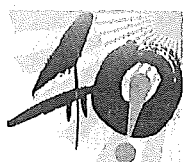




池田 操子さん
長野県木曾町
山みず季URARAつたや

岩手県の澤田様より
ボタンをお受けした長
野県木曾郡木曾町の山
みず季URARAつた
やの池田操子と申しま
す。2回目のリレーコ
ラムになります。
まず、当館の名前の

由来をご紹介します。
10年前にリニューアル
オープンした時に、旅
館名は木曾路の宿つた
やから「山みず季UR
ARAつたや」に改名
いたしました。「山み
ず季」は木曾の山と水



をもつてJ K K
全旅連・女性経営者の会
リレーコラム
Vol.131

が季節を通して一年中
きれいだということ。
「URARAつたや」
は春のように暖かい
うらかな宿を目指した
いという意味を込めて
命名しました。

はびつたり！この木
曾では、一番有名な
は御嶽山。霊峰として
海外でもよく知られる
名山です。5年前に噴
火があり、ニュースに
出て、大きな出来事
でした。今は少し噴煙は

出ていますが、穏やか
に木曾の人々を見守っ
ています。
私の住む町、木曾福
島は発酵の町として有
名です。木曾菜を発酵
させて作る「すんき」
が一番有名な郷土食で
す。すんきというの
は、赤かぶの葉茎を湯
通して漬け種と一緒に
無塩で漬け込み、乳
酸発酵させることで作

られます。昔、塩が届
かなかつた木曾に住ん
でいた人々の知恵で作
った郷土食は、今の
人々にとっても大きな財
産です。そして、糍で
作る「甘酒」は何か月
もかけて発酵させて、
一番良いところで甘酒
にしています。この甘
酒を作っている糍屋
さんが作る「糍味噌」も
とてもおいしいです。

すので、本当に体に
いい食品ばかりです。
私は、これらの発酵
食品が大好きで、すん
きだけは冬の食材です
が、あとはほぼ毎日食
べています。おかげ
で、私ですが木曾の
人たちはみんな本当に
元気です。このパワ
ーをいつまでも持ち続け
て頑張りたいと思いま
す。

発酵食がまちのパワーに

それから、蕪を発酵さ
せて作る「赤かぶ」。
どれも無添加で作いま
す。次回には熊本県松崎さ
んにボタンタッチいた
します。