

金沢×里山

TAKE FREE

# みたに

地域おこし協力隊  
による地域を紹介する  
ハンドブック





## 目次 (ページ)

・目次	3
・三谷地区概要	4-5
・三谷エリア	6
・土子原エリア	7
・竹又エリア	8
・牧山エリア	9
・地元産品・朝市	10
・地域の文化・歴史	11
・協力隊の移住生活	12-13
・小学校・保育所	14
・公民館・交流拠点	15
・暮らしの便利帖	16
・市街・各所へのアクセス	17
・地域にあるお店	18
・協力隊が食べた地域の食	19
・地域の人へインタビュー	20-21
・協力隊が感じた地域の難点	22
・協力隊が感じた地域の利点	23
・地域の四季	24
・My favorite MITANI in KANAZAWA	25
・編集後記・問合せ先	26



金 沢 で あ  
里 山 で あ

田、畑、山、鳥、星、水、  
草、木、花、澄んだ空気、、  
そのような環境に佇む里。  
里の家々、人々の暮らし、営み。  
山に里があり、里に人が居て  
保たれる  
きれいな自然。

# り 里 山 り 金 沢

ここは金沢。言わずと知れた

文化都市。

文化、歴史、芸術、伝統を

感ずる都。

商業や産業、交通も栄え、

快適なシティサービスを楽しむ

できる都市。

# 三谷エリア

鳴瀬元町

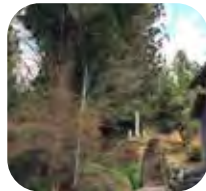


梨木町

小池町



桐山町



正部町



宮野町



高坂町



古屋谷町



土子原エリア

松根町



土子原町

曲子原町



堀切町



竹 又 エ リ ア



清水谷町



竹又町



東原町





# 牧山エリア

車町



直江野町



納年町



北方町



牧山町



不室町



柚木町



小嶺町・市瀬町



## 地 元 産 品 ・ 朝 市

### 地元の朝市



304 水芭蕉市



松根青空朝市



ごんでん朝市



みたに朝市

三谷地区では現在3カ所で日曜朝市が、6月頃～11月頃に開催されています。東原町の304 水芭蕉市、松根町の松根青空朝市、直江谷のごんでん朝市は、遠方からのファンも新鮮な野菜を買いに来られます。そして年に2回地域で連帯して「みたに朝市」を開催しています。

### 地元のお米



中山間地にあたる三谷地区では平野に比べて田んぼの広さは一つ一つ大きくない。しかし山の清水など美味しいお米を育てる環境にはあり、昔からこの地域のお米はおいしいと言われたと地元の人はお米に自信を持っている。

### 地元のジビエ



三谷地区の高坂町に三谷ジビエ工房がある。地区内の山で捕獲されたイノシシを加工し、食肉として販売したり、イベントに出店したり、レストラン等にも卸している。獣害被害を減らすだけでなく、美味としても認知されている。自然の山で獲れる肉は栄養がある。

### 加越国境城跡群及び道



加賀と越中の国境を舞台に繰り広げられた前田利家と佐々成政の争いの痕跡。同地区では切山城跡・松根城跡およびそれらを繋ぐ小原越が国史跡指定されている。この史跡は、城と道を一体的に価値付けして指定された日本の最初の事例であり、極めて貴重な歴史資産であると評価されている。(金沢市文化財保護課発行「史跡探訪マップ」参考)

金沢市車町は宝乗寺という日蓮宗のお寺。七面大明神が祀られ、その歴史は800余年とか。江戸時代には、金沢城下から宝乗寺七面堂などのお寺を散策する行楽があり、その道は法華道と言われたそう。三谷地区周辺では日蓮宗のお寺が多く残っている。

### 三谷法華



### 米軍機墜落現場慰霊碑



1948年4月27日訓練中の米軍機2機が現在の金沢市東原町山中に墜落し、乗員数名が死亡した事故。当時も救済に奔走した地元住民が後年、慰霊碑を建立。敵味方関係なく魂を慰める地元住民の思いを今に受け継ぐ慰霊祭を盆に開催している。

三谷地区では農林業にまつわる信仰・儀礼が昔からあり、今も一部の家庭で行われている。「山祭・田祭」は12/9に山の神・田の神を家に招き、感謝の膳や酒でもてなす。「鋤鎌様」は1/3に鋤や鎌等の農機具を仏間に並べ一年の農作業の無事を祈る。今、地域をあげて文化保護活動を始めている。

### 農業儀礼



※本頁は、地元郷土史家中田隆二先生の公民館の郷土史講座の資料や内容を参照して作成

# 協力隊の移住生活



## 住居



この地区で空いていた古民家とも言える物件に移ってきました。大きな梁が通っている古い建物で、多少傷んでいる所もありますが、頑丈な造りや家屋の広さ、古風な感じが逆に魅力的でした。照明器具をたくさん置いて明るくしたり、古い設えの中に元々持っていた現代的な物や家具を置くことで不思議なマッチングを感じ、都会にいた時よりも気に入った室内で生活できていると感じます。

家の前が自由に使えたり、周りで取れた食材や草花も都会では難しいものと感じます。

## 近所の環境

周辺環境は、空気のおいしい広い景色。空いている畑を使わせてもらい、初めて野菜（トマト、きゅうり、ナス～大根、白菜、玉ねぎ等々）を作り、家庭で使いました。

他にも自生している山の幸、露やミョウガや芹、椎茸などのキノコ類、柿や栗や柚子や梅、竹の子やらとたくさんの食材をいただきました。

その他、米作りの手伝いをしたり、山の湧水を汲んだり、整備された運動場でスポーツや花見をしたり、都会では味わえないものを感じます。



## 協力隊の移住生活



### 町会との関わり



家族3人で引越してきた私達。30世帯ほどの町内に入ってきました。町会では年にいくつかの行事や宴会、人夫と言われる総出の作業などありますが、それらを通して懇親でき、行事・日常を問わず良い関わりができています。町内で週に1時間太鼓の稽古に参加し、面白い経験ができていますと感じています。

### 子供の生育環境

元々大阪市内で育った息子でしたが、こちらへ来て昆虫や生き物に触れながら町内を自由に遊んでいます。朝市に参加したり、ドリルやノコギリなど扱ったり学びの環境にあると考えます。行き渡る少人数クラスの学校にも満足しています。



### プライベート



三谷地区で里山環境で暮らしながらも、どこへでもアクセスは至便。海水浴や動物園、市中の観光地や買い物、遊具のある公園や市民プールなど様々な過ごし方ができます。

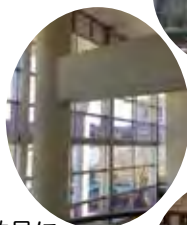
## 小 学 校 ・ 保 育 所

### 金沢市立三谷小学校

4校の小学校が統合した四つ葉マークがシンボルの三谷小学校は平成三年にこの地に建ちました。

人口減少が進む三谷地区にあって、児童数は全校で30人に迫り、存続の危機にありますが、高く開放的な門構えの広く明るい校舎に少人数校の良さが光ります。

体育館や多目的ホール、パソコンや実習の教具に至るまで設備は遜色なく有り、学校中の先生の行き届く教育・学習環境の中、子供達は過ごします。1～6年生まで縦に助け合う間柄が特色の三谷っ子達は生き活きとしています。

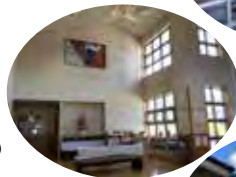


### 金沢市立宮野保育所

三谷公民館と棟続きとなってる金沢市立の保育所。中山間の里山地域に位置するが山側環状から国道304号線沿いにある為、地域外からのアクセスも良い。

平成14年に建った比較的きれいな建物で、明るく天井の高いエントランスは地元の花がいつも飾られ、園児・保護者・先生たちの和やかなコミュニケーションの場となっている。

地域柄、野菜を育てたり、地元野菜でめった汁を作って食べたり、餅米で餅つきをしたり、のびのび遊べる園です。



## 公 民 館 ・ 交 流 拠 点

### 金沢市三谷公民館

現在の三谷地区の地域の拠点となっている公民館。  
金沢では成人式を地元の公民館が主催するという  
全国的にも珍しい方式が採られるほど  
地域との関係が大きい。

住民の様々な窓口となっているほか、  
生涯学習の催しが行われたり、  
地元住民が公民館委員となってスポーツや  
文化の大きな行事を行ったりしている。

子どもからお年寄りまで、ソフト面ハード面  
ともに拠り所となっている場所だ。



### 三谷さとやま交流広場

2018年にできた地域の交流拠点施設。  
旧三谷中学校・小学校の跡地を活用した広場で、  
現在の三谷地区のほぼ中心に位置する。

市民農園を区画で貸し出しているほか、  
無料で使用できる交流ルームや芝生広場、  
ベンチに座れるスペースが魅力的だ。

幹線道路から高台へ上がる為、自然風景の  
眺望が良く、また静かな環境にあり、これまで  
ヨガ、語学などの各種スクールや木工など物づくりの  
イベント、お祭りなどの使用実績がある。





## 暮らしの便利帖



### スーパーマーケット

- 三崎ストア森本店 (10分)
- 三崎ストア百坂店 (12分)
- アルビス高柳店 (15分)
- バロー福光店 (17分)

### コンビニ

- ヤマザキショップ高坂町 (2分)
- ローソン不動寺町店 (3分)
- ファミリーマート堅田店 (6分)
- セブンイレブン吉原町店 (7分)

### ショッピングモール

- イオン金沢 (15分)
- イオンもりの里 (15分)
- アル・プラザ津幡 (15分)
- アル・プラザ金沢 (20分)

### ホームセンター

- ムサシ金沢店 (15分)
- カーマ金沢田上店 (17分)

### 郵便局や銀行

- 三谷郵便局 (1分)
- 森本郵便局 (10分)
- 北國銀行森本支店 (8分)
- JA 金沢市森本支店 (12分)

### 病院

- 医王病院 (6分)
- 前川医院 (5分)
- 浅野川総合病院 (15分)

### 鉄道最寄駅

- IR いしかわ鉄道森本駅 (10分)  
(金沢駅まで2駅)

### 警察署

- 宮野駐在所 (1分)
- 金沢北部交番 (8分)

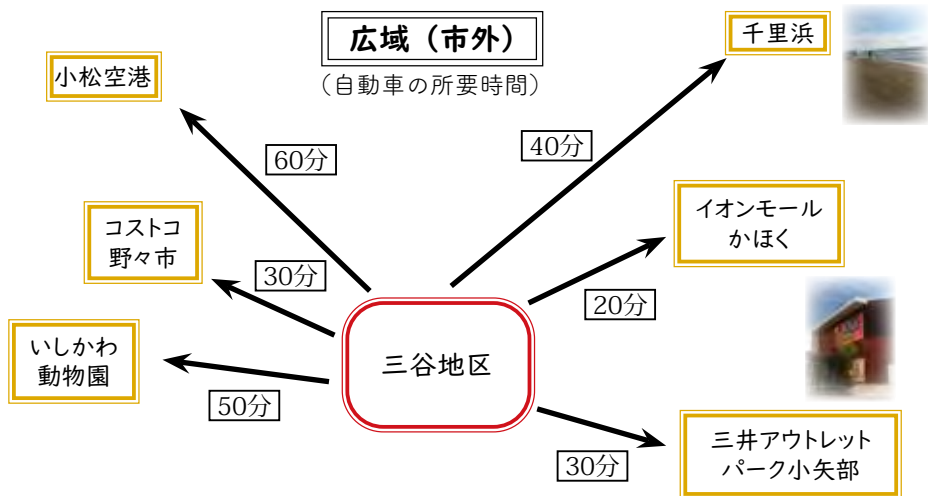
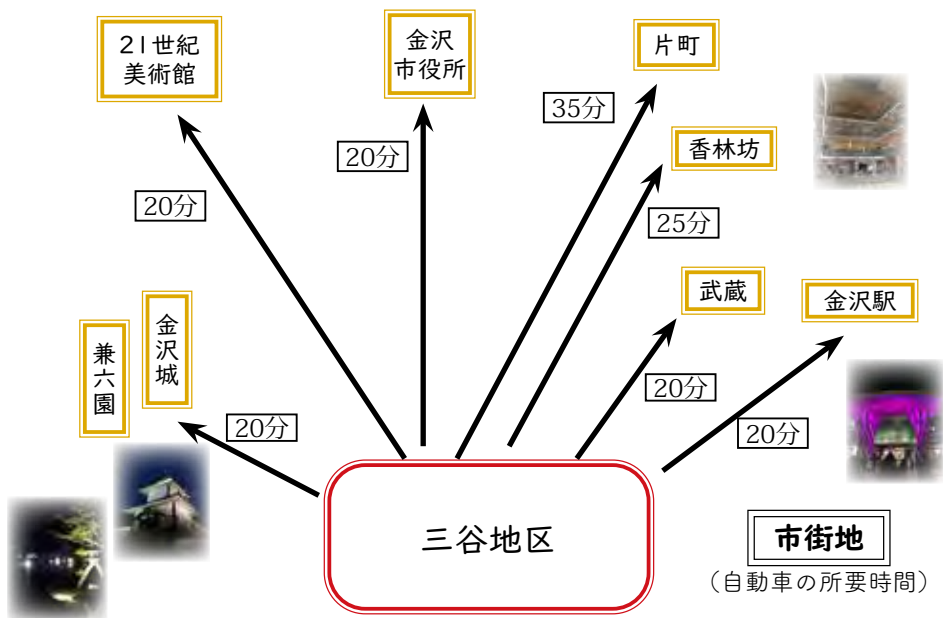
### 役所

- 森本市民センター (11分)

※自動車のおおよその所用時間。起点：三谷公民館。Google マップの経路検索結果も参照。



# 市街・各所へのアクセス

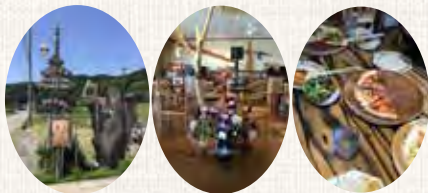


※自動車のおおよその所用時間。起点：三谷公民館。Google マップの経路検索結果も参照。

## 地域にあるお店

### PIZZA アルペロ

不室町にある本格石窯ピザが味わえるお店。店内は座席や食器をはじめ店主による木工細工にあふれ、暖炉やテラス席もある。



### カフェ レストラン 檜

国道 304 号線富山県境に程近い東原町にあるお店。洋食やスイーツを中心に店主が腕ふるう。ほっこりできる明るい店内。



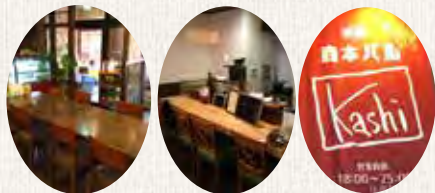
現在、食材にこだわった一日数組限定の  
営業スタイル展開へ向けて休業・準備中！



その間、森本駅前で営業しています！

### 駅前バル Kashi

IR 森本駅前前でモーニング、ランチ、カフェ、夜はお酒を飲めるバルを営業。シェフの手料理をちょこっとからガッツリまで頂けます。



### 農事組合法人 まっきやま



牧山町。自然に採れるものを自然に食す。景色の良い小屋で、朝食会や物産販売、イベントを行っています。絶品のお米も好評。

### 御料理・宴会 朝日屋



宮野町。綺麗な御座敷で本格的な御料理が頂けるお店。味も逸品。宴会・食事や仕出し、地元のみならず遠方からのご利用も多い。

### ヤマザキ ショップ



高坂町にある地元店主によるコンビニエンスストア。富山方面と二俣方面の交差点に位置し、通行客にもご利用いただいている。

### 不動寺 P.A.



梨木町から北陸自動車道のパーキングエリアにアクセスできる。フードコートで食事や休憩ができる。

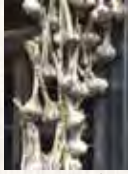
# 協力隊が食べた地域の食



←梅↑梅干し

柿、あけび

←↑ザクロ



みょうが

にんにく

よもぎ

栗ごはん

←柚子↑柚子ピール



じゃがいも

金時草

白菜、大根

大根菜

いちご

ラズベリー



大根

冬瓜、南瓜、白茄子、すもも、葡萄

ねぎ

椎茸

玉ねぎ

ズッキーニ



菜の花

筍

こごめ、タラノメ  
こしあぶら

蕨、芹、筍

熊肉の刺身

三谷ジビエ猪肉



押し寿司

椎茸

さつまいもチップ

キュウリ、ナス、  
トマト

はくさい菜

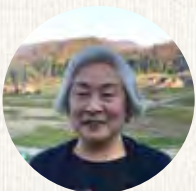
すいか

## 地域の人へインタビュー



森さん

『生まれたところ、ふるさと。あっちこっちで起きている  
集落閉鎖・人口ゼロ、そんな寂しいことにしたくない。こ  
こを良くしたい、知恵を出して色々な人と交流して元気に  
したい。町会にとってプラスかマイナスか常に考えている、  
ひいては三谷地区に、そして最終的には自分にとってプラ  
スになる。アンテナを張りながらプラスのことをやる。』  
(304 水芭蕉朝市代表ほか)



橋田さん

『自然と共存・共栄できること。自然からの報酬がある、  
与えられる、もらえる。自然に与える（耕したり手を加  
えたり）と、返ってくるものが間違いなくある（食、水、  
空気、土地の力）。単発的なことや型を決めること、無理  
することは持続しない。シンプルで無理矢理しないこと  
が次世代へとつづく大事なこと。』（農事組合法人、オー  
ガニックコミュニティまっきやま運営ほか）



中平さん

『なにもないような景色の中でいろいろんな事が出来そう  
な可能性を秘めているところ、明るい土地の気、そし  
てたくさんのいい人達』（陶芸家）



安田さん

『家族で農業を営んでおり畑と家がセットの今の家に出会  
いました。子供の頃から自然や生き物が大好きで、いつか  
自然の中で生活をしたい！という夢が叶いました。春には  
山菜、夏には川遊び、秋には山々の紅葉、冬には雪遊び。  
遠くに立山連峰を望め、四季の移り変わりを五感で感じら  
れます。楽しみが詰まっているここが大好きです』（トマ  
ト等が主力の菊理農園を経営。保育園・小学生の子のママ）

## Q. なぜこの地域にお住みですか？



大沢さん

『ここで生まれ、ここで育ち、嫁に行ったのもこの町内。小さい時は色々なところへ遊びに連れて行ってもらった。若い時も色々なところへ仕事に行ったりもしたが実家もあるしここで生きて今に至っている。今は娘や孫達も楽しみによく訪ねてきてくれるし良かったと思う。』(お花のお庭がきれいな僕の隣人)



戸出さん

『祖父が大正時代に開窯した、当工房は、百年が経ちました。父の代にここ三谷の地に、東山より窯と住まいを移し、早や四十年余りとなります。この地の時間は、何かゆっくりと流れているような気がします。四季折々の自然の中では、色々な創作のヒントがあります。この環境で、日々制作に励んでいます。』(金沢九谷・陶芸家)



中井さん

『地域に子供達が育てられています。子育ては親だけではできないと思うけれど、ここは地域が見てくれている、子守をしてくれる。子供達にとっても家族ではないけれど知っている人達がどこかにいる。そこが安心。人見知りせず人を自然に助けられる、素直、自然や命に感謝する、そんな環境だと思います。』(小学校児童クラブの先生。小中学生の子のママ)



荒島さん

『元々ここで生まれ育った。20代の頃に東京へ転勤、一度金沢へ戻るも40代で再び東京へ。2度目の東京では電車通勤が苦痛に感じた。ここは山々に囲まれ自然に心癒され健康的にプラスの環境。親の介護もあり畑や土いじりが出来るここへ家族に戻った。会社や生活で街へ出するのに苦痛な距離ではないこの“田舎”を楽しんでいる。』(三谷里山の会事務局長ほか)

## 協力隊が感じた地域の難点

- 小学校はスクールバスがあるが、中学校以降子どもの送り迎えがほぼほぼ必要（バスの本数が少ない）。
- 家の中にムカデが出る（樟脳を置くと減ると聞き実践中）。
- 自動車って予想外に維持費・燃料代かかる。
- 湿気が多く洗濯物が乾きにくい季節がある。
- 湿気が多く古民家の為、靴やカバンにカビが生える。
- すごい豪雪らしいが、暖冬で未経験。（除雪車がちゃんと走るの動きは取れるらしい）
- 子供同士が子供だけで集まったり遊んだりできない。（人口減少の影響）
- 自動車がないと自由に行動しにくい。（都会にいたら歩き、自転車、電車が普通なのでギャップがある）

## 協力隊が感じた地域の利点

- 生活の中で駐車場代がかかることがほとんど無い。
- 湿気が多く、乾燥しない。喉が痛まない。
- 石川県、美味しい食べ物がいっぱい。
- 教育水準が高い。教育熱心なところ。
- 穏和な人柄。(自動車の譲り合いの多さに感動)
- 酷暑の昨今であるが、クーラーなしで(ギリギリ)過ごせる。梅雨明けからお盆まで以外は結構涼しい(朝晩は肌寒いほど)。
- 灯油ストーブって好い。調理や焼き芋もできる。
- 都市に比べストレスを感じにくい。
- 家の周辺で食べられるものが成っていたり生えている。
- 景色・眺望がいい。

# 地域の四季









## 編集後記

金沢市地域おこし協力隊／松田優樹

地域を紹介するハンドブックが仕上がった。こういうものを作ろうと思ったきっかけは大阪にいた時の自分だろう。地方への移住を考える中、情報を集めていたがシンプルに地域を紹介してくれる冊子なんかは好感を持って読んだ。よく、地元の人からはこの地域は魅力がないとか注目を集めるものがないというコメントをいただいた。しかし、移住する人にとってはそういったものが重要とは限らず、むしろ主観的に好きと思える地域のありのままの環境が重要であったりする。ありのまま存在する価値をそのまま伝えたい。少なくとも僕がここへ移住したフィーリングとかここへ来てから好いと思った対象を集めるものにはなつたと思う。東京とか大阪といった都市圏から金沢市内の人まで、これを手にした人が「好いな」と思ってもらえれば幸いです。

しかしながらこの冊子はくしくも協力隊として赴任してここで過ごした2年間の軌跡のようなものにもなつた。ここでやってこれたのは自分一人の力ではなかつた。周りの人たちの支えがあつてやってこれたし、これが出来上がっている。改めて感謝申し上げたい。受け入れ組織である町連の会長・役員の方皆さん、活動拠点である公民館の館長・副館長それから日常的に業務その他をお世話になった常勤の主事・主事補佐のお二人、僕のサポート会議のメンバー各位、役所の担当、それから公民館役職員・委員の方皆さん、小学校や保育所の方々、家がある在所町会の皆さん、ほか僕の顔を知ってくれている全ての方の温かい気持ちの上にいるものだと思ひ感謝申し上げます。

そして最後に、共に移住してくれた僕の家族に。こういう環境を楽しみましょうという僕の無茶振りに付き合ってくれて、「おおきに、ありがとう。でもほんま、好いやろ？」

令和二年三月



## 金沢×里山 みたに

発行日：令和2年7月1日

発行者：金沢市地域おこし協力隊／松田


連絡先：金沢市三谷公民館 ☎ (076)-257-6727

〒920-0153 金沢市宮野町ホ79

印刷所：第一印刷株式会社

(表紙写真：松根地内 4-5 ページ写真：曲子原地内)





協力団体

金沢市三谷地区町会連合会

金沢市三谷公民館