

# “のっぷい”の恵みとともに

市川三郷町大塚地区には、八ヶ岳の火山灰が堆積してきた、きめ細かく栄養分や水分を豊富に含んだ良質の土壌が広がっています。「のっぷい」と呼ばれるこの肥沃な大地は、多くの恵みをもたらしてくれるおいしい農産物の宝庫です。

濃い鮮紅色も特徴



人気の収穫体験



高品質な伝統野菜「大塚にんじん」



にぎわう大塚にんじん収穫祭

## 肥沃な土壌が育む おいしい農産物

大塚地区の土壌は古くから「のっぷい」と呼ばれ、とてもきめ細かく石がほとんどないやわらかい土質が特徴。栄養分をたっぷりと含んだのっぷいで栽培される農産物は、質が良くおいしく高い評価を得ています。

この地区の伝統野菜「大塚にんじん」は、収穫時には80～120cmもの長さになります。粒度が細かい土の中で元気にのびのびと伸びるのっぷい育ちならでは、濃い鮮やかな紅色で独特的の風味と甘さがあり、カロチン、ビタミンなど栄養価も豊富です。

トウモロコシの「甘々娘」は粒皮がやわら



甘々娘が飛ぶように売れていく収穫祭

### Blessings of “Noppui” soil

Tasteful agricultural products are growing at a fertile soil.

Our town is also producing excellent farm products. The soil at Otsuka area in Ichikawamisato town is called “Noppui,” and made of the sedimentation of volcanic ashes from Mt. Yatsugatake. The soil is smooth and very fertile, and contains good moisture. Because of this soil ideal for agriculture, there are a variety of agricultural products found in the area, such as Otsuka carrots, corns, etc.



年齢を問わず楽しめる甘々娘の収穫体験

## 大塚にんじんの 6つの特長

### 特長1 太く、長く、 濃い鮮紅色で 独特の風味と甘さ

市川三郷町の大塚地区の肥沃な土地で栽培された大塚にんじんは、太く、長く、濃い鮮紅色で独特の風味と甘さがあります。収穫時には、80cm～120cmにまで成長するものもあります。



### 特長2 カリウムが、 約1.4倍

通常の人参と比較して、大塚にんじんには、カリウムが約1.4倍含まれています。カリウムには血压の低下、脳卒中の予防、骨密度の增加につながる働きがあります。

### 特長3 ビタミンB<sub>2</sub>が、 約3倍

ビタミンB<sub>2</sub>は皮ふや粘膜の健康維持を助ける働きをするビタミンで、糖質、脂質、たんぱく質を体内でエネルギーにするなどの代謝を支える重要な働きがあります。

### 特長4 ビタミンCが、 約2.3倍

ビタミンCは体の細胞と細胞の間を結ぶコラーゲンというたんぱく質をつくるのに不可欠です。これより皮ふや粘膜の健康維持に役立ちます。また動脈硬化や心疾患を予防することが期待できます。

### 特長5 β-カロチンは、 約1.5倍

β-カロチンには有害な活性酸素から体を守る抗酸化作用や、免疫を増強する働きがあると言われています。摂取すると、心疾患やある種のがんのリスクが低減することも言われています。

### 特長6 食物纖維は、 約3.4倍

食物纖維は、便の量を増やすことで便秘を防ぐほか、最近では、心筋梗塞、糖尿病、肥満などの生活習慣病の予防に役立つこともわかっています。

のっぷいごはんの商品開発に取り組むのっぷいプロジェクトのメンバー

超える長さが特徴ですが、長いあまりに収穫の過程で折れたり、傷ついてしまうこと多く、出荷には適さない規格外のものもたくさん出ます。おいしさや栄養価はそのままなのに、出荷できないのはもったいない！その思いから、規格外の大塚にんじんを活用し、市川三郷町の農商工が連携して加工品やご当地グルメを開発して地域を盛り上げていこうという「のっぷいプロジェクト」が平成23年に立ち上りました。

町商工会を中心ののっぷいプロジェクト実行委員会を発足し、商品開発に向けたマーケティングやメニュー研究、専門家による指導、試食会などを実施。町内の飲食店をはじめ多くの農商工業者が参加して「のっぷいブランド」をつくりあげました。

のっぷいで育った大塚にんじんは、80cmを超える長さが特徴ですが、長いあまりに収穫の過程で折れたり、傷ついてしまうこと多く、出荷には適さない規格外のものもたくさん出ます。おいしさや栄養価はそのままなのに、出荷できないのはもったいない！その思いから、規格外の大塚にんじんを活用し、市川三郷町の農商工が連携して加工品やご当地グルメを開発して地域を盛り上げていこうという「のっぷいプロジェクト」が平成23年に立ち上りました。

のっぷいで育った大塚にんじんは、80cmを超える長さが特徴ですが、長いあまりに収穫の過程で折れたり、傷ついてしまうこと多く、出荷には適さない規格外のものもたくさん出ます。おいしさや栄養価はそのままなのに、出荷できないのはもったいない！その思いから、規格外の大塚にんじんを活用し、市川三郷町の農商工が連携して加工品やご当地グルメを開発して地域を盛り上げていこうという「のっぷいプロジェクト」が平成23年に立ち上りました。

## オリジナルメニューを開発

### 地域の旨味たっぷりの “のっぷいメニュー”

のっぷいプロジェクトは約2年の研究、開発を経て、平成25年に大塚にんじんを使った商品を発売しました。大塚にんじんを練り込んだ麺を使ったラーメンやおざらをはじめ、丼ものやサンドイッチなど、町内の飲食店それが工夫を重ねて生み出し

たオリジナルのメニューが勢ぞろい。ゼリー・ジャム、ドリンク、ようかんなどの加工品も商品化され、土産品としても人気を集めています。

のっぷいが育んだおいしさを紹介する“のっぷいプロジェクト”。その数々の商品は町の新たな魅力となり、地域活性化へつながっています。



( ふるさとのおいしいもの )  
どれもこれも愛情いっぱいにつくられています。



**大塚にんじん** 12月上旬～3月下旬

品種名は「国分鮮紅大長」。

大塚にんじんの収穫時期に行われる「大塚にんじん収穫祭」では、にんじん販売はもちろん、品評会や試食コーナー等さまざまなイベントが行われ、来場者たちをもてなします。



**甘々娘** (とうもろこし) 5月下旬～6月下旬

大塚地区の肥沃な土が育てたとうもろこし「甘々娘」は粒皮が柔らかく甘味が強い（糖度15度）のが特徴です。テレビ番組で紹介され、注目を集め話題の高品質なフルーツコーンです。毎年6月に開催される「甘々娘収穫祭」では、もろこしの直売や試食などが行われます。



**あんびん** (六郷地区・山間のおやつ)

小麦粉やさつまいもの粉、とうもろこしの粉を使った皮に、小豆や白インゲン、サイの目に切ったさつまいも等を餡にして蒸したしっかりとした平たいおまんじゅう。形を整える時に「ビンタ」して平たくすることから、「あんびん」という名前になったとも言われています。

**レインボーレッド**  
(キウイ)

10月下旬～11月中旬

のっぱいの肥沃な土地で栽培し、果肉のエメラルドグリーンも艶やかで、甘みと酸味のバランスの良い「ヘイワード」や、中心部分の周りが赤く糖度が高い「レインボーレッド」等があります。町の新しい主力農産物です。



**枯露柿**

11月中旬～12月下旬

武田信玄公の時代に奨励されたという枯露柿づくり。市川三郷町の高田地区でも多くの枯露柿が作られています。軒先に吊るされた枯露柿は、初冬の風物詩となっています。



大木地区に広がる桑畠

特集3



# 農業が地域の未来を築く

養蚕業が盛んだった当時を思い出させる、懐かしい里山の風景が残る市川三郷町。

日本の養蚕を支えてきた桑の最良品種「一瀬桑」の畠が今も広がるこの土地で、桑の栄養価に着目し、桑の葉茶の生産に取り組んでいる生産者がいます。

耕作放棄地を活用して畠を広げ、雇用の創出に取り組み、地域のコミュニティに新しい風を吹き込みながら町の活性化にも取り組む新しいカタチの農業は、地域の未来を築く大きな可能性を秘めています。



一瀬桑の親株である赤木



青木と呼ばれる白木



かつては一大産業だった養蚕  
市川大門町町制施行100周年記念誌『目で見る市川百年誌』より

よみがえる「一瀬桑」の郷

青々とした葉をつけた桑畠が広がる市川三郷町内は、「一瀬桑」発祥の地として知られています。明治時代、この町の「一瀬益吉氏」が見出した「瀬桑」は、葉が大きくて葉肉が厚く、病虫害にも強い優れたもので、養蚕に不可欠な最良品種として全国に普及し、日本の養蚕を支えてきました。  
やがて海外から安い絹が輸入され国産

絹の需要が低下し、  
養蚕農家は激減。

全国各地で桑畑も  
姿を消してしまし

たが、一瀬桑の郷であ  
る市川三郷町では

今、新しい桑畑が次々と生まれています。



養蚕の最良品種だった一瀬桑

## 桑の新たな活用で 新しい農業へ

桑を栽培しているのは、韓国出身のハン・ソンミンさんと奥さんの三貴さん。2人は、

大自然に恵まれたこの地に惚れ込んで移住した三貴さんの父親から引き継ぐ形で2008年に山保地区に移住。桑の持つ力の可能性に魅力を感じ、桑の葉茶を生産する会社「桑郷」を立ち上げました。

初めての地で初めて取り組む事業に苦労も多かったというハンさん夫妻。当初は人とのつながりも全くなく、一つ二つ手探りの状態でしたが、真剣に取り組む姿が地域の人たちとの距離を縮め、協力者も得られるようになりました。

2011年、協力者の一人でハンさんにこの地の桑の歴史や栽培技術などを教えてくれた生産者の方が亡くなり、桑畑を山に戻すという話を聞いたハンさんは、その思いを引き継ぎ畑を管理していくことを決意。これを機に荒れている桑畑の再生に取り組み、自ら桑を栽培することになりました。



土を丁寧に耕すところからスタート



畑作地帯が増えることで鳥獣問題も減少できるという

桑の苗を植え付けていく



ハンさんの地域を思う強い気持ちが、この地の桑畑を次々とよみがえらせ、この地域を、そして人々を活気づけています。

スタッフも年々増え、現在はハンさん夫婦を含め14人が働いていて、うち8人は地元の市川三郷町の住人です。

「この町は自然も人もとても素敵なところ。私の第一のふるさとです。大好きなふるさとを元気にしたい、桑の郷であるこの地で桑を使った特産品を作り、地域に少しでも刺激を与えたいたいという思いで取り組んでいます」

丁寧に雑草をとりのぞく

## 耕作放棄地に 次々と桑畑が

約30000m<sup>2</sup>の畑から始めた桑の生産は、地域の耕作放棄地を活用しながら徐々に増やし、2015年には50000m<sup>2</sup>にまで拡大。桑茶の年間生産量も2008年当初の500kgから12tにまで増えています。

## 農業の未来を拓く 「10万本プロジェクト」

今、ハンさんが目標に掲げているのが、2018年までに桑の苗を10万本植えるという「10万本プロジェクト」。10万という数はもちろん簡単ではありませんが、そこにはハンさんの熱い思いが込められています。

「今、農業は後継者がいなかつたり、食べていいのが大変だつたりしますが、農業でも幸せになれるよ、笑顔になれるよというモデルをこの町で実現したいと思っていました。この町の子どもたちの見本となれるような頑張る姿を見せたいです。それが私にとって一番の財産です。」

ハンさんの頭の中には常に、この町で暮らす人々の笑顔が思い描かれています。

私の第二のふるさとを元気にしたいと語るハンさん



生葉を蒸し、揉み工程を経て乾燥させる



細断機で生葉を細かく切っていく



青々と茂る桑の葉を収穫していく



桑郷の皆さん



厳選した桑葉からできた桑茶

## 世界が注目する 「桑郷」をめざして

事業開始から7年たち、桑の葉茶の文化は全国各地から寄せられ、多くの人が仕事の見学にこの町を訪れています。またフィリピンのパンパンガ国立農業大学と連携して桑の栽培や製茶に取り組んだり、中国への進出も開始するなど、さらに大きな広がりを見せてています。

「これから社員をもっと増やし、将来的には養蚕も復活させたいと考えています。桑のことなら市川三郷町の桑郷といわれるようになり、世界から人を呼び込めるようになります。そしてこの町に住みたいという人が増えていけばうれしいです。」

その目標に近づくためにも、今は自分ができる最大限のことをやり、足元をもっと固めていきたいというハンさん。「瀬桑の郷」の復活、さらに世界が注目する「桑郷」をめざして、その挑戦はまだまだ続きます。

**Agriculture for the future**  
**New agricultural project for local growth.**  
Scenery of a good-old country spreads in Yamaho area, reminding us a sericulture activities that used to be in the past. The best quality plant for Japanese sericulture is called "Ichinose-kuwa" (mulberry), the scenery of this plant field is still found. There are people, who are paying attention to the nutritive values of kuwa leaves, and producing this mulberry species. Extending the plant field by cultivating unused lands, increasing local employment, and putting a new wind on the local community, this new style of agriculture contributing the local prosperity has a big potential factor for the future of local area development.



市川三郷町の自然の中を走り抜けるトレイルラン。

それは神秘的な四尾連湖と出会い、蛾ヶ岳で雄大な富士を仰ぎ、町の人々とふれあう、思い出深い1日。

# 四尾連稜線トレイルラン



蛾ヶ岳山頂には絶景が広がる

## ランナーも町民も みんながいい笑顔

心地いい風が吹き抜ける秋の日、市川三郷町では町が誇る大自然を舞台にしたトレイルランが開催されます。

県内外から700人以上のトレイルランナーが集まり、34kmと16kmのトレイルランと、8kmのトレイルウォークを楽しみます。

スタート・ゴール地点となる街中のロードは、ランナーと応援に来た地元の人々であふれます。スタートの合図とともに飛び出すランナーをハイタッチで送り出す町の人々。みんなとてもいい笑顔をしています。



## 自然を満喫しながら走りを楽しめるコース

地域の人たちの声援を受けながら街中をしばらく走り、大門碑林公園へ。これからトレイルが始まります。

上りを駆け上がり、四尾連峰を進んでいくと、林の隙間から赤や黄に色づき始めた山に囲まれた四尾連湖（標高850m）が姿を現します。その神秘的な美しさに目を奪われながら、湖畔の道を進むランナーたち。雄大な自然が背中を優しく押してくれます。

さらに林の中の急な上りを進み、コース最高地点となる蛾ヶ岳（標高1279m）へ。甲府盆地を見下ろし、遠くに八ヶ岳、奥秩父を眺め、さらに日本最高峰と第二の高峰である富士山と北岳を見渡しながら桜峠へと進みます。後半はきっと上りもなく、ランナーたちは思う存分に景色を楽しみながら走り抜けていきます。

天然林が多く、自然にできた森のトンネルの中を走るコースは気持ちがよく、整備も行き届いてるので走りを楽しめる大好評。ランナーたちの顔には自然と笑みが浮かびます。

また8kmのトレイルウォークには家族で参加するランナーも多く、とてもな」「やかな雰囲気。トレイルランの日は、いつもに増して町中に笑顔があふれています。

疲れを忘れる雄大な景色



四尾連湖がゴールの8kmトレイルウォークは参加しやすいコース



家族で参加するランナー



きつい登りも景色に助けられる



最後の力を振り絞ってゴール!



町民みんなで声援をおくる



エイドステーションでの補給

2014年、山梨県立市川高等学校は創立100周年を迎えました。

1914(大正3)年の創立以来、市川三郷町の人々に愛され、見守られながら歩んできた100年。  
そこには地元の人々とともに創り上げてきた、数々の思い出と歴史が刻まれています。

# 市川高校、町とともに歩んできた100年

市川高校音楽部 第40回定期演奏会



輝かしい実績を築いてきた音楽部



元気いっぱいのミュージカル

1991年 春・春の選抜大会で初の甲子園  
夏の選手権大会へも連続出場



1994年 夏・夏の選手権大会、2度目の出場



現在の市川高校



熱い声援を贈る応援団

## 輝かしい記憶や記録 100年の歴史を彩る

創立以来、「敬愛自尊」の校訓のもと文武両道に取り組み、地域社会で活躍する人材を数多く輩出している市川高校。その100年の中には、輝かしい記憶や記録、軌跡が残されています。

1991年、市川高校



昭和31年の校舎

「いちかわファミリー」  
これからも地域とともに

拠点事業の指定も受け、町内の小学校2校、中学校1校と連携を図りながら、より実践的で効率的な英語の学習を進めています。

1991年、市川高校野球部は春夏の甲子園に連続出場。選抜高等學校野球大会では、2試合連続サヨナラ逆転勝ちを果たし、全国に「ミラクル市川」旋風を巻き起こしました。

2015年に定期演奏会40周年を迎えた音楽部は実力を持つ合唱団。NHK全国学校音楽コンクールや全日本合唱コンクールで金賞を受賞するなど数々の成績を残しています。

また市川高校は1990年に「英語科」を開設。以来地域の英語教育において大きな役割を担ってきました。2015年度には文部科学省が実施している「英語教育強化地域

大切に、これ  
からも市川  
三郷町とと  
もに歩んでい  
きます。



丹沢公彦校長

校に携わるすべての人がひとつの家族であり、その力を結集して市川高校を、そして地域をさらに盛り上げ、生徒はもちろん、地域にも愛され続ける学校でありたいという想いが込められています」と丹沢公彦校長。

市川高校は「いちかわファミリー」の絆を

神明の花火大会では毎年、開催前と開催翌朝の清掃活動に生徒が参加。また音楽部は市川三郷町をはじめ、県内の学校や公共施設などで訪問演奏にも活発に取り組んでいます。

これらの活動をはじめ、地域とともに歩む市川高校の姿勢は「いちかわファミリー」という言葉を集められています。「学校をはじめ、保護者、同窓会、地域など市川高校に携わるすべての人がひとつの家族であり、その力を結集して市川高校を、そして地域をさらに盛り上げ、生徒はもちろん、地域にも愛され続ける学校でありたいという想いが込められています」と丹沢公彦校長。

地域に支えられ、地域とともに歩んできた100年。市川高校は、地域の行事や活動にも積極的に参加しています。