

新・さぬき野

春を歩く、
1day遍路。

かがやくげん、かがわん。
香川県

2020 No.68

春



「こだわりのパンを焼き、自然を楽しむ」

パン屋キボシ 鎌内仁



長男の碧麻くん、次男の橙真くんは、この春から小学校と幼稚園に通う。二人のズボンと橙真くんのTシャツは、絵里さんが作ったもの。

店の改装はほとんど夫婦で行った。出来上がった店を見て大家さんが「ありがとう」と言ってくれてうれしかった。



独特な食感のハード系のパンが人気。あんパンやクリームパンなど、ご近所の年配の方々にも親しみやすいものはお手頃価格にしている。



平日は近所の人、土曜日は県内各地から車でパンを買いに来る人も。店の奥の部屋では子どもたちが遊んでいる。

「平日の夕方から釣りや虫取りができる、キャンプにも行ける。息子たちと一緒にやりたかったことが、全部身近でできる環境です」と妻の絵里さん。2年住む間には、地域の人たちの小さな優しさに触れ、温かい気持ちになることも多かった。

「今の暮らしに何も不足はありません。でも子育てが落ちいたら、始めることがあります」京都で子ども服を作り販売していた絵里さんは、自宅の一部を服づくりのアトリエにする計画を少しずつ進行中だ。

鎌内 仁さん

神奈川県の横須賀生まれ。夫婦で「飲食店を開こう」と決め、パン屋で7年修行。友人のために作ったクリスマス菓子「シュトーレン」に、直接注文が入り始め、独立を決意した。



[パン屋 キボシ]
香川県三豊市三野町大見甲5659-1 TEL0875-23-6551

2018年3月、香川県三豊市に、新しいパン屋ができた。鎌内さん家族が、パン職人である仁さんの独立を機に、京都から移住して開いた店だ。車も人もそれほど通らない田舎道にある店には、ハード系を主体にさまざまなパンが並ぶ。

「できるだけ手づくりした食材を

たっぷり入れ、うどん用小麦粉をメインで扱う卸売店から粉を仕入れるなど、他店とは違う

試みで、独自の味わいを目指しています」と仁さん。確かに



クリスマス菓子が評判になって独立を決心したので、「希望の星」といわれるクリスマスツリーの頂の星にちなみ、店名を「キボシ」にした。

どのパンも、ドライフルーツやナッツ、クリームなどがたっぷり。外側はパリッと、内部はもつちりしたハード系のパンに、幅広い年齢のファンがついた。

都会で商売すると「作りたいパンを焼いて、家族で楽しく暮らす」という想いが固まつた。



香川県

香川県情報誌

新・さぬき野 2020 春

香川県に関する問い合わせ

香川県広報課

〒760-8570 香川県高松市番町4-1-10 TEL087-832-3019

香川県のホームページ
<https://www.pref.kagawa.lg.jp/>

新・さぬき野のページ

<https://www.pref.kagawa.lg.jp/kocho/sanukino/> (スマートフォン版有り)

香川県東京事務所

〒102-0093 東京都千代田区平河町2-6-3都道府県会館9階 TEL03-5212-9100

香川県大阪事務所

〒542-0083 大阪市中央区東心斎橋1-18-24クロスシティ心斎橋4階 TEL06-6281-1661



歴史をひもとけば、江戸時代に僧侶の修行から庶民にも広がったといふ「四国遍路」。幅広い人々の願いを受け止めるようになった遍路は、自由な姿で変遷してきた。戦後は、バスで札所を巡る遍路が大ブームに。現在も、タクシーやキャンピングカーなど巡る方法はさまざまである。

しかし、遍路の醍醐味を味わえるのはやはり「歩き遍路」。四国の自然の中に身を置き、弘法大師と対話するかのようにたどる遍路道には、さまざまな発見がある。好きな区間を巡る「区切り打ち」、一県の札所を巡る「国参り」など、巡り方も自由である。入門編としてお勧めしたいのは、一日で巡れる香川の3コース。休日の日帰りイベントとして、心も軽く歩み出す「1 day 遍路」である。

気軽に歩ける 遍路の入門編。



少しづつ暖かくなる気温とともに植物も生き物も目覚める春。自然の中をゆっくり歩けば、その喜びを肌で感じられる。香川には日本を代表するウォーキングコース「遍路」がある。なにも全ての札所を巡ろうと言うのではない。緑や花々を眺めながら1日で歩いて巡るコースがあるので。遍路は春の季語。遍路旅を始める最高の季節である。



1day 遍路で春を楽しむ。

第82番根香寺からJR鬼無駅、または第83番一宮寺に向かう、五色台南斜面からの眺め。春の桜が美しい道から、小山が顔をのぞかせる讃岐平野ののんびりとした情景を見下ろす。





第80番 国分寺

創建当時である奈良時代の遺構をよく残した寺で、旧境内の全域が四国で唯一の国の特別史跡。



第81番 白峯寺

弘法大師と大師の妹の子といわれる智証大師の創建と伝わる。悲運の天皇、崇徳天皇の菩提寺であり、境内には天皇、神、仏を一堂にまつる全国的にも他に類を見ない頓證寺殿がある。



瀬戸内海国立公園に突き出たような五色台は、香川県独特の「メサ」と呼ばれる台形状の山地。瀬戸大橋と備讃瀬戸の眺望は秀逸で、各展望台を巡る絶景のドライブコースがあることでも知られてきた。山上には、休暇村讃岐五色台や瀬戸内海歴史民俗資料館などの施設も点在している。



瀬戸内海歴史民俗資料館

瀬戸内海国立公園に位置する香川県の海岸線をたどれば、ちょうど真ん中辺りに「五色台」がある。五つの峰があり、青峰、黄峰、赤峰、白峰、黒峰と呼ぶ。「五色」は、空海が伝えた真言密教における五つの知恵を表すといわれ、金剛界曼荼羅の中心に位置する五智如来にもつながる。古くから信仰の地であり、山中には四国霊場第81番白峯寺、第82番根香寺、山裾には第80番国分寺がある。

2019年、この3つの寺を巡る「靈峰五色台三霊場参り」がスタートした。四国の中でも交通に便利な高松市や坂出市にまたがる五色台で、

讃岐平野と瀬戸内海、靈峰の絶景を望む。

お遍路の醍醐味を気軽に一日で体験してもらおうというのだ。

五色台からは、瀬戸大橋や島々を一望することができます、南に目を向ければ小山とため池が点在する讃岐独特の風景を楽しむことができる。峰々は変化に富み、山深く分け入るような自然の趣を味わうこともできる。

何より、三カ寺はそれぞれ魅力にあふれ、第82番に向かう「根香寺道」は国の史跡であり、文化庁の「歴史の道百選」にも選ばれている。記録に残る限りでも江戸時代前期から続く遍路道である。



午前9時ごろにJR国分駅を出発して国分寺、白峯寺、根香寺を巡り、JR鬼無駅に午後5時ごろ到着する所要8時間の行程。車なら瀬戸大橋周辺や高松市から出発して半日のコース。



「靈峰五色台三霊場参り」では、三カ寺で専用の納経帳(有料)と五色台の名所旧跡、周辺のうどん店や宿泊地を記したガイドマップを用意している。三カ寺全てを参拝して納経を行うと、記念の缶バッジの贈呈がある。

第82番 根香寺

五色台の主峰、青峰山にあり、密教修行の地として弘法大師が創建したと伝わる。新緑の美しさは、四国霊場の中でも屈指の参道である。門前では人間を食べる恐ろしい怪獣「牛鬼」の像が迎える。



讃岐山脈から瀬戸内海へ 逆打ち出発コース

四国霊場最後の札所は「結願の寺」と呼ばれる第88番大窪寺である。またのお遍路さんが目標した大窪寺を含めた三カ寺をたどるルートが「四国遍路上がり三カ寺」。

オリンピックイヤーの今年はうるう年。四国遍路が開かれた由来の一つにある衛門三郎が88番から逆に回り、やっと弘法大師に巡り会つた話もうるう年だと伝わり、ご利益が倍増するという「逆打ち」の年。まずは第88番大窪寺を出発して、上がり三カ寺の「逆打ち」を体験してみるのはどうだろう。讃岐の山深くから歩き始め、田園地帯に



第88番 大窪寺

高僧行基や弘法大師の修行の地と伝わる。弘法大師が唐から帰国後に惠果阿闍梨より授かった三国(印度、唐、日本)伝來の錫杖を納めて大窪寺と名付け、結願の寺と定めた。ゴールデンウイークの頃にはフジやボタンの花が華やかに咲く。



大窪寺門前にある打ち込みうどんの名店「やまと庵」は、駐車場のしだれ桜でも有名で、シヤクナゲ園(4月中旬～5月上旬)やアジサイ園(6月上旬～7月上旬)もある。写真は、オリーブ牛入り打ち込みうどん。



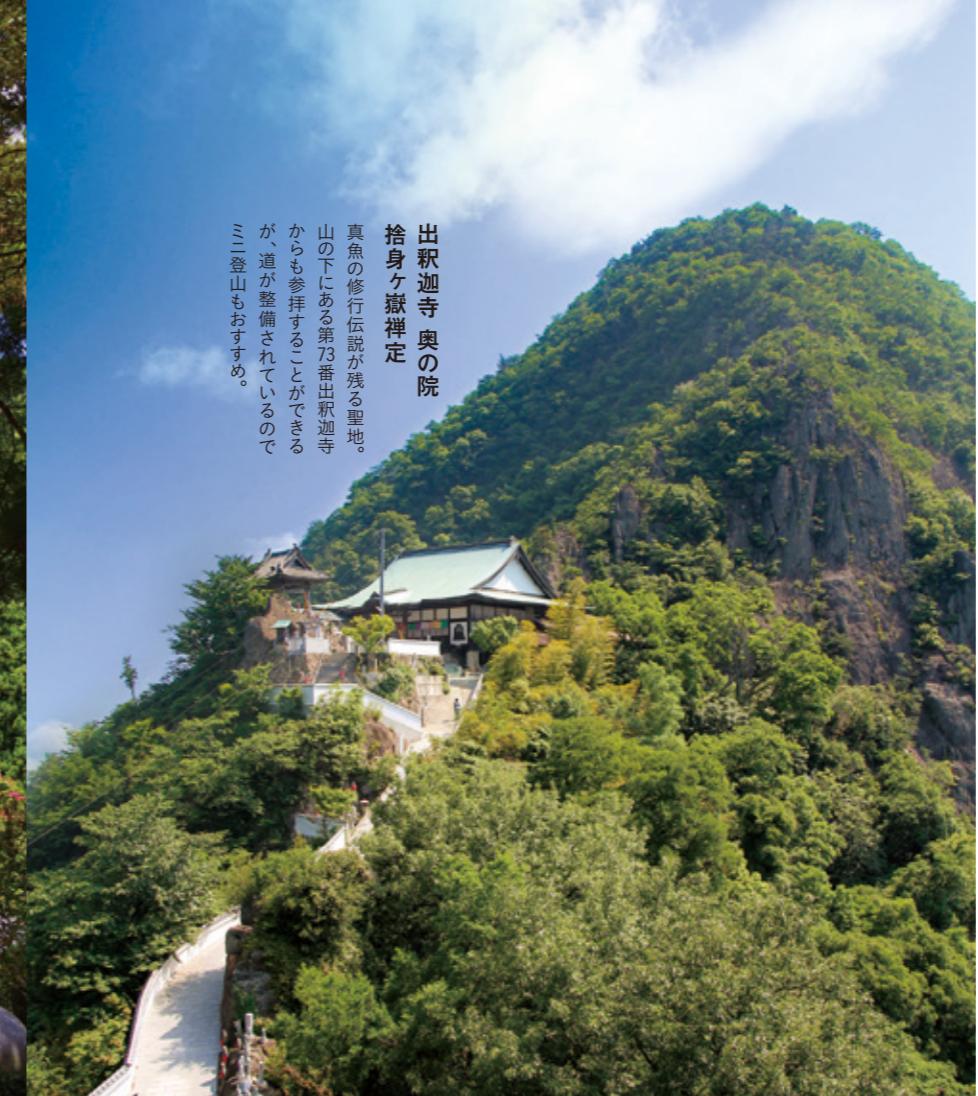
には、歩き遍路の情報が歴史を含めて集積されている「おへんろ交流サロン」がある。今年は空海が弘法大師の謡号を賜つて1100年。お大師さんがお大師さんになつた年を記念して、各札所では大師納経の特別授与も行つている。



おへんろ交流サロン

お遍路さんの交流の場であり、情報の収集拠点でもある。「へんろ資料展示室」には、江戸時代の紀行文や納札など、貴重な資料が展示されている。歩きや自転車のお遍路さんには88番の札所を全て巡ると「遍路大使任命書」「自転車遍路大使任命書」が授与され、「同行二人バッジ」の贈呈がある。

【お問い合わせ】
一般社団法人さぬき市観光協会 TEL 087-894-1601



出釈迦寺奥の院
捨身ヶ嶽禪定
真魚の修行伝説が残る聖地。山の下にある第73番出釈迦寺からも参拝することができるが、道が整備されているのでミニ登山もおすすめ。



総本山善通寺

弘法大師・空海ご誕生の地と伝わる総本山善通寺。弘法大師三大靈跡の一つであり、父である佐伯善通の名前が寺院名の由来。幼い日に空海が眺めたと伝わる大楠が境内にそびえている。毎年ゴールデンウイークには、五重塔内部の特別ご開帳がある。2020年は4月25日から5月6日まで。



【お問い合わせ】
善通寺市商工観光課 TEL 0877-63-6315

空海の原点をたどる 五カ寺めぐり

幼名「真魚」と呼ばれた四国遍路の開祖・空海は、774(宝亀5)年に現在の善通寺の地で生まれた。第75番善通寺の西側には、屏風ヶ浦とも呼ばれる五岳山が美しく連なる。少年時代の空海は、この野や山を駆け巡ったことであろう。その五岳山にある5つの札所を巡るルートが善通寺市の「五カ寺めぐり」。現在の五カ寺は大半が平地にありますため、子どもたちの初遍路にも最適だ。

時間と体力に余裕があれば、ぜひ第73番出釈迦寺の奥の院「捨身ヶ嶽禪定」まで足を延ばしてみてはいかがだろう。ここは7歳の真魚がこの身を

投げ、お釈迦様に助けられたという伝説の地。まさに空海のルーツをたどるような旅になる。



善通寺市出身の荒井良二氏のイラスト「空海さん」を起用した五カ寺めぐりのガイドブックがある。トレッキング希望の人は、五岳山めぐりのガイドもあり、山頂の絵馬掛けに付いているスタンプを全て押すと五カ寺で「五岳山登頂証明証」がもらえる。



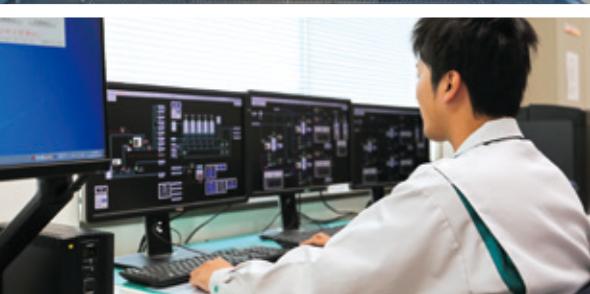
総本山善通寺では、3人以上、1週間前までの予約制で、精進料理(昼食のみ)を味わうことができる。

香川生まれの希少糖 健やかな甘さを世界へ

希少糖D-ブシコース。これに続き、さまざまな希少糖が、医薬品、人や自然に優しい農薬などで事業化される可能性がある。



上が、D-ブシコースの酵素生産工場。国内外に先駆け、昨年11月に、香川県内の事業者からD-ブシコース入りの菓子の販売も始まった。



希少糖含有シロップの工場内部。シロップもD-ブシコースの酵素も、瀬戸大橋のたもと、香川県臨海工業団地で生産される。



これまでに、希少糖含有シロップを使用した1,400種もの食品が600社以上から発売された。食品業界では、柑橘類、コーヒー、抹茶などの風味を引き立たせる「風味改善」効果でも評価が高い。

ゼロであることの訴求力も強い。年内には、日本、そして糖尿病や肥満が社会問題として深刻なアメリカへも出荷が始まることの追い風となるのが、昨年4月に発表さ

れた米国食品医薬品局の指針。D-ブシコースを「栄養表示における糖類分類から除外する」と示された。これによりアメリカでは、「カロリーゼロ」に加え「糖類ゼロ」の表示ができ、一部の地域で課税されるソーダ税(砂糖飲料税)の対象から除外されたことで、付加価値の高い商品づくりの可能性が広がった。D-ブシコース生産のための酵素は、希少糖含有シロップと同じ香川の工場で生産され、メキシコに送られる。希少糖生産の核となる技術は、これからも香川で息づいていく。

**純度100%の希少糖
世界に向け生産スタート**

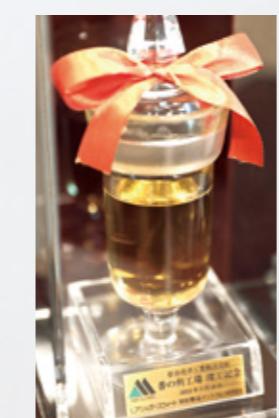
そもそも、希少糖は研究者の間でもほとんど注目されない糖だった。ところが1990年代初頭に、香川大学農学部の何森健教授(現・特任教授)が、希少糖D-ブシコース(D-アルロース)を作り出す酵素を発見し、本格的な基礎研究が始まる。すると驚くほど多様な効果が見いだされ、香川県内の産学官の機関が連携して、大量生産技術の確立や機能性の解明に向けた研究開発が進んだ。

昨年11月には、酵素を用いた製造法で、純度100%に近いD-ブシコースを生産する工場がメキシコで竣工した。D-ブシコースは、「血糖値の上昇抑制」「脂肪燃焼の促進」「動脈硬化の抑制」などの効果が期待できるとの研究結果が出ており、さらにカロリーがほぼ



黒砂糖が主流だった江戸時代に、繊細な味わいの砂糖「和三盆」の製造に成功した讃岐。21世紀の香川県では、希少糖含有シロップが健やかな甘さの世界を開いた。

希少糖は、自然界に極めて少量しか存在しない糖のことだ。香川県で酵素による生産法が発見されて研究が始まり、「糖の吸収を穏やかにする」「肥満を予防する」などの健康効果が判明。産業化が進む。昨年は、甘さの新時代を予感させる大きな動きがあった。



2013年7月19日、竣工した番の州工場における初回製造ロットの希少糖含有シロップ。

希少糖含有シロップは、2011年、最初に商品化された希少糖入りの食品だ。ぶどう糖果糖液糖(異性化糖)をアルカリ化する製法で作られ、シロップの中に数種の希少糖が合わせて12%以上含まれる。

生産を担う松谷化学工業(本社・兵庫県伊丹市)の工場が香川県内にあり、国内に加え、韓国、香港、サウジアラビア、インドなどにも出荷している。

このシロップのうち、消費者向けの商品は、昨年夏「砂糖よりも血糖上昇を緩やかにする」機能性表示食品として消費者庁に届出が受理された。2015年の制度開始当初は、糖質・糖類が制度対象外だったが、香川県や業界団体が見直しを要請して実現した。機能性を明示するとともに、今までより溶けやすいシロップにし、内容量、価格、ラベルも変更。リニューアル後の、消費者への売り上げは、1.5倍~2倍ほどになっている。

一方、シロップの約8割は業務用の食品や飲料に使用されており、今後は、このシロップを使った商品での機能性表示食品の届出も見込まれる。

希少糖含有シロップ 機能性表示食品に

希少糖含有シロップは、2011年、最初に商品化された希少糖入りの食品だ。ぶどう糖果糖液糖(異性化糖)をアルカリ化する製法で作られ、シロップの中に数種の希少糖が合わせて12%以上含まれる。

生産を担う松谷化学工業(本社・兵庫県伊丹市)の工場が香川県内にあり、国内に加え、韓国、香港、サウジアラビア、インドなどにも出荷している。



国文学者
中西 進

1929年東京都生まれ。国文学者。文化功労者。万葉集研究の第一人者として、教育、研究に従事。東京大学大学院を修了後、成城大学教授、筑波大学教授、国際日本文化研究センター教授、大阪女子大学学長、京都市立芸術大学学長などを歴任。瑞宝重光章、文化勲章、日本学士院賞、菊池寛賞ほか受賞。著書に「古代史で楽しむ万葉集」(角川ソフィア文庫)、「中西進著作集」(四季社)など多数。

中西 万葉時代の安益郡は、歌がついて「綾歌郡」として残っています。讃岐の文化度の高さを物語っているようです。軍王が誰かということについては、学会でも結論が出ていませんが、私の中の有力候補は「豊璋」という人物。朝鮮半島にあつた百濟の義慈王の息子で、日本に入った時に祖国が唐と新羅の連合軍に滅ぼされ、

「歌」がありますが、これは讃岐国府跡の辺りでしょうか。

中西 両親とも香川県の生まれなので、私は讃岐弁で育てられました。例えば香川では「かく」は「持ち上げて運ぶ」という意味でも使います。が、東京の学校では通じません。しかし昔は乗り物の「駕籠」を担ぐことを「かく」と言いました。つまり、古語なんです。古い言葉をゆかしく伝えているのが方言なんですね。空間軸を感じ、

生のご活躍は、教育、研究分野において数えきれないほどですが、ご両親は香川県のご出身でありますと伺いました。

知事 万葉集研究の第一人者である中西進先生のご活躍は、教育、研究分野において数えきれないほどですが、ご両親は香川県のご出身でありますと伺いました。



香川県知事
浜田 恵造

時間軸もさかのぼりながら成長することができます。地方に古里を持つ人の強みかもしれませんね。先日、栗林公園でふつと潮の香りを感じ、懐かしい感覚に襲われました。そこで句「潮風を父祖の血として夏座敷」。私を作っている目に見えない大切なものが、

讃岐ではないかという思いが

日々に強くなっています。

知事 先生のお父上は「藻城」という俳号であつたと伺いましたが、由来となつた高松藩の城「玉藻城」は、讃岐の狭峠島、現在の坂出市沙弥島で柿本人麻呂の詠んだ「玉藻よし」という

万葉集の歌にちなんだと聞いております。

中西 この歌は、柿本人麻呂が狹峠島で行き倒れた人の姿を見て慰めているのですが、歌い方が非常に面白く、最初から讃岐を褒めちぎっています。讃岐の国は立派な藻がある良いところ、いつまで見ても飽きないのは、お国柄だろうか、神の国だからだろうか。非常に尊いところだが、波が大変荒々しく島が多いと歌っています。万葉の時代から多島美を誇っているの

知事 万葉集の話に戻りますが、第一巻にも「讃岐国安益郡に幸しし時に軍王の山を見て作れ

中西 子どもの頃、瀬戸内海に船を浮かべ、魚を釣つて両親と船上で食べた思い出があります。

そのせいで、鯛浜焼きが今も大好きです。そして何といっても讃岐うどんは天下

一品ですね。

知事 万葉集の話に戻りますが、第一巻にも「讃岐国安益郡に幸しし時に軍王の山を見て作れ

きました。萬葉の時代から多島美を誇っているの

です。そして何といつても讃岐うどんは天下

一品ですね。

時代へ 令しく 和を尊ぶ



知事 香川県は万葉の地の一つとして、令和の時代には、さらに和を尊び、「令しい」日本文化を大切に継承していきたいと考えております。ぜひ今後ともご指導をお願いいたします。本日は貴重なお話をありがとうございました。

万葉集は貴族のみならず、詠み人不明や上級官僚ではない人々の歌も数多く取り上げられていますが、さらに異國の人の歌も入っているとなると、ますます興味深いですね。中西先生は、万葉集の根幹には平和への願いがあると常々おっしゃつておられ、その思いは「令和」という元号につながると示唆されておられます。元号には西暦では表現できないものがあります。日本人がこだわるものですから、日本の古典に由来するものであつてほしいですね。「令和」の「令」という字は整った美しさ、はつと見る者の身が引き締まり、思わず仰ぎ見てしまう令しい(麗しい)美を表し、「和」は和やかさ、平和への願いが込められています。1945年以来、日本は平和をひたすら願つてきました。1945年は敗戦の年というだけではなく、平清盛に始まった武人の政治が文官政治になつた重要な年です。1945年から75年近くが過ぎ、日本は「令しい平和」を願う段階に進んだということでしょう。

ですね。中でも名前が美しい狹峠島。海が良い、島が良い。ところが、そこに痛ましい運命に遭つた人がいて、尊い神話の世界に抱かれて、死の世界へ行つたと捉え、最後はおいしい食べ物が周りにたくさんあるのに、口に運んでくれる人もなく死んでしまつたと、愛の欠落を歌います。人麻呂の代表作が生まれた場所がほかならぬ讃岐です。命の有限を超えた無限を感じさせる讃岐という風土を非常によく見通した歌だと思いますね。

