



漁師さんや農家の方のために私ができることって、  
食べ方の提案だと思うんです。



奈美さんの Instagram より

町制百周年の対話プロジェクトがスタートした当初、  
葉山の人たちとつながりが少なかった僕たちは、  
プロジェクトのアドバイザーでもある  
高田明子さん（葉山環境文化デザイン集団）にすすめられるまま、  
何名かの人たちにお会いした、  
その一人が高木奈美さんだった。

当初、奈美さんが仲間と始めた

「夏みかんプロジェクト」のことを聞くともりだったのだけど、  
イタリアでの料理との出会いに始まって、

葉山の漁業のこと、環境のこと、教育のこと……、

食をキーワードに、気がつくとは話は多岐にわたっていった。

食べることを通して、人と地域をつないでいく。

コーヒーを飲みながらのほんのひと時、

エネルギーで、でも、ポカポカと暖かい、

奈美さんのたどってきた道のりが

葉山という土地を背景に、おぼろげに浮かび上がってきた。



——奈美さんは、もともと料理はされていたんですか？

**奈美さん** いえ、葉山に住む22〜23年前までは横浜に住んでいて、  
共働きでサラリーマンをやっていました。

ガンガン働くのが好きだったんですけど、夫の転勤が海外になり  
そうだと言われたとき、一人で行かせる話ではないなということ、  
一緒に行った先がイタリアだったんです。

それまで料理なんてほとんどしなくて、お惣菜を買って帰るよう  
な主婦だったんですけど、現地ですべて本場のイタリア料理を食べ  
たら、「こんな美味しいものが世の中にあっただ！」と震えるぐ  
らい感動したんです。

——どちらに行かれたんですか？

**奈美さん** ミラノなんですけど、当時、イタリア語なんて家族の誰  
もできなくて、5歳だった息子も現地校に入れてしまったので、み



んながみんな「イタリア語を覚えなきゃいけない」というストレスがあったんですね。

だから、食べることだけが幸せみたいな感じで（笑）。

イタリア料理ってすごくシンプルで、「面倒くさい」ということは別になくて、テレビなんか見ると、ずっと料理番組をやっていたりするんですよ。

いまみたいにYouTubeはないんですけど、テレビさえ見れば何となく真似できる料理が多くて、食べて覚えて、身体で覚えてきたっていう感じですね。

ーイタリアにはどのくらいいたんですか？

奈美さん 4年半ぐらいですね。そのまま横移動で、ロンドンに転職になったんですが、現地では、駐在員をされている方の奥さんとの交流がすごく多かったんです。

ロンドンはまだ食文化が違っていて、野菜も日本とちょっと違うヨーロッパの野菜が多くて、「食べたいんだけどどうしていいかわからない」という方ばかりだったんですね。

だから、仲良くなかっていくなかで、「イタリア料理でよければ、教えられますよ」と話をする事が多く、それがきっかけで料理を教えるようになったんです。

——教えるという体験は、ロンドンが初めてだった？

**奈美さん** ええ。そこから「教えるってこういうことなんだ」と学んでいった感じですね。ただ教えると言っても、自分自身が料理嫌いでイタリアに行つて、そこで身につけているから、やっぱり難しいことを教えられないんです。

いまでも単純明快なことしかやってないですが、みんな「簡単だ、簡単だ」と言ってくれましたね。

——すごいですね。習つたわけでもなく。

**奈美さん** 見よう見まねが一番多いです。現地の奥様たちからいろいろと教わつたこともありますけど、特別に料理学校とかに行つたわけではなくて。

——葉山に来られたのは、その後ですか？

**奈美さん** はい。もともと葉山にマンション持っていて、そこが空きつ放しになっていたので、ロンドンから日本に戻ってきて、久しぶりに日本の生活を始めんです。

そしたら、葉山ってすごく美味しいものが多いなって。私は日本の家庭料理ができなくて、煮物とか言われても全然つくれないんですけど、「このひじきを使ってイタリア料理ができるな」とか、そういう発想でつくるようになりました。

漁師さんや農家さんと仲良くなることで、「美味しい食材をどう美味しく食べてきているのか？」という話を伺いながら、「葉山でとれたものを使ったイタリアン」というスタイルが、私のなかで定まってきました。

★



——葉山の食材という何が挙げられますか？

**奈美さん** やっぱ一番はひじきですね。よそには負けないと思うんですが、地味なのがすごくかわいそうで（笑）。お豆とかと煮物にするだけだと飽きちゃうから、皆さん、ひじきはそんなに食べないって言うんですよね。

でも、ひじきを採っている漁師さんに聞いたら、美味しいのはサラダだって。「あの食感はぼくぼくって言うんだよ」って言われて、釜揚げされたものをサラダに使うと、すごい歯ごたえに仕上がって、とても美味しいんです。

釜揚げしてすぐのひじきって、召し上がったことありますか？

——釜揚げはないですね。そう言えば、こっちで買うひじきって、すごく長いんですね？

**奈美さん** ひじきって、長ひじきと芽ひじきがあって、長い莖のまわりに小さい葉っぱがついていて、市販の芽ひじきはその小さいところだけを乾かして売っているんです。

葉山では長ひじきも売っているので、漁師さんに直接つながっていただけたら、どちらも喜んで売っていただけると思いますよ。

——奈美さんも、そうやってつながっていたんですね。

**奈美さん** ながくほあまの長久保晶さんは、ご存じですか？ 葉山で唯一の女性の漁師さんなんですけど、私は晶さんにずっとお世話になっていて、彼女が採ってきたものを使ってイタリアンのレシピとか、いろいろと考えさせてもらっているんです。

**きよん2** たしか日影茶屋の通りの先にある……。

**奈美さん** はい、あぶずり港の港内で、毎週土曜と日曜に直売所をされていますね（15ページ）。ほかでも扱っているんですが……、私、ひじき漁にも連れてってもらったんです。

**きよん2** ひじきが海のなかでどう生えているのか、それ自体わからない（笑）。



わかめの収穫 (3月末～4月末)  
ひじきの収穫 (4月末～5月末)



奈美さん もう草なんですよ(笑)。岩場とかに生えていて、長いところが波でひらひらひらひら、海からちょっと出ている岩に登って刈っていく感じなんです。

――船で行くんですか。

奈美さん 大きい船で行って、途中で手漕ぎボートに乗り移るんです。浅瀬ではあるんですが、水深が2メートルくらいあるので、歩いていけるところではないです。

――一般の人も体験できるものなんですか？

奈美さん 私の場合、たまたま人手がなかったからやらせていただいたので、通常は難しいかもしれません。

ただ、採ってきたものを釜揚げしたり、干したりするボランティアはいくらでもあると思います。

あと、わかめの収穫はお手伝いが必要ですね。今年はもう終わっ

てしまいましたが、例年、わかめが3月の終わりくらいで、わかめが終わってすぐ、ゴールデンウィーク前から1ヶ月くらいがひじきのシーズンかなと思います。

――なるほど。一度やってみたいですね。

奈美さん ぜひぜひ、真名瀬しんなせが彼女の船場なんですけど、採ってきたわかめをそこに茹でて、干すんですよ。

その作業する人が全然足りなくて。前もって仲良くなっておいたら、彼女から「今日お手伝いできますか？」という連絡が来る、そんな感じです。

天候にもよるので、漁に出れる出れないが、その日の朝にならなるとわからなかったりするんです。ひじきも、よくて前の日にわかるかわからないかぐらいなので……。

きよん2 葉山って、漁港はあるのに魚屋さんがないんですよね。どこで魚を買ったらいんだらうって、よく思います。

奈美さん それは、漁師さんたちも悩んでいるところですね。「ど

●葉山海産物直売所 土・日曜 10:00～15:00  
[https://www.instagram.com/sakana\\_hayama/](https://www.instagram.com/sakana_hayama/)



葉山マリーナのすぐ近く、あぶずり港で、毎週日曜に海の幸を直売。日曜には、葉山港朝市も開かれている。



### 15brewery

<https://www.instagram.com/15brewery/>

\*葉山のビールを量り売り

うして葉山の人に一番美味しい魚を届けられないんだろう？」って  
いう彼女の悩みも、私はすごく共感していて……。  
そもそも、自分が毎日食べたいから、彼女と仲良くなったのもあ  
るんですけど（笑）、週末に直売所をやっているの、時間があ  
れば買った魚をさばいてもくれますよ。  
ただ、ルートがないんですよ。だから、魚を卸すのも、基本的  
に飲食店だけですよな。  
ー 奈美さんが調理したものを、どこかでいただけないんですか？  
奈美さん それはやってないですけど……、毎週水曜日に、定期便  
という名前で、それこそ晶さんの魚、もしくは彼女が獲れない時期  
には佐島の定置網漁、大楠漁港まで朝に買い付けして販売するこ  
とはやっていますね。  
葉山トンネルのところ、元ボンジュールの向かいにあるフイフ  
ティーン・ブルワリーってビール屋さんを知ってますか？ あのお  
店の前で彼女の経由の魚と、湘南国際村の小菅さんの野菜を売って  
いて、その販売係が私なんです。



左から、中尾薫さん、奈美さん、長久保晶さん

奈美さん まず三枚おろしは絶対ですね。幼稚園のうちにマスター

ーすごい。さばくところからやるんですね。

中尾薫さんという、葉山の長柄を拠点にして小学校と幼稚園を運営されている方がいるんですけど、「お魚の日」といって、晶さんと一緒にそこで月一回、地元の魚をきちんとさばいて、食べるという教育をさせていただいているんです。

奈美さん いま、毎週水曜日の定期便のほかに、こちらも晶さんと一緒になんですけど、**telacoya**さんってご存知ですか？

ーおお、ぜひ行ってみたいです。

何が用意できるかはその日までわからないのですが、今週はマメアジ、トビウオと、コノシロなど1500円くらいのお魚のセットと、5、6種類の野菜のセットが中心でした。SNSで発信していることもあって、結構、固定の人も増えてきていて、なかには毎週必ずオーダーしてくれる方もいます。



●水曜日の「定期便」 水曜 14:30 ~ 16:00  
<https://www.instagram.com/teikibin/>

こちらは、葉山沖の定置網漁で獲れた鮮魚を中心に、乾燥のひじき、旬の野菜のセットなどが購入できる。



一般社団法人 Telacoya921。「魚の日」は、telacoya が運営する認可街保育園「おうちえん」のプログラムの一つ。<https://www.telacoya921.com>

みたいな(笑)。

——子供たちにできるんですか。

**奈美さん** できますよ。かわいいなって思うのが、「痛くしてごめんね、でも美味しく食べるからね」って言いながら切っているんですよ。本当に美味しそうな顔して食べるんです。

そういう場面に出会うので、私もやればやるほど感動していて、本当に子供ってすごいなって。

初めは食べることもすごい嫌がっていたのに、自分でやると本当に「美味しい、美味しい」ってよく食べるようになって。最初は、サザエが不人気だったんですよ。硬いし、苦いし、食べると言ってもつぼ焼きぐらいしかないじゃないですか。

だから、サザエを好きにさせたいっていう目標ができて、子供に絶対おかわりさせるぞってメニューを考えて、それで枝豆を混ぜようとまず思っただんですよ。

サザエは蒸すと結構柔らかいので、子供たちには蒸したものを取

り出す作業をさせて、好きなように切ってもらって、苦いところも入れて、んにくとパン粉と一緒に炒めて、枝豆も入れて、最後にレモンをバーってかけるんですよ。

**きよん2** 美味しそうだけど、子供っぽくない感じも……。

**奈美さん** でも、すごく食べてくれたんです。やっぱり、枝豆がきっかけになったんですよ。枝豆って意外と子供は好きなので、組み合わせがよかったのだと思います。

それでサザエは克服できたので、子供たちが直売所やスーパーでサザエを見ると、「お母さん、私、サザエをさばけるから買って」って言うようになったっていうんです。その話を聞いて、私も晶さんも泣きそうになりましたね。

そういう食育が葉山でできるといいなと思ってきたし、漁師さんや農家の方のために私ができることって、やっぱり食べ方の提案だと思うんですね。それができて、子供たちの笑顔が見れたのがすごく嬉しかったです。





ー そうか。授業の一環なんですね。

ー こうした料理体験は、どういう頻度でやっているんですか？

**奈美さん** 幼稚園と小学校で、それぞれ月一回ずつやっています。学校の授業の一環ではあるんですが、いろいろとアイデアを出しながら、自由にやらせていただいています。



**奈美さん** そこに携われていることが、本当に幸せですね。

**きよん2** 葉山ならではの光景ですよ。

ー という連絡が来るのも、すごい嬉しくて。

奈美さんとのご縁でつながった中尾さんや晶さんとも、じっくり対話したら面白そう。

Telacoya では、「子供たちに道具を使って覚えてもらうこと」をまず大事にしているそうです。

ー 親御さんたちも参加するんですか？

**奈美さん** そうですね。子供だけでやるんです、親には包丁を持たせません、許可くださいって言って。それで、卒業式のときに、子供が一番食べてくれたレシピを卒業おめでとうのカードに貼ってお渡しするんです。カードを見たお母さんたちから「やってみました」

**きよん2** すごいね。サザエが葉山で採れるのは知ってましたが、うちで食べることってないですよ。

**奈美さん** サザエって、なかなかお料理しないとと思うんですよ。それを子供たちがお刺身におろせるってすごいですよ。こーやってグイグイ指を入れて、サザエの身を出していくんですよ。本当に頑張っています。

タコとかも、逃げ出すのを追っかけて、捕まえて。頭を引っくり返さなきゃいけないんですけど、子供たちが3、4人でワーって言いながらやっていて。そうやってつくった料理もちゃんと美味しく食べています。

奈美さん 小学校の場合、そうですね。何かの授業の科目の一つになっっていると思います。

ちよーどー昨日もやったんですよ。豆アジがちよーどーたくさん取れるので、豆アジとイワシを出して、今月は第一回目だったんで、手でさばくというのを教えて。「いやだ、包丁を使いたい」っていう子もいたんですが、「いやいや、手のほうが楽だからやってごらん」って言ってる。

「気持ち悪いから嫌だ」って言ってたのが、やりはじめて「あれ、簡単だ。面白い」「もっとないの？」みたいになってきて。唐揚げにして、「内臓があるものもないもの、どっちがどういうふうに味が違うか食べてごらん」って。

きよん2 ああ、内臓も食べられるんですね。

奈美さん でも、そこで苦いってわかればいいし、それが嫌なら出してもいいし。美味しいって思うんだったら、「内臓も全部食べてごらん」とか、「そこにお酢と玉ねぎ加えると、もっと味が変わって美味しいよ」って、南蛮漬けを教えたり、そうすると冷蔵庫で何

日も持つよっていう話をします。

きよん2 小魚ってあまり売れないこともありますよね？

奈美さん そうなんです。今回の豆アジやイワシは、大楠漁港で定置網で獲ったものを仕入れたんですけど、低利用魚なので、通常は肥料になるんです。漁師じゃないと仕入れられないものなので、晶さんにお願ひして。

きよん2 そうか。普通は難しいんですね。こういう小魚ももっと食べられるといいのに。



――葉山の美味しい魚をいただくには、まず水曜日に買いに行って、その魚を料理するのが第一歩ですかね。

奈美さん そうですね。皆さん、普段、買いたくても買えなかったお魚を買って、「さばくのYouTubeをよく見るようになりました」とかいう人もいて（笑）。

その場で昂さんが「こんな食べ方があります」って話したり、私もSNSとかで、「今日の定期便のお魚はこういうものがあります」って案内はするんですけど。

——まずそうやって広まるのが大事ですね。

奈美さん あとは、生きている魚を丸ごと買うっていう楽しみを、みんなに味わってもらいたい。そういうきっかけを求めている人は結構いると思うんですね。

まずはどの季節に何が獲れるかということを知って、その季節の魚を調理していただく……、ちょうどいま、潜り漁が6月から始まっていて、潜っていますね。

——潜って、何を獲っているんですか？

奈美さん あわびとかさざえとか貝類ですが、すごくしんどいって言っていますね。やっぱり、何十メートルも一気に息止めて潜って、獲らないとならないので……。

あと、天候によって潜れない日が出ることもありますし、台風の時期は、結構それが多いみたいなんです。

——年間カレンダーみたいなものがある感じですか？

奈美さん 多分、あると思います。ヒジキもわかめもシラスも、解禁日があるので。シラスは、それこそ全然獲れないって言っています、今年。全然獲れないから、船出すと燃料費がもったいないって言っているぐらいです。

——それは気候変動とかいろいろの影響が？

奈美さん 本当に誰かが取り組まなきゃいけない問題を「自然が、自然が」って自然の責任にしている、漁師さんは本当に困っているんですね。それが生活の糧ですから、私たち一般人は何ができるん

だろうっていうのはすごく思います。

きよん2 排水の問題があると聞きますね。

奈美さん 葉山は特に良くないみたいなんですよね。ただ、家庭を責めるわけにいけないので、まわりから「自然に優しい洗剤をみんなで作おう」って言うぐらいのことしか、一般人、素人には言えなくなっているところがある。

きよん2 やっぱり、垂れ流しにしちゃっているというのが……。

奈美さん その影響が何パーセントかあるっていう話も聞きますが、垂れ流しが悪いことではなくて、昔はそれが栄養になってたこともあるって言われているので、そこが絶対的な問題かかっていうとわからないですが、魚が減っているのは確かなので、どうしたらいいんだろーとみんな考えてほしいですね。

葉山の人間が声を上げて、できることって絶対あるような気がするんです。これだけ自然を愛していて、みんなここに住んでいるわ

けじゃないですか。もしかしたら、山の問題かもしれないって言う話もありますしね。

きよん2 葉山って、山があって海があって、そこに水の流れがあるから、全部関係しているっていうか。

奈美さん 本格的に動いている人がすでにいるのかもしれないけど、まだ見えてきてないですね。

ー やっぱり、葉山のことを知ることから始めたいですね。いま、こうしてやっている対話の流れのなかで、知ること、つながることを始めていこうと思っっているんです。



ー 奈美さんは、もうひとつ「葉山夏みかんプロジェクト」の運営にも携わっていますよね？



葉山夏みかんプロジェクト  
[https://www.instagram.com/hayama\\_summer\\_orange/](https://www.instagram.com/hayama_summer_orange/)

奈美さん はい。今日はその話だと思ってやって来たんですが……（笑）、私一人でやっていることではないので、主婦4人のプロジェクトとして聞いてもらいたいです。

葉山のあちこちに、夏みかんが植わっていますよね？ じつはこれって、いまから65年前、現在の上皇さまと美智子さまのご成婚の記念樹として配られたものなんです。

当時の記録があまりないんですが、この間、町長にお会いしたとき、「2200本の苗を町役場と現在のJA（農協）が配りました」って話されていました。

ただ、65年経って老木になり、木を植えられた方もご年配になり、採られない夏みかんが多いんですね。

きよん2 本当にあちこちにありますよね。

奈美さん はい。ただポタポタと落としてたり、まとめて捨てられたりとか、欲しい人もいると思うんですが、だからと言って、いきなりピンポンってなかなかできないし……、私たちとしては、「夏



プロジェクトメンバーの  
北岡信子さん、高木奈美さん、鈴木秋穂さん、齋藤由美さん  
(写真左から)

みかんを余らせていることを、どう感じているんだろう？」ということを知りたかったんです。

もちろん、料理人としては、レモンやライムの代わりにいくらでもなるなっていう思いもあって。いま、台湾リスやカラスの問題で12月ぐらいに採らないと食べられちゃうんですよね。

本来は夏までとっておいて食べるから、夏ミカンなんです。それだったたら甘いんですけど、冬に採ってしまうので、すっぱくてそのまま食べれないんですよ。

ーだから、レモンの代わりに使うということですね。

**奈美さん** はい。あとは木がすごく大きくなってしまっただけ、ご年配の方が採れないとかいろんな問題があるのを聞いていて、それを何とかしたいってずっと思っていたんです。

私、2021年の夏まで5年間、**オリンピックのヨットの英国チームのボランティア**をやっていたんですよ。

**きよん2** イギリスでヨットがさかんって聞きますよね。

**奈美さん** イギリスつながりでやらせていただいています。向こうから専属でシェフが来ていたんで、シェフのお手伝いみたいな仕事をずっとやってたんです。

じつはそのときのボランティアメンバーの4人で夏みかんの活動をしていて、ちょうどオリンピックが終わったとき、「夏みかんをどうにかしたいと思ってるんだけど」って言って、この4人で立ち上げたんですよ。

いまそれが2年目なんですけど、1年目は、まず葉山の広報誌で「夏みかんを余らせていて、あげてもいいよという人がいたら取りに行きます」ということをまず呼びかけたんです。

そしたら、「あげるよ」っていう電話が結構かかってきて、「なんなら高校ばさみや脚立もいらぬからあげるよ」みたいなお年寄りもいて、150キロぐらい集まりました。

**きよん2** すごい。それをとりにいったんですか？

**奈美さん** 行きました。それで、集まった夏みかんを欲しいという

夏みかんの収穫、引き取り風景



人にどんどん配って、みんなに使ってもらいたかったので、レシピコンテストをやったんですよ。2年目の今年は、400キロ以上だけでしたね。

ーそんなに増えたんですか。

奈美さん はい。今度はそれを飲食店に配りまくって、夏みかんメニユーを考えてもらいました。

1ヶ月ぐらいのキャンペーンだったんですけど、この期間、このお店で夏みかんのメニユーが出てますってお知らせして。それが終わって「さあ、来年どうしようか？」って、いま動き出しているところですね。もうあちこちからお声がけをいただいでいて、来年は給食につなげたい気がしています。

ー収穫がもっと増える？

奈美さん そこを私たちの目標として、これから広報していかないとならないですね。

給食につなげたいと思ったのは、やっぱりまず子供という思いが



①



②



③



④

- ① 夏みかんのピザ (Pizzeria CANA)
- ② 葉山夏みかんラベンダータルト (ニコラ&ハーブ)
- ③ 夏みかんのクリームソース (「給食に取り入れたいレシピ」)
- ④ 葉山夏みかんこんにゃく (ワークショップで紹介)

あるからですね。子供たちに注目してもらって、「葉山の夏みかんの木を、大人になるまで大事にしなきゃ」って思ってもらえたら、本当に嬉しいですね。



——夏みかんの木って、古くなっても大丈夫なんですか？

奈美さん いえ、どれももう老木なので、新しい木も増やしていかないとならないですね。もう本当やらなきゃいけないことは山積みなんですよ(笑)。

きよん2 切らなきゃいけなくなっているんですか？

奈美さん いや、手入れができない人が多いですよ。ご年配の方が多くて、手入れをしないとやっぱり美味しいものができなかつ

①



②



③



④



⑤



- ① 夏みかんのお清塩（森戸神社）  
 ② 夏みかん色の手ぬぐい（夏みかん収穫祭限定）  
 ③ 葉山の夏みかんカラーサンダル（御用邸130周年記念）  
 ④ 夏みかんポン酢  
 ⑤ 夏みかんタバスコ

奈美さん 葉山に夏みかんの木がそもそもどれぐらいあるのか？  
 誰も把握してないんですよ。役場も知らないし、まして好きで植えている人もいるので、全体を把握して、できれば夏みかんマップをつくりたいですね。

もちろん、捨てているんだったら有効活用したいという思いが強いですし、まして、葉山の人たちにとって大事な記念樹なのに、い

ー夏みかんプロジェクトとしては、これからどんなことをやっていきたいですか？

たり、逆に枝が伸びてしまっって、木登りもできないような状態になっていて、採るに採れなかったり。  
 そういう問題があったりするので、4人でできることって本当に限られているという思いがあって、いまは役場とか商工会とか観光協会に、声をかけはじめたところなんです。  
 私たちのような主婦の力でどれだけ動かせるかという挑戦でもあるんですけど、ボランティアでやっているだけなので、助けは必要だなと感じていますね。

まみたいな扱いでいいのって。町長にもいろいろと言わせてもらっ  
たんですけど、本当にそう思いますね。

毎年の収穫をどうするか考えつつ、少しずつ土台をつくっていき  
たいなと思って動いています。

――去年の400キロも、全体のどれぐらいかもわからない？

奈美さん 全然わかんないです。本当に有志で動いて、「うちの夏  
みかん採っていいよ」っていう連絡をもらっているところから集め  
ているだけなので……。

私たちからくださいとは言っていないですし、わざわざ連絡してく  
ださる方だけで、いまの量なんですネ。

きよん2 もっとあるってことですよネ？

奈美さん 何十倍もあるとは思いませんよ。

――そしたら、本当に地元の名産とは言わないけれど……。

奈美さん そうなんです。だから、葉山全体が本当に夏みかんとい  
う名産を使って、一人一人がメニューを持ってもいいぐらいだと  
思っています。今回それに賛同してくれたお店が20店舗ぐらいあつた  
んですけど、でも皆さん、「本当に美味しくつくらせてもらいまし  
た」って言ってくれて。

――具体的にこうやって聞く機会がなかったので、本当にもったい  
ないなと思いますし、驚くことばかりです。

奈美さん それこそ飲み屋さんはお酒にしましたし、健康ドリンク、  
スムージーみたいなものをつくった方もいるし、ケーキにもなりま  
したし、ピザにもなりました。私もパスタだったり、料理のもうい  
たるところに入れましたね(笑)。

――期間中、一般の人も受け取ったりできたんですか？

奈美さん 今年は、協力してくれたお店に4、5個はいつも置いて  
おいてもらうようにして、「お客さんが欲しいって言ったらどんど

24	ロールパン 牛乳 スープ煮 なます風サラダ	
パン		
ロールパン	50 水	35
		0.5
牛乳		
牛乳	206 なます風サラダ	40
	みょうだいこん	10
スープ煮	にんじん	8
鶏もも角	まぐろ油漬け	10
ウィンナー	15 ホールコーン	5
じゃがいも	40 酢	1
たまねぎ	30 夏みかん果汁	3.5
にんじん	10 粗糖	0.3
セロリー	5 塩	
にんにく	0.2	
うずら卵水煮	20	
冷凍グリーンピース	3	
赤ワイン	2	
ナツメグ	0.03	
ベイリーフ	0.02	
チキンとポークスープ	4	
炒め油	0.5	
ごしょう(黒)	0.01	
エネルギー	624 Kcal たんぱく質 25.6 g	
	脂質 27.7 g 塩分相当量 2.4 g	

2025年現在、葉山町内6校の給食に葉山夏みかんが使われている。

ん配ってください」ってお願いしました。  
それで「足りなくなつた」って電話かかってくると、私たちがまた補充しにいく感じ。

きよん2 夏みかんを保管するのも大変ですよ？

奈美さん 大変でした(笑)。寒い時期だからまだいいんですけど、冬どんどん採っては配り、採っては配りで。いずれはステーションみたいなものをつくって、私たちを通さなくても夏みかんを持ってきてくれたり、ほしい人が取りに来たり、そういう仕組みもつくっていきたいですよ。車でまわって、取りに行くのにも限界があって、一回に50キロぐらいしか運べないので。

きよん2 葉山に給食センターもできたので……。

奈美さん それもありますよね。子供たちに渡したいからって言うたら協力してくださる人も増えるんじゃないかなって、ちょっと企んでいるんですけど(笑)。

あとは、夏みかんを提供して下さった方にちゃんとお礼ができるといいなと思いますね。

きよん2 高齢者の方が多そうなので、夏みかんを通じて、子供たちとつながれたらいいですよ。

奈美さん そうなんですよ。給食にお呼びして、お話を伺ってもいいですね。実際、80歳ぐらいの元気なおじいちゃんが、「子供の頃、こんな木だったんだぞ」って写真を見せてくれて。いままではまわりに配っていたんだけど、年をとって配るのも大変だから受け取ってくれて、400個もいただいたんです。

その方、鷹職とくをされていたらしく、自分からボンボン採ってくれて。本当にありがたかったです。

きよん2 いいですね。奈美さんのお話を聞いていると、海のもの、山のもの、葉山の豊かさを感じます。

奈美さん とにかく美味しいもの、もしくは美味しくなるものを


 葉山町制100周年プレ・イヤー記念イベント  
**夏みかん収穫祭**


 3月3日、ぜひ遊びに来てね😊

今期も町内の皆様の温かいお力添えのおかげで、余ってしまった「葉山の夏みかん」をたくさんご寄付いただきました。ありがとうございました。ぜひ町民の皆様と一緒に「夏みかん」を楽しみたい、町内飲食店の協力を得て、趣向を凝らした様々な夏みかんメニューを味わう収穫祭を開催したいと思います。雑貨類もあります。ぜひいろいろな「夏みかん」をみつけにご来場ください！

\*今から65年前の上皇陛下ご成婚記念に記された記念樹の「夏みかん」も含まれています。2024年の今年は葉山の御用邸建立130周年記念の年です。

**< 夏みかん収穫祭・詳細 >**

**日時** 2024年3月3日(日)12:00販売開始・15:00終了予定  
 \*なくなり次第終了の店舗もあります \*出店舗については裏面をごらんください

**場所** 葉山町役場 駐車場 (詳しくは裏面をご覧ください)  
 \*現地で食べることも、お持ち帰りもできます  
 \*悪天候の場合、開催場所は葉山町福祉文化会館に変更になります  
 \*駐車場のご用意はありませんので、公共交通機関を利用してご来場お願いします

**お知らせ** 同時開催のお知らせ  
 “夏みかんだよ！全員集合”  
 12:00～ <場所>花の木公園 <主催>はやま食卓プロジェクト  
 はやまエシカルシンポジウム  
 14:00～ <場所>葉山町福祉文化会館 <主催>葉山町

数に限りがありますが、当日は「葉山の夏みかん」の無料配布も予定しています

<主催・問合せ> 葉山夏みかんプロジェクト  
 Tel. 080-3201-9154

<共催> 葉山町

町制百周年の記念イベントとして、2024年3月、夏みかん収穫祭も開催。

大事にしたいなって思っています。私はもともと簡単なものしかつくらないので、工夫次第で美味しくいただけるっていうことを伝えていきたいですよ。夏みかんにしても、カレーにかけるだけで美味しいんですよ。



——夏みかんのエピソードで思ったんですが、葉山の魅力って、御用邸があるところも大きいですよ。

**奈美さん** そうなんです。御用邸がある町というのが、私たちのポランティアの始まりでもあるので、余計にそう思いますね。

お世話したイギリスチームの人たちが、おなじ王室の国だったこともあって、「御用邸がある町って本当すごいよね」って、葉山をことん好きになってくれたんですよ。

それで、「もっと自信を持って住まなきゃね」って思えるように

「あぶずり食堂」「味平」は閉店

ナポリ・ピッツアの店「Pizzeria CANA」。  
[https://www.instagram.com/cana\\_hayama/](https://www.instagram.com/cana_hayama/)

なったのも大きかったと思います。世界から見た葉山って、安全で、  
過ごしやすい、いい土地なんですよ。

きよん2 だから、いらっしやっただんですかね？

奈美さん それもありますし、あとはやっぱり（オリンピックの会場  
になった）江ノ島から適度に近く、葉山マリナーナから船でちょ  
ど行ける距離だったこともありですが、海もあり山もある、このぐ  
らいの田舎感が好きだったみたいです。

外国の人が5年間も通って、愛してくれた町なんだから、本当に  
誇りを持つべきだなって思いますね。

きよん2 あぶずり食堂にお昼に行ったら、イギリスの方が普通に  
入っていて、親近感湧きました（笑）。

奈美さん 味平のラーメンが大好きだったんですよ。それから友琉  
館の焼肉をお店の肉がなくなるくらい食べたとか、カーナ（CANA）  
さんのピザってわかります？ みんな大好きだったんです。いろん

な逸話がありますね。

ーラーメン、好きだったんですね。

奈美さん 若い子だから、ガツガツ食べちゃう。アスリートですし、  
制限があるから、毎日食べちゃいけないらしいですけどね。シェ  
フは監視していたはずですよ（笑）。しおさい公園にも足を運んで、  
すごい楽しんでいましたね。

ー葉山っていい町なんだなって、あらためて思えました。もっと  
対話を重ねていけば、いろんな化学変化が起きそう。奈美さんとも、  
またお話したいです。

奈美さん はい、いろいろな人とつながって、もっといい町にして  
いきたいです。ぜひ対話をお願いします（笑）。

ーはい、ありがとうございました。

(プロフィール)

高木奈美 Nami Takagi

ミラノ・ロンドンに在10年、本場イタリアンを食べ続け、胃袋で料理の知識をストックし、「料理嫌いの主婦」から「イタリア料理講師」に。即リピートできる「スーパーで買える食材で本場のイタリアンの味」テーマに料理教室を主宰している。  
2001年、夫・息子と葉山に移住。以来、葉山の漁師さん・農家の皆さんへの感謝の気持ちを伝えたい想いから、旬の魚や野菜の直売、子供たちを対象にした料理教室などを手がける。また、上皇陛下のご成婚記念に町内に植樹された夏みかんを活用する「葉山夏みかんプロジェクト」を、地域の仲間と展開中。

(データ)

収録：2023年6月9日 @カフェテロ葉山

編集：長沼敬憲 Takanori Naganuma

長沼恭子 Kyoco Naganuma

撮影：井島健至 Takeshi Jima @telacoy921