



echine de porc au pruneaux maison
(comme pruneaux d'Agen)
信州黒豚肩ロースと自家製プルーン

果樹の生産が盛んな長野県。中でも高い標高と志賀高原の水に恵まれた山ノ内町では、その好条件を活かしたとりわけ質の高い物が作られています。
gonki さんで見つけた秋のメニューは、フランスの伝統料理「信州黒豚肩ロースと自家製プルーン」。素材は信州産の豚肉に、山ノ内町の林檎園うへはらさんのプルーンを使用。乾燥させたものをコニャックに漬けて戻し、黒豚・玉ねぎ・プルーン・じゃがいもと一緒に蒸し焼きしていきます。プルーンは乾燥させることで甘みが増し酸味も際立ってくるのだそうです。
豚の脂の旨みとプルーンやコニャックの香りが渾然一体となり、調理中から良い香りで店中が満たされます。優しく滋味深く、ワインも進む！信州の恵みが凝縮された gonki さんご自慢のお料理です。



暮らす やまのうち

TAKE
FREE

ご自由にお持ちください

長野県山ノ内町はこんなところ！



山ノ内町は長野県の北東部、上信越高原国立公園の中心に位置する人口約12,000人の自然の恵み豊かなまちです。四季折々の素晴らしい自然が広がる志賀高原と北志賀高原、湯量豊富な湯田中渋温泉郷、温泉に入る野生の猿「スノーモンキー」といった個性的な観光地を有しています。



@kurasuyamanouchi
#暮らすやまのうち

移住イベント情報発信中！
(移住相談会 / 体験ツアーなど)

暮らすやまのうち

暮らし体験してみませんか？

山ノ内町では移住を検討している方に向けて暮らしを体験できるメニューをご用意しています。



春夏秋冬季節ごとの暮らしや自然体験を盛り込んだ1泊2日の暮らし体験ツアー(年4回開催)
ご自分やご家族が知りたい子育て環境や生活範囲、地域の魅力等希望に合わせて案内する暮らし体験オーダーメイドツアー(随時開催)
田舎暮らし体験住宅もあります

詳しい情報は
コチラ



山ノ内町へのアクセス

| | | | | | |
|-----|-------|--|-------|------------------------|-----------------|
| 電車 | 東京駅 | 北陸新幹線 (1時間30分) | 長野駅 | 長野電鉄特急 (50分) | 山ノ内町 |
| | 新大阪駅 | 東海道新幹線+中央本線 (3時間50分) サンダーバード+北陸新幹線 (4時間30分) | | | |
| 自動車 | 練馬IC | 関越・上信越自動車道 (2時間40分) | 岡谷JCT | 長野・上信越自動車道 (1時間30分) | 信州中野IC (20分) |
| | 高井戸IC | 中央自動車道 (2時間) | | | |
| | 小牧JCT | 中央自動車道 (2時間) | | | |

移住相談窓口

山ノ内町役場 総務課 移住交流係

TEL 0269-33-3111 FAX 0269-33-4527

E-mail iju-teiju@town.yamanouchi.lg.jp

〒381-0498 長野県下高井郡山ノ内町大字平穩 3352-1

山ノ内町の移住・定住情報が満載！

暮らすやまのうち

検索

http://www.town.yamanouchi.nagano.jp/iju-teiju/



「一番食材がいいところはどこだろう。そうして辿り着いたのが山ノ内町でした。」

そう語るのは、2020年1月に温泉街に渋温泉食堂 gonki をオープンした岸田陽一さん・里佳子さんご夫妻。お二人ともフランス・アルザス地方で料理を学び、大阪や東京などの三ツ星レストランでキャリアを積んできた中で、自らの店舗を構える一番最適な環境を探し求め、山ノ内町に出会ったのだといいます。地産地消の考え方を重んじるフランス料理には、素材は命とも言えるもの。「以前働いていた軽井沢のレストランでも県内の食材を多く扱っていて、全国的に見ても長野県の食材の良さには確信があったんです。生まれすぎているくらい。」大阪や広島など他県も候補に挙がる中、これまでに築き上げてきた生産者の方とのご縁、そして地の食材の魅力や、どことなくアルザスに似ているという山や空に囲まれた豊かな自然が夫妻を山ノ内町へ呼び寄せたようです。

INTERVIEW

渋温泉食堂 gonki

岸田陽一さん・里佳子さんご夫妻

▲ 食材の宝庫 山ノ内町

▲ プロも唸るフードスポット 道の駅北信州やまのうち

▲ 地域の文化を守る 温泉街の“おてんま”

▲ ローカルフードピックアップ 山ノ内を食で楽しむ 信州黒豚肩ロースと自家製プルーン

長野県山ノ内町の暮らしの魅力を発信するジャーナル
Summer / Autumn

発行 山ノ内町
北信州 志賀高原の麓





山の宝庫・山ノ内町

クリエイティブの源は自然の恵みから

「仕入れがあってからメニューを考えるのが基本。地産地消にこだわるからこそ、素材ありきで料理を組み立てています。」という陽一さん。一応定番メニューはありますが、いつも食材と対話をするように、アイデアを膨らませて調理をしていくのがgonki流。自然の中で生きている食材の方が作っていてもいつも違うし、出来上がりもワクワクする。ワイルドなパワーがありとても美味しい。もちろん個体差が出るので、いつも正解というわけではないけれど、こちらの想像を超えてくるのは、まさに自然の恵みだなと思います。」

そんなクリエイティブな料理の源となるのが山ノ内町のローカル食材たち。自然に囲まれた環境だからこそ得ることのできる豊かな恵みを、楽しみながら本物の「地産地消」を体現されています。



1 山のもの(山菜、渓流魚等)山の食材を通して、季節の移り変わりを誰よりも早く感じているのだそう。2 フルーツ(りんご、ぶどう、ブルーベリー等)山ノ内町で採れたフルーツは、伝統的なフレンチにもぴったり。3 ジビエ(イノシシ、クマ等)イノシシ肉で作ったリエットは、豚肉だと物足りないと感じて戻れないほど美味しいと口を揃えていました。4 きのご(イグチ、なめこ、クリタケ等)知り合いの名人に教わりながら自ら採ったというキノコ。

仕入れによってメニューが変わるgonkiさん。事前にご予約いただき、好みや希望をお伝えいただくと、シェフがより腕を振るってくれるはずですよ。



地域の繋がりを大切にしていって、少し懐かしい感じのする雰囲気もアルザスと似ています。

「渋温泉3番湯『綿の湯』の目の前にある元はスナックだった空き店舗を町の補助金も活用して改装。温泉街になじむ暖簾のかかった入り口を入ると、外観とは違って変わって、店内はまるでアルザスのおばあちゃんのおうちへ遊びに来たような、温かな雰囲気が漂います。敷居をできるだけ低くして、気軽に料理を楽しんでもらえる場所にしたかった、という陽一さん。「渋温泉食堂」というお店の肩書きにも、そんな想いが込められています。お料理はフレンチ寄りですが、日本人にも馴染みやすいような和の素材やアレンジで提供することもしばしば。地元の食材をふんだんに使いつつ、おいしい料理を楽しめる空間を目指しているそうです。

「gonkiという名前は、僕の父の秋田の実家から屋号をもらったんです。渋温泉は、昔ながらの懐かしさがあって温かみのある町なので、人が使ってきたものを大切に伝えていく、というテーマがこの場所にあるなと思って。」

お店では、ご実家の蔵から持ってこられたという和食器や、お父様から譲り受けたという出身地・岡山の備前焼、そして料理のルーツであ

るアルザス地方の食器がセンスよく組み合わせられて使われており、ご夫妻のルーツとこだわりが感じられます。

「アルザスの人は自分の地元が好き人が多いんです。でも、日本人は自分の生まれ育った場所がすごく好き！という人は少ない気がします。それがちょっと悔しいなと思ったんです。自分たちが好きと言える場所を見つけて、日本に行きたい、とフランス人に言ってもらえるような場所にしないと。渋温泉は昔の人が丁寧に作って築いてきたものがしっかり残っているし、とても文化的な場所だと思います。こういう場所こそ大切にしていって、フランス人にも教えてあげたいですね。」

人が時間を重ねて築いてきたものが、新しい人に受け継がれていく。こうしてまた山ノ内町の未来が魅力あるものになっていくのでしょう。

facebook

渋温泉食堂 gonki

〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町平穂2267-3

@gonki.manger.et.boire

町全体で子どもを見守る 渋温泉での子育て

店舗の真裏にある岸田さんご一家の自宅。元々は別々だったものを繋げお店と自宅が自由に行き来できる、暮らしとお店が一体化した作りになっていて、夫婦で手分けをしながら、レストランと子育てを両立しています。岸田さんご夫婦の子育ては、お店でのお仕事同様に夫婦で手分け。「いつもこんな風になっているので。」と笑顔で語る里佳子さんは、長女を抱っこしながらお店をてきぱきと片付けます。渋温泉界隈では、両親ともに商売をしているお店が多く、近所の子供たちで徒党を組んで遊び回っています。保育園や学童保育の受け入れ態勢が充実していることも、とても大きいと言えます。「地域性が強くて、みんなで子供たちを見守っている感じがあるんです。車もそんなにスピードを出せない場所なので安心。おおらかさが残っていて子育ての面でも安心できる場所です。」



お店の横にある小さな路地は、子供にとっては絶好の遊び場。



プロも唸る フードスポット 道の駅北信州やまのうち

信越自動車道 信州中野ICから国道292号を志賀高原に向かう途中、湯田中渋温泉郷郊外にある道の駅。取材に訪れた10月の終わりは、信州が最も盛り上がる実りの秋の真っ最中。農産物コーナーでは、果物や野菜を買い求める多くの買い物客で賑わっていました。町内の農家さんが育てたものだけを扱っていて、りんごや野沢菜などメジャーな野菜はもちろん、他の地域ではなかなかお目にかかれない野菜や、里山で採れた珍しい食材などバリエーションも豊か。そしてどれも安い！岸田さんご夫妻もワクワクしながら仕入れに訪れているのだそうです。生産地からの距離も近いので、鮮度が良いものが手頃な価格で手に入ることも魅力の一つ。食堂のお蕎麦も安くて美味しかったです。山ノ内町にお出かけの際は、ぜひ一度お立ち寄りください。

【道の駅 北信州やまのうち】
〒381-0402 長野県下高井郡山ノ内町大字佐野393-2
営業時間 農産物直売所 8:30~16:00
※1月上旬~4月中旬は、土曜・日曜・月曜・祝日のみ営業
【TEL】0269-31-1008



地域の文化を守る 温泉街の“おてんま”

1350年余りの歴史を持つ渋温泉。名物の「外湯巡り」は、9つのお湯をめぐる、九(苦)労を流し、厄除け、安産育児、不老長寿のご利益があるといわれ、昔の多くの人々を癒してきたことでも知られています。地域の人々にとっては大切な生活必需品として、町の地下には宿や共同浴場に温泉を届けるためのトンネルやパイプが張り巡らされ、温泉熱を利用した消雪や暖房にも使われています。この資源を守るために、年に3回 温泉街の方々が「おてんま(ボランティア)」で掃除を行い、37本、2.5kmにもわたる引湯管を手作業で綺麗にしています。『自分たちの大切なお湯は、自分たちの手で守る』そんな強い思いを持つ人々の手によって、地域の文化を守り、大切に次の世代へと繋がっている歴史ある温泉なのです。

おてんまの様子はこちら

