



# 山を食う

## 山菜と歩む道

谷口 藤子

聞き手・川端愛実 松尾梨紗子（石川県立穴水高等学校2年）

ヒイラギの葉を使ったフローチ。ヒイラギの葉を苛性ソーダで色を抜く。そして、きれいに洗って汚れを落としブリーチで漂白。それを今度は、干して自分の好きな色に染める。春先の葉は、柔らかいので、秋過ぎのヒイラギの葉を使う。

### 自己紹介

谷口藤子です。生年月日は昭和6年8月24日です。職業は山菜アドバイザーです。家族は旦那と娘1人の3人暮らし。出身は穴水なんだけど、父親の仕事の関係で横浜に住んでいたんです。また、穴水にもどってきて、その後名古屋に行って刈谷の女学校へ入学し、刈谷から今度は戦争になったもので、戦争中はほらみんな疎開したでしょ。父親が一人っ子やもんで、穴水へ私だけ帰ってきた。そして輪島の高等女学校へ通っていました。

### 刈谷女学校&輪島の女学校

刈谷女学校と輪島女学校は半分半分で2年ほど。昔の女学校やから5年生まで。昔は男女共同じゃないから汽車も別々。歩く道も絶対同級生の男の人と会わぬ道を通らされたりして、しゃべったこともありません。私ぐらいの年代の人はみんなそうやよ。女学校は厳しいから、男の人としゃべったら不良って言われて。私の家も厳しかったから、21時以

降外出したことないし、映画も見に行ったことがないわ。親となら行ったことがある。最後、私らが卒業するときに高校が初めてできて、入学しても上級生もいなくて。女学校で辞めた子、それから併設中学校っていうのがあって、その併設中学校で辞めた子と3つに分かれて同窓会をしたり、高校の同窓会、女学校の同窓会、中学校の同窓会に行ったりしたね。

女学校から私は七尾高校に行くのになっとったんに、学区制だから輪島高校に行きなさいって言われたの。弟も全部七尾高校から輪島に変わった。そんなこともあって、強制的に私と私の同級生は輪島でした。女学校に行っていた人、友達5~6人いるかな？ 男の人はあまりいなかったな。

### 輪島へ行く手段

輪島へ行く交通手段は、今でいう「貨物列車」に手すりだけある汽車だったね。輪島に行く途中に転がり落ちた人がいて、それでも追っかけてきて乗ったんだよ。汽車はゆっくり走っていたから落っこちてもすぐに追いついた。今は輪島行きの汽車はないけどね。普通の汽車にも乗ったことがありますよ。でもやっぱり動物を乗せる「貨物列車」に乗せられ

たね。穴水に下宿した人もたくさんいたしね。先生とか同級生とか比良（びら）の人は、交通手段がないから。でも私が刈谷女学校から帰ってきてここから輪島に来たときには、戦争の影響で穴水の中学校、七尾の中学校、男の人もみんな動員されて、働いていたの。私も銃剣作りをしていたし、勉強もしんといかんし。銃剣ってのは、戦争に行くときの刀、鉄砲の先につけるものことやね。

## アドバイザーになったとき

この仕事に就いた時、いろんな植物があって、血圧を下げる植物とか、中には毒があるものもあるから、ちゃんと勉強しないといかんあという気持ちが強かったね。

ふきのとうを食べると、血圧が下がるの。夏は山菜を採ってきてジャムにしたりする。ワラビとかは、あくが強すぎるから塩漬したらだめ。ゆでて、おからでつけて。全部一緒につけるなら大丈夫。おからはあくをとるげん。

春は、つくしも食べられる。夏に採れる山菜は、例えばミョウガがあるし、いろんなものがある。りょうぶの葉は昔の人はご飯に混ぜたりしていた。夏の間は天ぷらにしたらおいしいよ。山菜は植物の勉強しないとだめやね。

## 植物観察会

植物観察会は、能登の山を歩く会。時間と場所を決めて集合して、ゆっくりゆっくり歩くの。たまには田んぼの中に入って、全部草を調べとりん。歩きながら。調べたら記録するげん。写真を写したり、記録して本と比べとりん。これ葉っぱが対生かな？ あれかな？ とか言ってみんなで寄っては同定するわけや。同定っていうのは、名前を決めるっていうことやけど、集まって分からんがを調べるげん。

## 山菜について

山菜とは食べられる植物のことやね。私は山菜を勉強し出して、50年たつね。七尾にいる科学者の小牧旌先生について勉強したんや。そのうち、記憶・勉強するときは必ず筆記にして書き残すことを50年やってきてん。そうしたら、自然に覚えるからそれは必ずした。

植物についての記述の仕方は順番があって難しいね。それを先生のところへ送って赤で直してもらって、ということを繰り返したけど、先生が亡くなってからは、今度は「山菜アドバイザーにならんか？」と農大の教授に言われて、私は受けることにした。私は筑波へ行って勉強して10日間閉じこもって、パソコンで記録したりした。山菜アドバイザーになったのは5年ぐらい前かな？ その頃に、山菜アドバイ

ザーは日本で初めて出来てん。勉強して、一生懸命覚えた。

ちょうどその頃に杉浦孝蔵先生に出会ってん。先生は日本中歩いて何でも食べて歩く人で、「食べる方がいい」といつも言うもったね。そのことを教えてもらったから、毎年開かれる勉強会に行つては（今年は岩手やけど）勉強してたくさん食べることをした。

山菜料理を勉強して、山菜アドバイザーになって5年が経った。加賀の端から、能登の端まで全部歩いているから、石川県くまなく歩いていることになるね。能登の山を歩く会にはいい先生がおつて、下見して加賀の白山から、能登の端のことまでずっと教えてくれた。そのおかげで、食べることも覚えた。自分で料理を工夫して教えるようにもなつていった。能登と加賀の植物は違うし、一山一山全部違う。猿山でも6つほど山があるけど、全部植物が違う。

植物は面白いところがたくさんあるから、50年以上続けてこられた。15～16kmを1日で歩いたこともあった。その会は集合時間に集まった人だけが参加できるやつで、全部を（300回以上）記録してある。記録を見ると、昔あった植物が今はなくなっていることが分かるから、私は絶滅危惧種を守りたいと思つとれん。

## 帰化（きか）植物が多い

帰化植物とは、わけがわからなくて、世界中を調べないとわからん。帰化植物を調べるのには2年かかる。だから、帰化植物の本は、ずーっと遅れてきとるけど、面白い。雨が降つていても、帰化植物を探すのは楽しい。

## 山の中は危険

ウドを採りに足を滑らしたりとかで死んだ人がおつたがいね。特に崖のところに多いげんて、ウドとかは。足を滑らしたりするから気をつけんとだめや。雨降った後ではなくても崖のところにウドはあるから、ズルズルと落ちていく。猿山には珍しいもんがいっぱいあるけど、崖やから危ない。花採ろうと思って手のばしたら、落っこちたりするよ。猿山は知つとる人でなきゃだめやね。勝手に何でも採つたら絶対にだめ！ 転がり落ちた人いくらでもいるよ。それから、いろんな虫とか、蜂もおるし、蛇もおるし。

## 山菜の絶滅危惧種&料理

例えばエビネランがある。エビネランって書いてあつたらみんな採っていく。他にもたくさんあるから、みんなに守つてほしいって思う。あそこにあれがあるぞ、これがあるぞつて私たちが時々偵察に行けば、周りが切られて全部だめに



苔玉（こけだま）。苔玉は、山に生えている小さい木や花を集めてケトツチなどをくんで、糸で縛って苔をはりつけたもの。

なっていたところもあったしね。

それから、ピンクのヤマシャクヤクのいっぱい群生しとるところ、誰かが一人「あるよー」って騒いどることもあって。私らも写真撮りに行ったけど、全滅。理由は、花屋が来たこと。一つもないがにして。あんなもんを5,000円か3,000円にして売ろうって、モラルがないというか何というか……。

ダイヤモンド草もそうやね。そんなないけど、食べたらおいしいげん。ダイヤモンド草は冬でも食べられる。天ぷらや酢の物にしてもおいしい。あの葉っぱをさっとゆでて、ベーコンに巻いて食べたらおいしかった。ダイヤモンド草っていうのは、花が大みたいな字の形になっとりん。雪の下や春先に咲くハルユキノシタっちゅうのやら。そうゆう系統のがいっぱいありんて。ユキノシタもおいしい。葉っぱは炒めても良いし、茎は酢の物にしたりとか。山菜は料理の仕方がたくさんあるね。

## 今の若い人へ

私の将来の夢は、医者になることやった。けど、勉強してないから行けなかった。体が弱かったのもあるけどね。勉強する気持ちはいっぱいあった。今の人らは遊んだり、なんで勉強しんがなかって思うもん。もったいない。すごくいい環境なんに。今の子たちが戦争の頃に生まれていたら、辛抱とかできんやろうなあ。つらいことに立ち向かえる人にみんななってほしいなあ。

## PROFILE

**谷口 藤子** たにぐち ふじこ  
昭和6年8月24日生・山菜アドバイザー

穴水町出身。能登の山を歩く会のメンバーとして山歩きを続け、2007年に日本特用林産振興会の研修を受けて「山菜アドバイザー」の認定を受ける。今は、同じくアドバイザーとなった娘の角章子さんとともに本を書いている。

## ● 取材を終えての感想 ●

聞き書きを体験して、自分の町の再発見をしました。名人は、自分の知らない山のことなどを知っていて、そんなところにあるのかと、話を聞いているときは凄く有意義な時間を過ごせたと思います。また、自分の聞きたい話を聞き出すのはとても難しかったです。質問の仕方があいまいで違うふうにとられてしまったり、同じような質問をしてしまったせいで、同じことを何回も答えていただいたりしました。それってしまった話を戻すのも、タイミングがつかめなかったりと、なかなか大変でした。

しかし名人は笑顔で質問に答えてくださり、だんだん緊張も解けてきて、最後は笑顔でインタビューを終えることができました。

聞き出すスキルも聞き書きでかなり鍛えられたと思います。自分の町を再発見でき、とても楽しかったです。この体験をいろんな場面で生かしていきたいです。（松尾梨紗子 写真：右）

私は今回、聞き書き研修に参加して、今までに無い貴重な体験をすることができました。最初は、山菜についてお話を聞くこと自体が自分のできるのか心配でした。けれど、谷口さんは、山菜について詳しく教えて下さったので良かったです。私は、谷口さんのお話を聞いて、山菜はとても健康に良い食べ物だと知りました。例えば、血圧を下げる効果のある山菜もあるのです。そのお話を聞き、私はこれからいろんな山菜を使ってたくさんの料理をしていきたいと思いました。けれど、山菜は食べられるものばかりではないので、食べられる山菜を調べてから、いろんな料理をしたいです。

谷口さんは、昔は勉強がしたくてもできず、働くしかなかったけれど、今は、環境が整っているの、若い人にはたくさん勉強してほしいとおっしゃっていました。今回の聞き書き研修に参加してとてもよかったです。スタッフの皆さん、谷口藤子さん、いろいろとありがとうございました。

（川端愛実 写真：左）

