に至つたそうです。良い縁がつながつて今に至り、会員の皆さんに愛されていることを喜ばしく思います。

米一粒一粒を均等に蒸し、麹菌がすみずみまで繁殖するように手入れを施した元気な麹が、甘酒のおいしさにも貢献しています。

しやすい温度帯なんです。なので、いい麹、強い麹でないと、麹菌との駆け引きで負けてしまう。そうすると微妙な臭みが出る。いい麹であれば多数決で雑菌に勝ちます」

米一粒一粒を均等に蒸し、麹菌がすみずみまで繁殖するように手入れを施した元気な麹が、甘酒のおいしさにも貢献しています。

# ソーシャルレポート

編集後記 ↓ 小池糀店で種麹をつける作業を手伝わせていただきました。百聞は一見にしかずで蒸し上がったお米の熱いこと、重いこと。それでも手でていねいに冷ますのは温度が高いと麹菌が死んでしまうからです。「彼らは24時間頑張ってくれるからね」と麹菌を思いやるみなさんの仕事ぶりが心に残りました。(編集部・青木)

## 生産者と協働し、紛争地域や農村の課題解決を目指す取り組み アジア民衆基金総会が開催されました

### どんな基金なの?

2025年11月、大地を守る会で取り扱っているバランゴンバナナの産地であるフィリピン、ミンダナオ島で互恵のためのアジア民衆基金(以下APF)の総会が開かれました。APFとは、主にアジア各地のフェアトレード商品の産地を支援するために2009年に設立された融資基金です。バングラディッシュのグラミン銀行を手本にした農村振興のための少額融資の基金で、各産地が抱える問題を解決するために、産地自身が提案するプロジェクトに融資を行うというものです。

### 具体的に役立つ支援かを確認

参加者は各国52団体から52名、オンライン参加者を含めると100名を超える総会となりました。各国からの報告のなか、オリーブオイルの産地であるパレスチナ西岸地区からは、出荷元のUAWC(パレスチナ農業委員会)の北部事務所設置やソーラーパネルの設置などの報告がありました。2023年から続くガザ地区での紛争と同時に西岸地区でも様々な困難が続いており、自給できる電力の確保や北部に住む10万人の農家との連携がしやすくなりました。



① バランゴンバナナの洗浄、選果も確認。バランゴンバナナとエコショーリングの売り上げの一部を基金に拠出しています。② 各国の生産者とアイディアを出しあって今後の基金のあり方を話し合いました。



### ~台風25号・26号による甚大な被害からの復興に向けて~

## フィリピン台風25号多重被災への支援継続のお願い

2025年11月上旬、2回にわたりフィリピンを直撃した台風25号、26号はバランゴンバナナの産地であるネグロス島、ルソン島及び近隣の島々に多大な被害をもたらしました。強風や鉄砲水によりバランゴンバナナが全滅する地域もあり、全壊した生産者宅もありました。長い間停電が続き、道路が寸断されるなど、インフラが破壊され復旧作業が続いています。DAFDAF基金は、被災地支援活動を行っています。本支援が、被災された方々の生活再建の一歩となるよう、皆さまからの温かいご協力をよろしくお願いいたします。

- ① 強風により倒壊したバナナ畑。  
② 水害後、復旧作業を行うバナナ生産者たち。

### ご協力をよろしくお願いします

#### お申込み方法 DAFDAF基金 4801

1口500円 何口でも募金いただけます。  
◆お買い物サイト…「注文番号で注文」でお申し込みください。  
◆注文書…「特別注文欄」でお申し込みください。  
※募金にポイントをご利用いただくことはできません。  
※募金は送料算出時の「ご注文金額」には含まれません。

#### ご支援いただいた寄付金の活用について

2025年12月～2026年1月にご支援いただいた寄付金は、フィリピンの台風による被災地の生活再建支援のために、大切に活用させていただきます。

## イベント

### 未来へつなぐ森里海の集い

## 映画「杜人」・「ここにいる、生きている。」 上映会＆トークイベント

2026.2.14(土) 12:30～17:00



「未来へつなぐ森里海の集い」第1回目(2023年2月)に上映した映画「杜人～環境再生医矢野智徳の挑戦」(<https://lingkarafilms.com/>)を再上映します。併せて「ここにいる、生きている。～消えゆく海藻の森に導かれて」(<https://umi-mori.com/>)のハイライト版も上映します。さらに、両映画監督をゲストにお迎えしてのトークイベントも行います。生態系存続の危機など、森・里・海で起きていることを、もっと多くの方に知ってほしいと企画しました。



上映後は、両監督と富田正和さん(千葉産直サービス)を交えたトークセッションを企画しています。

### NEWS大地を守る [WEB版]

大地を守る会  
WEBサイト内 ▶▶▶  
「学ぶ」から



<https://www.daichi-m.co.jp/manabu>

### お問い合わせ

大地を守る会サポートセンター TEL 0120-158-183  
受付時間 ●月～金・午前9:00～午後5:00／土・午前9:00～午後1:00  
お問い合わせフォーム ● <https://takuhai.daichi-m.co.jp/support>  
E-mail ● [support@takuhai.daichi-m.co.jp](mailto:support@takuhai.daichi-m.co.jp)

### 大地を守る会 [イベント情報]

イベントの  
お申し込みは ▶▶▶  
こちらから



<https://www.daichi-m.co.jp/event/>

●『NEWS大地を守る』に掲載している取り組みは、主に大地を守る会の宅配サービスの年会費・利用料で運営されています。

### 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し込みいただく際、ご記入いただく個人情報を、お申し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、お問い合わせに対する回答、非常に多くの対応、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し込みください。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://takuhai.daichi-m.co.jp/Information/8>



大地を守る会  
DAICHI wo MAMORU KAI

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タワー5階  
TEL 050-5306-8513