

地元の山の木で建てた

青森県産材の家

ふるさとの木を生かし 山を守る

あおもり産木材地産地消ガイドブック **XII**

巻頭特集

食べる林業

—「青森きくらげ」誕生への道

青森県木材利用推進協議会

地元の山から伐り出した木を使用した家づくりに取り組んでいる人々がいます。

ふるさとの山に木を植えて、育った木を地元で活用する

——いわゆる“地産地消”の取り組みですが、

輸送方法が限られていた時代では当たり前のことでした。

しかし、時代の流れとともに、県外はもちろん、海外からも木材が流通するようになると、

価格競争や林業の衰退もあいまって、県産材の供給と需要は下降の一途をたどります。

ではなぜ彼らは、県産材で家をつくり続けるのでしょうか。

その答えは、“地産地消の家づくり”にチャレンジする人々の熱い思いにありました。

そんな彼らの思いとこだわりの一端を紹介します。

あおもり産木材地産地消ガイドブックⅫ

地元の山の木で建てた

青森県産材の家

ふるさとの木を生かし 山を守る



CONTENTS

[巻頭特集]

食べる林業——「青森きくらげ」誕生への道

..... 001

2021年度第14回あおもり産木造住宅コンテスト作品集

住宅コンテスト表彰式 007

最優秀作品 008

優秀作品 009

新築賞 011

審査員特別賞 011

リフォーム賞 012

応募作品 012

地産地消に取り組む大工・工務店

有限会社岩木建設 014

有限会社キーポイントホーム 022

有限会社久保工務店 034

企業組合県木住 038

有限会社大坊建設 050

株式会社ミヨシプラス 062

すすめよう木材の地域循環

株式会社今井産業 066

薪ストーブ愛好会「くべる部」 070

青森県木材協同組合組合員名簿 074

[広告] 青森県製材JAS認定工場 075

食べる林業

—「青森きくらげ」誕生への道



(写真／(地独)青森県産業技術センター林業研究所提供)

交配した400株から選ばれたエリート

コリコリとした食感、キクラゲだったが、見た目は「別物」であった。それまで食べたことがあるキクラゲといえ、ブドウの皮みたいに小さく黒色だったが、注文したネギラーメンにのっけているキクラゲは5倍も大きかった。色も赤茶で、プリップリッの歯ごたえ。これが今話題の「青森きくらげ」か……。地元産のキノコを応援しようとなぎラーメンに入れて提供している中華飯店があると聞いて駆け付けたのだ。2020年7月にデビューして1年。「青森県産材の家」で取り上げる狙いは、「青森きくらげ」の需要の高まりが、県の林業の生産額を底上げする期待があるからだ。

キノコは「林業」に所属 「特用林産物」を生かす

立ち寄った道の駅の「農産地消」のコーナーに、パック入りのマイタケが並べられていた。エノキタケやシメジ、ヒラタケもあった。——それでつい、キノコは「農産物」として売られているのだから「農業」に属すると思いきや、実は「林業」だとは、「青森きくらげ」の取材で地方独立行政法人・青森県産業技術センター林業研究所の木村公樹所長を訪ねて

知った。

木村所長の話 「林業」という

と主役は「木材」と思われがちです。けれど、日本の林業の生産額のうち「木材」は半分なので、あとの半分は何かというと、「キノコ」です。正確には、キノコをはじめとする「特用林産物」です。木材がイメージとしては主役ですけど、林業の半分は脇役のキノコが支えているのです。互角なんです。「特用林産物」とは、シイタケやナラタケ、ナメコ、ブナシメジなどのキノコ類や、ウルシなどを指します。木ろう(ハゼノ



木材チップやおが屑などを混ぜ合わせて作った「菌床」が棚にずらりと並び

キノの果皮を圧縮して得る油脂)や、木炭などもそうで、森林を起源とする生産物のうちの、一般の木材を除くものの総称です。

日本の林業としては半々ですけれど、「青森県的林業」となると、木材に対してキノコの生産がぐっと低いのが実情です。それは、何が問題かということではなくて、平坦な地形が農業に適している昔から稲作が盛んに行われてきたという歴史的な背景があるのです。これを逆手にプラス思考でとらえると、青森県の冷涼な気候に適する新しい栽培キノコを開発して、栽培できるようにすれば、木材の販売だけでは伸び悩んでいる林業の生産額を伸ばせるのではないかと。そう期待されるわけです。つまり、生産が低かった分、成長の伸び代があるのです。そこで白羽の矢が立ったのがキクラゲなのです。

(開発に当たった林業研究所

森林資源部の土屋慧^{さとし}研究員が話を継いだ)

土屋研究員の話 キクラゲの生育域は日本全土に分布しています。日本中の山にあるごく一般的なキノコですが、国内で消費されている9割以上は中国など外国からの輸入物で、国産は1割未満です。ほとんどが食べられていないのです。輸入物は、乾燥キクラゲなので水に浸けて戻すのに時間がかかりますが、生キクラゲなら、買って帰ってすぐに調理して食べられます。待たなくてもよいのが「売り」です。

——「青森きくらげ」はアラゲキクラゲから生み出されたそうですが、キクラゲとはまた違うのですか。

土屋研究員の話 キクラゲには2種類あります。アラゲキクラゲとキクラゲです。キクラゲ独特のコリコリとした食感があるのは、キクラゲよりも身が硬く肉厚のアラゲキクラゲのほうです。広葉樹の枯



身が硬く肉厚のアラゲキクラゲの野生株を交配させた400株から選抜したのが「青森きくらげ」

れ木などに発生して、背面が灰白色の毛（アラゲ）で密におおわれているのが特徴です。青森県内外の山からアラゲキクラゲの野生株を収集し、その野生株を交配させた400株から選抜したのが「青森きくらげ」（青AK1号）なのです。木村所長の話 399株を

捨てて選ばれたエリートというわけですね。野生株は人間と同様に個性がみな違うので、商品として栽培するには、収穫したものの色や形や食感など品質にムラがなく、生産が安定していて、採算の取れるものでなければなりません。その元となる種菌を作り出すわけです。一つを生み出すのは他を捨てる作業でもあるわけです。

開発にキクラゲを選んだのは、昔からさまざまな料理に使われていて口に馴染みがあるということ。それと、生産者にすればシイタケ栽培の既存施設を活用できるために設備投資が抑えられること。これらの好条件がうまくマッチしました。上野文明部長の話 山にキノコを採り

に行くときに、「キクラゲを採りにいく」とは言いませんよね。ナメコとかマイタケとかサモダシを採りに行って、探しているときに、たまたまキクラゲが目にとまったので採った、というのがほとんどでしょう。そういう意味で脇役なんです。キクラゲ自体に味がないからこそいろんな料理にありし、応用範囲が広い。しかも骨粗しょう症の予防効果があるといわれているビタミンDが豊富だし、食物繊維もたっぷり含まれていて健康にいいし、いいことづくめなんです。土屋研究員の話 今年（2021年）の7月から県内のスーパーでも多く出回るようになりました。地元産の「青森きくらげ」を応援しようといちはやくネギラーメンに使ってかれている中華飯店もありますし、話題が広がっているようです。（それで、その店に行っ



さっと湯がいて刺し身のようにも味わえる



スーパーで売られているパック入り



④「青森きくらげ」の入ったネギラーメン ⑤家庭料理の野菜炒め

木村所長の話 シイタケの食べられ方として圧倒的に多いのは鍋物です。寒くなる秋から冬にかけてがシーズンです。ですから、シイタケが夏場に消費が落ちるのは仕方ありません。生産者の収益も下がります。その下がる分をカバーできる新しい栽培キノコの開発を求めました。

そこで——青森県の山にも生えていて、とくに目立つ存在ではなく、それ自体に味もないけど、サラダにも炒め物にも、何にでもあい、さっと湯がいて刺し身のようにも食べられる重宝な食材で、しかも栄養豊富で、低カロリーだし、輸入物がほとんどだから逆に今後国産の需要が大いに見込める——キクラゲ。開発に着手

して「青森きくらげ」が誕生するまで7年かかりました。

食の安全に対する消費者意識の高まりが追い風になっていくようです。それと、テレビでも取り上げられましたしね。メディアの影響もあって消費者の目は国産に向けられるようになりました。安全で安心で、ヘルシーな青森産キノコ。ニーズが高まれば自ずと生産量も増えていきます。

振興会40者で10t生産もっと食べ方のPRを

交換した名刺に「菌床しいたけ おおさわ」とあった。令和2年6月に発足した「青森きくらげ」生産・販売振興会の大沢豊会長。15年ほど前から地元ではまだ珍しかったシイタケの菌床栽培に取り組み始め、これまで培ってきた技術を「青森きくらげ」の試験栽培に活かした大沢会長の貢献度は高い。

——市場に卸してスーパーでも販売されるようになりましたが、売れ行きはいかがですか。

大沢会長の話 おかげさまで……。去年の生産量は3tでしたけど、今年は約10tが見込まれます。生産者も去年の27者から今年は約40者に増えています。

——栽培の様子を見た人はあまりいないと思いますので、簡単に説明を。

大沢会長の話 「菌床」を作ることから始まります。キノコが栄養をとる「木」の代わりになるのが「菌床」で、栽培室の棚にずらりと並んでいる四角いブロック状のものがそうです。木材チップやおが屑などを混ぜ合わせて作るのですが、厳重に注意しなければならぬのは「雑菌」です。雑菌が混じれば商品になりません。徹底して蒸気で煮沸します。次にそれを固めて、「青森きくらげ」のタネ、種菌ですね、それ



培養の進み具合をチェックする大沢会長

を植えます。2月頃から菌床作りと、並行して植菌を進めていきます。ビニールで包んだ菌床のブロックは、最初は茶色をしています。キノコが菌糸を伸ばして培養が進むと、上からだんだんと白くなっていくのです。

一般にキノコは日中が20℃、夜が13℃くらい、つまり春と

秋の気候になると芽が出始めるのです。キクラゲは日中が18℃くらいでもキノコを出します。つまり冷涼な青森県の気候に適するのです。ハウスの室温を21℃に保って培養し、接種から約2ヶ月半程度で収穫できるようになります。生で出荷する場合、大きさが5cm以上であることが、生産・販売振興会の基準です。買ったパックに手のひらサイズの大きさのものも入っていて驚かれるようですよ。

—— 白い一つのブロックからどのくらいの量を収穫できるのですか。

大沢会長の話 1床、つまり一つの菌床からだいたい約2kgです。売り場に並ぶパックが約100g入りだから、20パックくらいですね。

—— 今後の課題をあげるとすれば。

青森きくらげ

「生きくらげ」は、強いプリプリ感が楽しめます!

青森きくらげの特徴

- ① 肉厚で歯応えがよく、コリコリとした食感もしています。
- ② 食物繊維が豊富に含んでいます。
- ③ 臭みがなく、どんな料理にもよく合います。

【お話し上がりいただく前に】

必ず無農薬で育てています。キクラゲは生食に近しい料理の食材です。必ず加熱して食してください。

また、生きくらげの表面に付いた白いものは菌糸の塊です。これは食べても大丈夫です。安心して調理し、お楽しみください。

裏面のオウチで簡単「おすすりレシピ」もご覧ください!

大沢会長の話 食べ方ですね。食べ方が分からなければ、スーパーで目にしても誰も買いません。本来、キクラゲはそう売れる商品ではありません。一般のご家庭で年に何回キクラゲを食べるでしょうか？ サラダに使うとか、炒め物に混ぜるとか……。それに、売り場で輸入物の乾燥キクラゲを目にしたことはあっても、生キクラゲを見るのは初めてです。

しょう。そうなると、料理の仕方が分かりません。レシピをどう伝えて広めていくかですね。

県の林政課や総合販売戦略課(農林水産部)がネットや小冊子で宣伝してくれています。振興会としても、青森で生まれた生キクラゲをどんどん皆さんに食べていただけるようにPRを展開していきたいです。

青森きくらげ卵炒め

材料【1人分】

- 青森きくらげ 100g
- 卵 2個
- 油 少々
- 調味料 塩、こしょう、醤油、みそ

作り方

- ① きくらげは新鮮なものを10分ほど水にさらす。
- ② きくらげは事前に30分ほど水にさらす。
- ③ 卵は卵黄と卵白に分けておく。
- ④ フライパンに油を熱し、きくらげを入れて、軽く炒めたら卵黄を入れて混ぜる。
- ⑤ 卵白を混ぜたきくらげの上に流す。
- ⑥ 弱火で5分ほど蒸らす。
- ⑦ 醤油とみそを混ぜたソースをかけて食べる。
- ⑧ お好みで仕上げ、お楽しみください。

【青森きくらげ】生産・販売振興会 生産者連絡会

〒030-0801 青森市中央1-1-1

TEL 017-832-1111 FAX 017-832-1112

「青森きくらげ」のレシピが掲載された宣伝チラシ