

岩手県の南方、北上川を中心に東西に広がる両磐地域。  
一関市、平泉町、藤沢町の3市町を総称した呼び方です。  
この周辺は古くから、穏やかな気候と豊かな大地や水に恵まれ、  
お米を中心とするさまざまな食文化を育ててきました。  
節目を祝う“ハレ”の食。そして日々の食である“ケ”。  
そこには、食の席に集う人を大切に、食のしあわせを  
分かち合いたいと願う暮らし手の温かい心が在りました。  
そして、今なお、この地域には  
「まんず、あがらい！」  
そんな気どりの言葉で客を迎え入れる人たちがいます。



# agarai

北東北のひと・モノ・風土と創る食の本

vol.1 いわて・両磐地域

「あがらい」とは、「おはいりなさい」「めしあがれ」を意味する両磐地域の言葉です。

「八斗」をもっと知りたくて。…… 03

平泉町・八斗文化研究会代表 石川 渡さん

郷土料理「カニぱっと」を次の世代へ。…… 07

一関市川崎町・農家レストラン「ぬくもり」店主 千葉秀子さん

「はっと」いろいろ …… 10

お餅の里にいらっしやい。…… 11

一関市・祝い餅つき振舞隊 斎藤憲子さん

知ってますか？玄米ニギニギ体操 …… 14

～おコメの里の健康づくり～

かめをこさえる。ぬくもりをつたえる。…… 15

一関市花泉町・古代米ワラ細工 佐藤よすみさん

まちなかグルメ …… 18

「小角食堂」の「あんかけかつ丼」

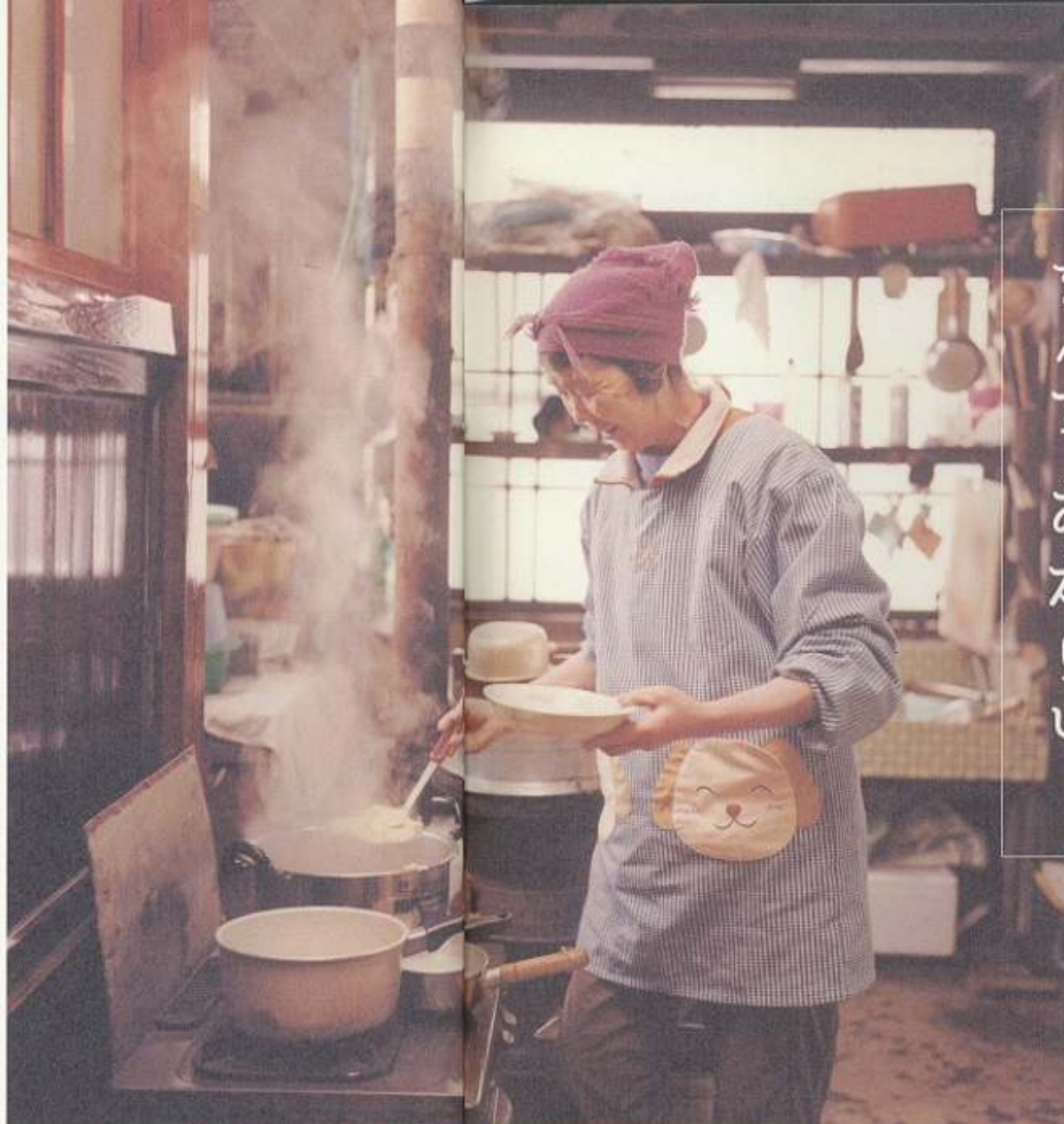
旅の指針<両磐マップ> …… 19

お立ち寄り地一覽 …… 21

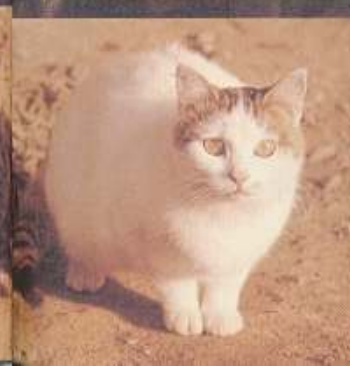
両磐メッセージ …… 23

MAPで検索

本文中にあるお店情報は  
21～22ページの一覧にも  
掲載されています。

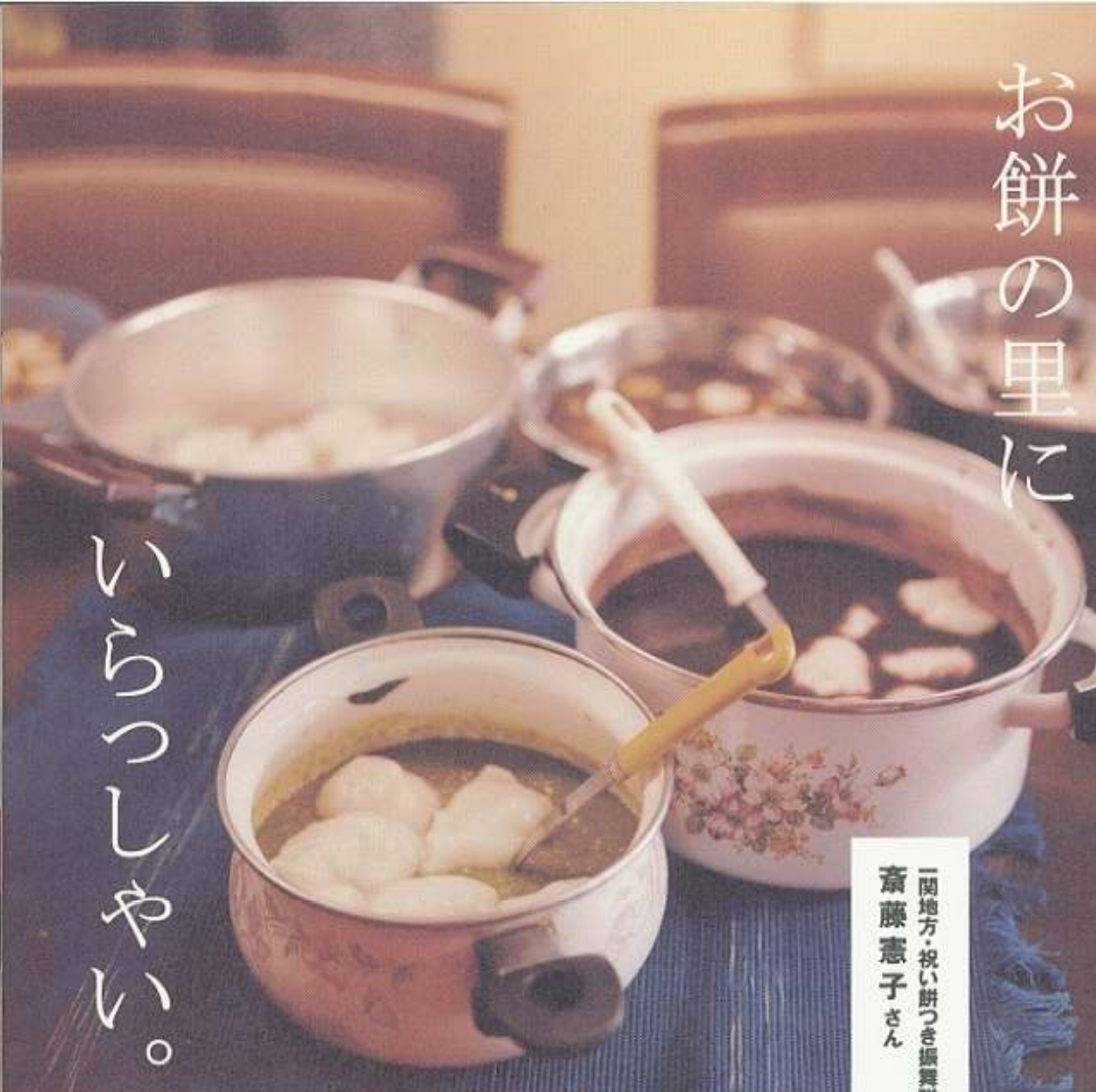


まんず、あがらい！





# お餅の里に



一関地方・祝い餅つき振舞隊  
斎藤憲子さん

いっしょに。



一関地方には、祝いの席や仏事にふるまう「餅本膳料理」というものがあります。新年のお祝い、農家の仕事始め、収穫のお祝いなどにいただく一切れのお餅。ハレの食には、家族の健康や豊作への喜びそして、幸せへのちいさな願いが託されていました。今なお、一関地方に受け継がれる餅料理を大切に伝え残そうと働きかける「祝い餅つき振舞隊」。そのひとり斎藤憲子さんに、餅料理の教々をつくっていただきました。

「一関周辺に伝わる餅本膳料理は、祝

い事や仏事に欠かせない特別なもの。数種類のお餅を懐石風に順番に味わいます。祝い膳の場合、小豆の赤がめでたいという意味で、まずあんこ餅から食べるのが決まりごと。祝い事にはマメをつかったお餅、仏事にはクルミやゴマなどをつかったお餅が一般的。でも地域によって、その季節の食材を使っ

たお餅があるのよ」そんな話をしながら、じゃあ、さうそく作ってみましょうか、と憲子さん。台所に立ち、てきばきと動き始めました。頼りになる助っ人は、一緒に暮らすお母さんのいしさん。息の合ったコンビネーションで、だんとりよく作業が進みます。

前日に刻んだ、ワシジと大根とこぼろの千切り(ひきな)で下ごしらえをしていたお雑煮は、仕上げに地元産の凍みとうふを入れて火にかけ、お餅の登場を待たばかり。つきたてのお餅を、手で丸めるのはいしさんの役目です。具沢山の汁をこれでもかというほど盛ったところに、お餅を一切れ、その上に煮含めたシイタケと鶏肉、芋、セリなどをのせます。料理上手だったというおばあちゃん、いしさん、そして憲子さんへと受け継がれてきた、斎藤

家のお雑煮のできあがり。

「私が幼いころは、餅つきと言えば、前日の日から、たき木集めに行ったりして家中で準備したものよ。農家で忙しかったから、子ども心に両親が家にいるだけでうれしかった」と憲子さん。休日の外出も少なかった時代、家族総出の餅つきは、子どもにとって楽しみな行事だったとか。

昔、お餅は年貢として納めるもので、真っ白なお餅を食べるのは特別な日だけだったといえます。飢饉を乗り越えるため、普段はくず米を粉にして練り、雑穀と混ぜて「しいなもち」にするなど、食べ方を工夫するなかで、多彩な餅料理が生まれてきたのです。行事

## 神事に供える餅料理

新年に神前に供える鏡餅は、神饌の代わりとして拝み受ける神聖なものとされる。日本には、一年を通じて神事に餅を供えて祝う文化が古くから伝わる。その中でも、平泉・一関・花泉地方は豊かな水に恵まれた穀倉地帯。農家の暮らしにも餅が深く浸透し、信仰的な意味合いから節目ごとに神事に餅を供えてきたことが独特の餅文化となった。それに対し仏事を中心に団子文化、庶民の日常食としてはっと文化が育まれたと言われる。

祝い事の餅本膳料理の一例

の膳に5種類(あんこ、納豆、ずんだ、しじみ、雑煮)、二の膳にはみやげ餅がつかます。あんこ雑煮餅だけでしたが、いつからかわり餅3品が加わったといえます。まず、お雑煮の餅は、お雑煮の餅(大根おろし)から頂きます。みやげ餅は祝い事では紅白の二段、仏事では不幸が「重なる」意味から、餅を1枚つけるそうです。

