



天龍村の柚餅子の歴史

柚餅子は、ゆずを用いた保存食として発展したもので、天龍村に限らず、北は秋田県から南は鹿児島県まで、全国各地に伝わっています。ゆずをくり抜いて中身に味噌や小麦粉などを詰めた「丸柚餅子」と、餅粉などをベースに、刻んだゆずの皮、味噌、砂糖などを練り込んで蒸し上げた「棒柚餅子」の大きく2種類があります。

先に歴史に登場するのは丸柚餅子のほうで、古くは源平合戦の時代から武士の携行食（保存食）だったと伝わっています。棒柚餅子のほうは、戦乱の世が終わった江戸時代以降に発展し、全国各地に広がったとみられています。棒柚餅子も南信州地域で「くるみ柚餅子」として販売されています。

丸柚餅子は武士の携行食だった性質から、落武者伝説との関わりが深い食べ物です。和歌山県龍神村や奈良県十津川村、石川県輪島市でも丸柚餅子が銘菓として残っていますが、いずれも平安末期の源平の落武者達が丸柚餅子を伝承したとも言われています。

他にも丸柚餅子は、愛媛県西条市、岡山県矢掛町などゆずの産地でも、江戸後期に和菓子として誕生し、今でも受け継がれています。

天龍村の柚餅子は、南北朝時代の1352年、坂部集落の始まりとなった源氏の熊谷貞直とその家来達が丸柚餅子を伝えた口承があります。

天龍村はゆずが豊富に採れる地で、旧家の庭先には必ず柚子の木が生えていました。その土地の特性を活かし、丸柚餅子は各家庭の料理として伝わっています。

このように柚餅子は、家庭料理から地域銘菓へと変わった歴史があります。



長野県天龍村

ゆずも味噌もくるみも全て天龍村産 「四季島」でも提供 元協力隊員が継承する逸品の柚餅子づくり

NPO法人ツメモガキ

村澤 葉花さん 内藤 有香さん

天龍村の地域おこし協力隊出身者を中心に2018年にNPOを結成。「幸せに健康に生きる、その輪を広げる」という想いをもち、柚餅子や味噌作りの継承、体験ツアーなど行う。



【左】村澤葉花さん 【中央】内藤有香さん
【右】ゆず収穫を担う 松川友哉さん

村澤 私が天龍村の柚餅子に出会ったのは2015年。東京の大学にいた学生時代のことです。大学が主催する山村生活の体験プログラムに参加して、坂部地区の「夢工房左閑辺屋」に滞在していました。そこで出会ったのが、関京子さんが「天龍村柚餅子生産者組合」で作っていた柚餅子「天公鬼」でした。私は仙台市出身で、柚餅子と言えばゆずが入っていない、くるみ入りのもちもちした甘いお菓子のイメージだったので、焦げ茶色のゆずの形をした丸柚餅子は衝撃でした。初めてそれを食べた時、その独特な風味に驚きましたが、何度か食べるうちにその唯一無二の味わいに魅了

されるようになり、他には代えられない味と感じるようになりました。

関さんから「手伝いに来てほしい」と誘われたことで、私はその後も天龍村を訪れるようになり、2回ほど柚餅子づくりを手伝いました。この時は柚餅子にそこまで深い思い入れがあったわけではなく、あくまで京子さんの「手伝い」という気持ちで関わっていました。

その後私は16年に天龍村



が亡くなったことで、18年4月に「柚餅子生産者組合」は解散してしまいます。私は京子さんから「柚餅子とお祭りがこの坂部の象徴」と聞かされていたので、この伝統を強く守りたいと思いました。



そして京子さんに柚餅子づくりを本格的に教わるようになります。柚餅子づくりの拠点も、組合の加工場から左閑辺屋に移し、製造や販売許可も取りました。本当は20年から販売したかったのですが、コロナ禍という出来事もあり、21年から柚餅子の製造・販売を5年ぶりに再開しています。商品名も、「天公鬼」から「坂部のゆべし」に変え、サイズ別や、年によっては味に種類を設けて販売しています。

内藤 天龍村の柚餅子は、村の先人たちが遺したものを最大限活用すべく、京子さんの時の柚餅子以上に地産のものを徹底しています。ゆずは



天龍村で採れるものを、自分たちで採取したり、地元の農家から分けてもらったりして調達しています。中に詰める味噌も、村内で大豆から育て、味噌も「天龍みそ」の製造に合わせ、柚餅子専用の独自配合のものを使用しています。味噌に使う米も、柚餅子に入れる山くるみも天龍村産です。塩も精製塩から天日海塩を用い、品質向上に努めています。

村澤 柚餅子はゆずのへたを切り、中をくり抜き、味噌、小麦粉、砂糖、くるみなどを詰めて2回蒸し、2ヶ月ほど干して作ります。製法も関さんの時代から、例えば白砂糖をきび糖に変えるなど改良も加えています。今年は約800個生産し、年々増産しています。京子さんの頃は年間1万個以上を生産していましたが、まずは年産1000個の大台を目指していきたいです。

「坂部のゆべし」は地元直売



©Kazuhiro Hakamada

天龍村の柚餅子の特徴

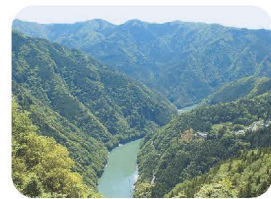
全国各地に伝わる丸柚餅子は、ゆずの中身を取り除いて、中に味噌を詰める点では古来より共通しています。しかし、地域によってその調理法や、特に中の生地に入れる具材が異なります。

例えば天龍村などで現在販売されている、NPO法人ツメモガキの丸柚餅子では、柚餅子1個あたりの生地に味噌38グラム、砂糖30グラム、小麦粉10グラム、日本酒とみりんが小さじ0.5杯、粉くるみとごまとしりごまが1.5グラム、山ぐるみ4粒が入っています。

これが紀伊山地の丸柚餅子になるとくるみの代わりにピーナッツを使用したり、中四国ではナッツ類を使わなかったりする地域もあります。天龍村では小麦粉を生地のつなぎに使用しますが、実はこれは天龍村ならではといえます。他地域だと餅粉が多く、米粉やそば粉、きな粉を使うこともあります。能登半島の丸柚餅子のように、味噌の代わりに醤油を用いる地域もあります。隠し味に唐辛子やゆず皮を入れたりすることもあります。蒸す回数は1回が主流ですが、天龍村では2回蒸すのが特徴です。

多くの地域では味噌が生地の大部分を占めるため、ここが一番の味の決め手となるポイントです。そのため、味噌は自前で作ったり特注したりし、そのレシピも門外不出な場合が大半です。天龍村の柚餅子も、味噌は大豆から村内で栽培し、柚餅子専用に分産で作っている信州味噌を使用しています。

天龍村の柚餅子は、各家庭で作られていた柚餅子を元に2017年まで坂部集落の高齢者が主体となった「天龍村柚餅子生産者組合」が製造・販売していました。今では地域おこし協力隊出身者達が中心となったNPO法人ツメモガキが伝統を受け継ぎ、味の種類を増やしながら製造・販売を続けています。



全国各地で丸柚餅子を作るみなさん

和歌山県龍神村



落人伝説に始まる龍神村の柚べしづくり 海外人気と人手不足の課題

龍神は一と 小川 さださん

龍神と柚べしの歴史は、その始まりから溯れます。龍神村の起こりは1180年。宇治川の戦いで破れた源頼氏が落ち延び、居館を構え支配したのが始まりです。この時、村にきた武者達が腰にぶら下げていたものが、柚べしだと伝わっています。

昔は自給自足の村でしたから、各軒にゆずの木があり、各家庭で保存食として柚べしを作っていました。

龍神のゆずは、寒暖差が大きいため、香り高く皮が厚いのが特徴です。柚べしは完熟した

ゆずをくり抜き、中に麦味噌やピーナッツなどを詰めて蒸し、乾燥させて作ります。米は貴重でしたので麦味噌。ピーナッツはクルミの代わりです。

フランスなど海外からの注文もありますが、人手不足で柚べしの生産量を増やせません。コロナ禍で生産をやめようと思ったこともあり、ゆずの木を植える取り組みを行っています。少ない特産品として細々と作り続けています。

<https://www.ryujin-heart.com/>



奈良県十津川村



十津川村谷瀬地区の柚べしづくり40年 ゆず生産者減少と作り手高齢化の課題

谷瀬ゆうべし組合 玉田 武温さん

十津川の柚べしは、谷瀬地区で約40年前に始まった特産品です。もともと対岸の上野地区で個人が作っていたものを学び、組合で製造を始めました。

柚べしは、ゆずの中身をくり抜き、そば粉や米粉、しいたけ粉やピーナッツ粉を含む12種類の具材を詰めて蒸し、2ヶ月間天日干しして完成します。11月下旬にゆずを収穫し、選別した後に製造を開始し、翌年2月頃から販売します。

現在は組合の10～12名が年間1000～1500

個を製造していますが、高齢化が進み、平均年齢は70歳に達します。また、ゆずの生産者も減少しており、存続が課題です。役場が新たなゆずの木を植える取り組みを行っています。管理の問題もあります。

伝統を守りつつも、ゆずや柚べしの生産者の高齢化に直面している現状です。



天龍村柚餅子 元生産者のお二人



天龍村 元生産者 村松 博子さん



天龍村 元生産者 天龍村柚餅子生産者組合 関 京子さん

私の家では、「ゆず味噌」という家庭料理がありました。ゆずの中身をくり抜いて、味噌や砂糖や、時には鰯節を詰め、七輪に乗せて煮たものです。

当時は味噌も醤油も自家製の時代でした。作物に限りがある中で、知恵を絞って作ったごはんのおかずだったのだと思います。

これを元に、母が冬の農閑期の作物として柚餅子を作り始めました。味噌は、白味噌を使っていました。多い年は約1000個作り、飯田市や塩尻市に出荷していました。

関京子さんも一時母に柚餅子づくりを教わっていました。柚餅子がおかずからお菓子になっているのを見ると、隔世の感がありますね。

柚餅子との出会いは、天龍村文化祭のことです。当時の柚餅子は、各家庭が囲炉裏で焼いて作るおかずでした。これを新たな村の特産品にすれば、農閑期の収入になると考えました。

1970年から坂部地区の人達と「生活改善グループ」を組織し、製品化を模索しました。柚餅子は蒸すことで大量生産と保存性を高

めました。

毎年1月4日に開かれる冬祭りで振る舞ったところ、大変好評だったことが商品化の後押しとなりました。その後75年に「天龍村柚餅子生産者組合」を作り事業化しました。

私は柚餅子づくりはやめてしまいましたが、ツメモガキの皆さんが今でも受け継いでいます。

長野県泰阜村



米粉と独自の信州味噌使用で食べやすさを追求 「山のチーズ」と評判の泰阜の五百石柚餅子 泰阜村柚餅子生産組合 松下 良子さん

泰阜の「五百石柚餅子」は、500石の天領だった江戸期から伝わる保存食です。戦時中一度途絶えましたが、1959年に私が嫁ぐと、村長をしていた義父の贈答品として再び作り始めました。77年秋から本格的に村の特産品にするべく、組合を組織して生産が拡大しました。

柚餅子の作り方は、柚子のへたを切って中をくり抜き、味噌や胡麻、くるみなどを詰め込み、蒸して乾燥させます。味噌は独自の合わせ

味噌を使い、米粉をつなぎにすることで食べやすくしています。

生産量は1万2000個にのぼった時期もありましたが、コロナ禍を経て今は5000個程度に減りました。新しい世代への普及が課題です。それでも柚餅子は「山のチーズ」としてお茶請けや酒の肴として愛されてきました。この文化を細々とでも未来へ繋げていきたいと思っています。泰阜の柚餅子は、天龍村の「おきよめ湯」でもお買い求めできます。

愛媛県西条市



保存食から地域を代表する和菓子へ 西条市の「星加のゆべし」5代160年の歴史 星加のゆべし 星加 裕史さん

星加のゆべしは、愛媛県西条市で1867年（慶應3年）に創業し5代にわたり受け継いできた伝統的和菓子です。初代は隣町の佐伯家から養子に入り、佐伯家伝来の、竹皮包みの柚餅子の製法をもとに、丸柚餅子を考案しました。これを当時の西条藩主に献上したことに始まります。

現在の製法では、生ゆずの下部をくり抜き、餅粉、米粉、砂糖、白味噌、すり潰したゆず皮を混ぜた生地を詰めて蒸し、その後1週間から10日おきに、乾燥と蒸す工程を8回ほど繰り返

します。年間製造数は500～600個ほどですが、-20℃で冷凍保存するため、通年販売が可能です。販売時は解凍後にさらに少し蒸します。

この手間暇かかる製法により、保存食のようないよっぱさより、ゆずの香りと甘みが際立つ、和菓子のような独特の風味が生まれます。色も、他地域と比べ茶色いのが特徴です。ネット通販も受け付けています。

<https://hoshikanoyubeshi.jp/>



岡山県矢掛町



創業天保元年 篤姫も愛した矢掛の柚餅子づくり 9代200年続く「佐藤玉雲堂」一子相伝の使命 佐藤玉雲堂 佐藤 彩子さん

佐藤玉雲堂は、1830年（天保元年）の創業以来9代にわたって続く、旧山陽道の宿場町にある和菓子店です。

当地の柚餅子の歴史は古く、1853年に篤姫が13代將軍徳川家定の奥入れのため、薩摩からの道中で柚餅子を食し、感銘を受け85本購入した記録が残っています。

当店の丸柚餅子は、高知県産の柚子を使用。果実を下からくり抜き、白味噌や餅粉、砂糖を詰めて蒸し、天日干しにして作ります。

特注の白味噌を使うことで塩味を抑えたお

菓子の風味が特徴です。ネット通販も行っています。

一方で課題もあります。一子相伝で技術を継承しているため、後継問題が常にあります。かつて矢掛の宿場町には柚餅子を作るお店が多くあったそうなのですが、当店が最後の1軒になっています。

篤姫の伝承から当店が町の観光地にもなっており、今後も残し続けなければなりません。

<https://www.sato-gyokuundo.com/>



天龍村の柚餅子に関する今後の課題

天龍村では、かつて主要産業だった林業が廃れ、都会に働きに出ていく人が増えたことから、村の人口は年々減少しています。

そのため近年は、柚餅子自体を知らない人も増えていると言います。特に若い人の認知度が低く、今後「天龍村の柚餅子」をどう浸透させていくかが、課題として挙げられています。

「人口減少が進むなか、村の未来に危機感を感じた元・生産者の関京子さんが柚餅子作りをはじめとした地域の文化を守ってきてくれた」とNPO法人ツメモガキの内藤さんと村澤さんは話します。「柚餅子作りの拠点となるこの（坂部）という地域を地図から無くさないよう、今後も柚餅子作り体験などを企画し、柚餅子を手段の一つとして天龍村のことに興味を持ってもらえる人を増やしていきたい」と思いを寄せます。



天龍村の柚餅子 概要

天龍村の柚餅子は、年間およそ800個（2024年12月に仕込んだ数）生産されています。

生産製造の工程	前年5月～	大豆栽培（農業・化学肥料不使用）
	1月～	味噌の仕込み
	9月～	山ぐるみ拾い
	11月後半	ゆず採り
	12月	柚餅子の仕込み
	1～3月	揉み、乾燥

柚餅子に使用する原材料をなるべく天龍村の素材にこだわっている上、大変手間がかかるので生産量が限られています。



山ぐるみ拾い



ゆず採り



柚餅子の仕込み

天龍村の柚餅子に関する記録動画「時を包む柚餅子～長野県天龍村」
<https://www.youtube.com/watch?v=A40e8g5BWg>

