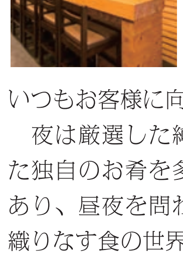
美味楽Shop

酒菜工房 和

地場産のお野菜、近海のお魚と店主の創造性が奏でる和のシンフォニー

お昼時のおすすめ定食。串揚げ天ぷら、美味四種盛り（甘焼き卵、じゃがいものキンピラ、なすの甘酢漬け、寄せトマトとオクラのオリーブオイル和え）、手作り豆腐、かぼちゃのスープ、セロリの塩ゆで、野菜サラダ、ご飯、みそ汁、つけ物が付いて900円（週変わり）。他に天ぷら定食1,050円、お造り定食1,100円、なごみ御膳1,500円、みずほ1,800円。すべてに旬の旨味と店主の創造性が息づいてる。

店主の大塚さん（向かって右）とスタッフの芝野さん。


喧噪とは無縁の“木づくし”の異空間。壁に掛けられたお品書きを見て、どんなお料理が出てくるのか想像するのも、ここでは楽しみの一つ。

周辺とは全く雰囲気の異なる、全面木だけで作られた間口。

日本酒はこだわりの純米酒だけを仕入れている。もちろん焼酎等も楽しめる。

河内長野駅を七つ辻に向かって数分歩くと、右手に間口すべてが美しい木で作られたお店「酒菜工房 和」さんが見えてきます。間口だけでなく店内も一面木で囲まれ、その純和風の空間は建築デザインのコンペで優秀賞を受賞したそうです。

店主はシェラトン都ホテル大阪の第1期生として入社した後、河内長野荘の料理長を経て、3年前に独立されました。独立の理由は「さらに納得できる味を追求したかったから」。当初は夜だけの営業でしたが、「普段はお料理に専念されている女性の方にも揚げたての天ぷらを食べていただきたい」との思いがつのり、ほどなくお昼の営業も開始。地場産のお野菜と近海のお魚にこだわった、目でも舌でも味わえるお料理が評判を呼んでいます。

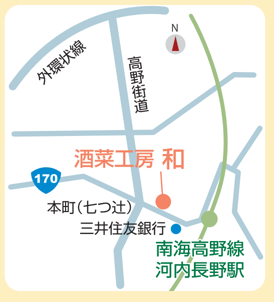
「お昼時は品数が豊富で健康的であること、どなたでも完食いただけるよう量にも気を配っています」とのこと。お客様をお待たせしないことも信条で、ここにも長年磨かれた技が光ります。お品書きには「河内長野若ゴボー」「河内長野じゃがいも」等エコ農法で作られた地場産のお野菜の名前がズラリ。鱧や鯵、鯛等お魚はもちろん近海もの。また、素材の良さに優るとも劣らないのが、「創造性」。一品一品すべてが店主の手にかかると、ここでしか味わえない創意溢れる唯一無二のお料理となります。「お客様とのコミュニケーションを大切にして、顔の見えるお付き合いを続けていければ幸せです」とおっしゃる店主の目は、素材だけではなく、いつもお客様に向けられています。

読むだけで食べたくなる多彩なお品書き。テレビ取材を受けた逸品「シソ天餃子」も。

夜は厳選した純米酒と、お酒との相性を考え抜いた独自のお肴を多数ご用意。手軽な聞き酒セットもあり、昼夜を問わず地場産の素材と店主の創造性が織りなす食の世界を堪能できます。

酒菜工房 和

- ●住所：大阪府河内長野市本町10-15 アダチビル101
- ●Tel：0721-53-0385
- ●営業時間：
  - （月～金曜日）11:30～14:30 17:30～23:00
  - （土曜日） 17:30～23:00
- ●定休日：日曜日
- ●駐車場：近くのタイムズは30分間無料



1/2 DAY TRIP 河内長野発▶

のどかな明日香村 稲渕の棚田にユニークな案山子が大集合!

9月17・18日は「彼岸花まつり」も開催

みずみずしい緑の水田が黄金色に変わるころ、奈良県明日香村にある棚田に大小さまざまのユニークな案山子が出現！「日本の棚田百選」にも選ばれた稲渕地区で9月～11月に行われる名物「案山子ロード」。町おこしにと地域の方たちが始め、今年で21年目を迎えます。毎年テーマを掲げており、集まる案山子は50作品前後。今年のテーマは「棚田deオリンピック」。応募作品のすべてが棚田のあぜ道に展示され、9月17・18日に開催される「彼岸花まつり」でコンテストが行われます（案山子コンテストは18日のみ）。石舞台古墳の南に広がる稲渕地区の案山子ロードは全長約2km。車が乗り入れできないためアクセスは近鉄「飛鳥駅」または「橿原神宮前駅」を起点にレンタサイクルか村オリジナルの2人乗り電気自動車「ミチモ」が便利。巡回するかめバスの停留所「石舞台」から約20分。高松塚古墳やキトラ古墳など遺跡群が集積する明日香村は見どころがいっぱい。彼岸花まつりでは9月18日18時30分から石舞台地区の風舞台で「劇団時空」による歴史ファンタジー公演も（観覧無料）。※棚田は生活の場。あぜ道に入ったり騒いだりしないようマナーを守って。

2人乗り電気自動車「ミチモ」。3時間3,240円～。確実に乗るには予約を（Tel:0744-54-2099）

思わず笑ってしまう虫の案山子

ジャンボ案山子は年間を通じて展示。あぜ道に咲き誇る真赤な彼岸花の見頃は9月中～下旬。

案山子の写真はすべて昨年度の作品（写真提供=明日香村地域振興公社）。今年の展示は9～11月

●問い合わせ　明日香村地域振興公社　Tel:0744-54-4577
●アクセス　近鉄長野線「河内長野駅」から「古市駅」で乗換え南大阪線「橿原神宮前駅」または「飛鳥駅」下車（所要時間40～45分）。かめバス（明日香周遊バス）「石舞台停留所」から徒歩（約20分）

Q 喜多町にある大日寺のお地蔵さんはクリスチャン？

みなみかわち・なんでも調査隊 ～あなたのナゾにお答えします!～

キリシタンの里だった烏帽子形山

今は廃寺され喜多町の集会所になっている大日寺。境内西側にある地蔵堂の横に並ぶお地蔵さんは「ヤソ地蔵」と呼ばれキリシタン地蔵だったともいわれています。市立図書館　地域文化遺産啓発専門員の尾谷雅彦さんに尋ねてみました。

「烏帽子形城のあった烏帽子形山の辺りは戦国時代、伊地智文大夫など2人のキリシタン武将を含め3人で治め、300名のキリシタンの領民が住んでいた教会もあったとか。1582年にイエズス会の宣教師がローマへ送った日本年報という報告書の中に記されています。ただ、このお地蔵に関する資料は残っておらずキリシタン地蔵であったというのは推測にすぎませんが、烏帽子形城の北端の字端山の一角には、小字で「ヤソブ」と言う地名も残されています。それにしても今から430年も前に河内長野に宣教師が訪れ、烏帽子形山の地名をローマに伝えている。感動を覚えませんか」。

ヤソ地蔵。胸で合掌しているようにも見えます

山深い流谷に残る十三仏。「承応2年（1653）十月十五日」の紀年銘も。

祠に丁重に祀られた十三仏。場所は流谷の集会所の前

ちなみにその後、豊臣秀吉によって迫害を受けたキリシタンたちは天見の山里などに逃れて隠れ住んだともいわれています。流谷に残る「十三仏」には、側面に「テウロ」「シタニ」などキリスト教の洗礼らしき名を刻んだ跡があり地域の方たちによって祀られています。

大日寺の地蔵堂横に並ぶ。右端がヤソ地蔵

伝承も地域の大切な文化です
尾谷さん

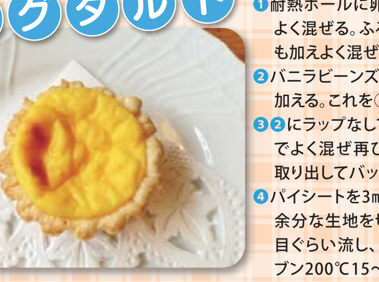
質問を募集しています! 「ここになぜこんなものが?」「この由来は?」など、街の中でふと感じたクエスチョンをお寄せください。あなたに代わってお調べします。応募先は欄外の宛先へハガキまたはFAXにて受付いたします。

電気を「選ぶ」時代へ
KGでんき
電気料金シミュレーション申込み受付中!!
0120 012-053-0012
申し込み受付中!
申し込みキャンペーン開催!
2016 7/16㊏～8/31㊌
暮らしに役立つ日用品ギフトセットプレゼント!
特典
BOXティッシュ ほか
※写真はイメージです。※商品は変更になる場合がございます。
※河内長野ガス（KGでんき）は、大阪ガスの取次店として大阪ガスが供給する電気を取り扱います。

ガス火でおいしく!! カンタン♪本格♪Cooking

エッグタルト

材料（直径7cmのタルト型4個分）
- 卵黄・・・・・2個
- 砂糖・・・・・25g
- 薄力粉・・・・・小2
- コーンスターチ・・・・小2
- バニラビーンズ・・・1/5本
- 牛乳・・・・・200cc
- 冷凍パイシート・・・・4枚（10cm×10cm）



❶耐熱ボールに卵黄を割りほぐし、砂糖を加えてよく混ぜる。ふるった薄力粉とコーンスターチも加えよく混ぜる。
❷バニラビーンズをさやからしごき出して牛乳に加える。これを①にすこしずつ加えよく混ぜる。
❸❷にラップなしでレンジにかけ（2分）泡だて器でよく混ぜ再びレンジにかける（1分30秒）。取り出してバットに広げ冷ます。
❹パイシートを3㎜厚さに伸ばしタルト型にしき、余分な生地を切り落とす。❸のクリームを7分目ぐらい流し、オーブンで焼く（ガス高速オーブン200℃15～20分）

このまち大好き! 未来を拓くアントレプレナー／シリーズ8

ミュージカルソー演奏家・作曲家　サキタハヂメさん

まち全体を舞台にして 幻想的な「木」のおまつりを!

1994年のスタートから22年、今年も9月11日にラブリーホールで開催される「かわちながの世界民族音楽祭2016」で芸術監督を務めるミュージカルソー（のこぎり）演奏家のサキタハヂメさん。映画や舞台、テレビ挿入曲などの作曲家としても売れっ子ですが、その殻破りな発想は音楽を超えてアートやファッション、河内長野から発信する世界のまつりへと広がります。炸裂するクリエイティブの先にあるものは…。

のこぎりを自由に操り、心に染み入る音色を奏でるサキタさん。帽子には「かんなのはな」が。ラブリーホールのホワイエにて。

■サキタさんといえば、やはりのこぎり。ミュージカルソーとの出会いは。

19歳の時にバイト先のチンドン屋の仕事で熱海を訪れた際に都家歌六さんの演奏を聴いたのがきっかけです。とにかく音色が美しくてね。泣いていいのか笑っていいのか感動で体が震えました。高校時代にバンドをやっていたけど、のこぎりを取り寄せて練習すると音が出るまでに半年かかりました。その後も趣味程度に弾いていたのですが、アメリカでミュージカルソーの大会があるので参加したらなんと優勝。バンドやチンドン屋で舞台慣れしていたのがよかった（笑）。

■作曲家としても活躍されています。

ジャンルに関わらずおもしろいことをカタチにするのが好きです。おもしろいお題をいただくと曲が聞こえてきたり、絵が浮かんできたりするんです。『みんなのつくりたいもの』がもともとあって、上に被さっている落ち葉のようなものを取り除いていくと自ずと出てくる、みたいな…。

■仏師が「もともと木の中に居られる仏様を削り出す」と言われるのと似ていますね。

そう、その感じです。奥河内には楽しい人がいっぱい。木と森もあってドラマがある。このドラマを音楽やアートでカタチにするのが私の役割だと感じています。

■昨年から河内長野の住民ですね。

のこぎりの相方である「木」。最近は木の方に興味が広がっています。その木が奥河内には豊富にある。奥河内の人と木に導かれて住むことになりました。昨年から河内長野材を使った楽器づくりをしていますが、木を面白がる人たちと「森のパイプオルガン」も作っています。奥河内の杉の木立をそのままパイプオルガンにしたいんです！フイゴで風を送り込み鍵盤を押すと音が鳴る仕組みです。森全体を楽器にしようという壮大なプラン。インターネットを介せば奥河内の山中で押した鍵盤で、フィンランドの森が響き出す…そんなことも夢ではありません。

■9月の世界民族音楽祭。芸術監督として今年のメインステージは？

6楽章からなる「奥河内音絵巻～幻のまつり～」を45分の楽曲にしました。舞台では木の削り屑から生まれたかんなのはなが咲き誇り、かんなのはなの妖精たちが舞う森の中で木々が共鳴します。これは数年後に計画している「かんなのはなまつり」へつながります。木への祈りとベネチアンの仮装カーニバルを合わせたような、幻想的でちょっとぶっ飛んだおまつり。関空を降りた外国人に『一生に一度は見ておきたいね、アレ』と言われる絶景を創りたいんです。皆さんもかんなのはなを付けてぜひ見に来てください。

サキタさん愛用のミュージカルソー。西洋のこぎりのギザギザのない方をバイオリンの弓で擦ったりバチで叩いたりして奏でる。18世紀、西洋の大工が考案した。

Profile　サキタ ハヂメさん　プロフィール

1971年堺市生まれ。日本初の「のこぎり音楽フェスティバル」を開催し2005年、大阪市咲くやこの花賞を受賞。世界初の「のこぎり協奏曲」を作曲、編曲してオーケストラと協演。コンサートツアーで世界を回る。このほか映画・テレビ挿入曲、CM曲の作曲など柔軟に活動。現在放映中のNHK大河ドラマ「真田丸」では演奏参加。平成23年度文化庁芸術選奨文部科学大臣新人賞（芸術振興部門）受賞。河内長野市内在住。

かわちながの世界民族音楽祭2016は、9月11日(日)11:00～。
「奥河内音絵巻～幻のまつり～」は大ホールで16:30～17:15
●ラブリーホールTel:0721-56-6100　http://www.lovelyhall.com/

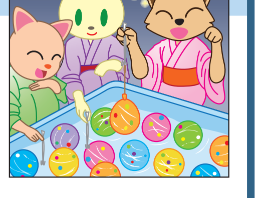
つくろう!
つけよう!
飾ろう!

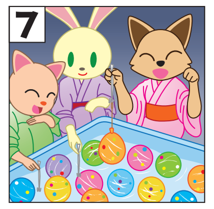
かんなのはな 10000人 プロジェクト

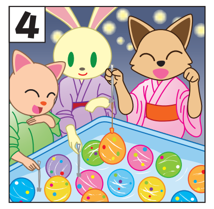
老若男女、誰が付けても笑顔になるかんなのはな。木を薄く削ったかんなくずで花をつくってまちを埋め尽くすプロジェクトが、「かわちながの世界民族音楽祭のメインステージ」に向けて進行中。ラブリーホール・キャラリーでワークショップを開催。

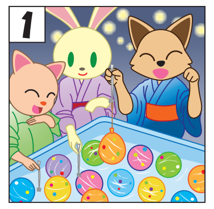
日時　8/11・8/21・8/31（10:00～12:00）

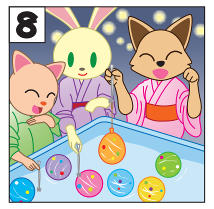
ホンモノはどれ?

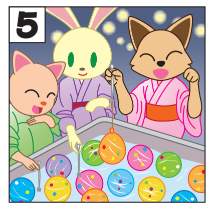


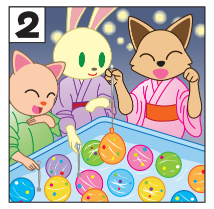

7

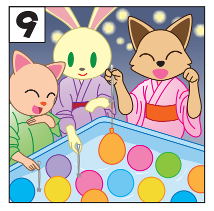

4

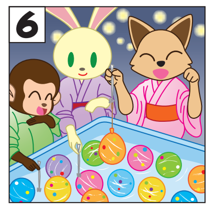

1

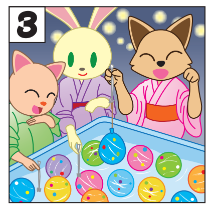

8


5


2


9


6


3

応募方法

ホンモノの答え、住所、氏名、電話番号、年齢、職業、本誌の感想・要望などを明記の上、欄外の宛先「ホンモノはどれ？」係へハガキ、またはファックスでご応募ください。

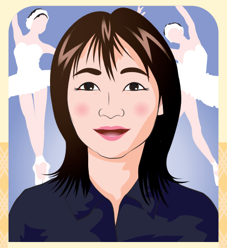
※8月末日締切 消印有効。
※当選発表は発送をもってかえさせていただきます。
〈No.271の正解は⑧でした〉

正解の方から抽選で図書カード（2000円）を5名の方にプレゼントします。

社員からのおすすめ情報

おとなバレエで体調管理

リビングセンター長野　山下　文子


正しい姿勢をゲットするにはまだ時間がかかりそうですが、素晴らしい指導者と出会えたことも一生の宝ものだと思います。

正しい姿勢は一生の宝もの。娘には姿勢の良い人になってほしい、そんな思いからクラシックバレエを習うことをすすめました。そしてとても楽しそうにレッスンを受ける姿に、「私もやってみたい」と思い、体験レッスンを受けたのがバレエを始めたきっかけです。

最初はバーを使い、先生のお手本を見て振りを覚え音楽に合わせて動くのですが、体が思うように動かない。その前に振りが覚えられない。手と足、そして頭までもが他人のもののように感じられるほどでした。苦痛な時間を過ごしたはずなのにレッスンが終わってみると、とても楽しく充実した気分に浸っている自分がいたのです。

できなくても自分のペースでやってみようと今も続けていますが、レッスンを受けるたびにたくさんのことに気づかされ、そして得ることも多いです。まず、いかに集中力が大切か（集中しないと先生の振りが覚えられないので当たり前のことなのですが…）。また、以前は季節の変わり目や寝不足が続くと、すぐに風邪をひいてしまい完治するのに時間がかかっていたのですが、習慣的に体を動かすことで風邪をひきにくくなりました。そして手や足の指先まで意識して動くので、自身の体調の変化に気づきやすくなりました。

健康で快適な生活を送るためには、家と同じように体のメンテナンスも必須ですね。まだまだ繊細で優雅なイメージとはかけはなれた動きしかできませんが、これからも自分のペースで続けていきたいと思います。みなさんも、楽しく続けられる健康法（もう見つけられている方も多いでしょうが）、ぜひ探してみてください。

［プレゼント・読者企画のご応募先］　●ハガキ 〒586-0025 大阪府河内長野市昭栄町14-31 株式会社リビングセンター長野　●ファックス 0721-53-8775 ※FAX番号はお間違いのないようにお願いいたします。