

留^る辺^べ薬^しの人の縁でつながる 白花豆

るべしべ白花豆くらぶ会長
(株式会社森谷ファーム代表取締役) 森谷裕美

●留辺薬地区の白花豆

JAきたみらい管内の北見市留辺薬町地区は、全国生産量の約7割を占める日本一の白花豆の産地であり、私の祖父・森谷吉蔵^{きちぞう}が1960年代に新たな作物として栽培を始めたことで町内に広く栽培が広がったと言われています。川沿いの、農地としては不向きなことも多い土壌で、留辺薬地区の冷涼な気候に適し、農業収入の柱になる作物はないだろうかと考えた結果、白花豆栽培にたどり着きました。

白花豆はつるがとても長く伸びる作物で、支えとなる女竹^{めたけ}にツルを巻き付けて育てます。昔は、支柱となる竹の入手が困難だったため、代わりに家裏^{むかがわ}の無加川周辺に生えていた柳の木を切り出し、苦勞しながら支柱代わりに使っていました。白花豆は他作物と比べると栽培の機械化が難しい作物で、とても手間はかかりますが、他の一般的な品種の豆に比べると高い値段がつくため、徐々に地域に広がっていきました。

●生産者が愛情をかけて栽培

日本一の生産量を誇る留辺薬地区の白花豆ですが、栽培の機械化は困難とされており、現在においてもほとんどが手作業です。

春に種子をまき、芽が出てやや成長してから「女竹」と呼ばれる支柱を立てます。成長した豆のツルは3メートル以上にもなるため、まだツルが短いうちに人の手でツルを1本ずつ女竹に巻き付けます。成夏には白く可憐な花が次々と咲き続け、咲き終わった花の跡に莢が付きます。

晩夏には、たくさんの莢が付いて葉が茂っているツルの根元を刈り、収穫に向けての枯葉促進を図ります。ツルが枯葉したことを確認した後、女竹からツルを外して「にお積み」し、半月～1ヶ月ほど自然乾燥させて水分を抜いた後、豆を脱穀・選別する作業に入ります。留辺薬地区の国道39号沿いには、夏は紫花豆の赤い花、白花豆の白い花が咲き誇り、秋にはブルーやオレンジのテントの帽子が被せられた「にお積み」が点々と連なる姿に変わります。

白花豆の栽培は、「手間がかかる」、「手作業が多くて大変」といわれますが、それゆえに留辺蘂地区の白花豆生産者は愛情を込めて一粒一粒を大切に育てています。その稀少性と品質のよさが認められ、高級菜豆として扱われるようになり、地域を支える存在になりました。

私も20代の頃は「もう作りたくない!」と音を上げていましたが、今では守りたいという気持ちの方が強くなりました。手間がかかる分、生産者は白花豆に思い入れのある人ばかりだと思います。純白で、ひときわ大粒の豆を実らせる白花豆は「豆の女王」と言われていますが、大きくて美しいのは豆だけではありません。もともと江戸時代には観賞用として栽培されていたこともあり、白色の花が一面に咲く風景は圧巻です。留辺蘂地区の秋の風物詩といえば、積み上げて自然乾燥させるにお積み。畑に点々と連なる姿は、昔から変わらない美しい風景です。

● 白花豆の特徴

豆の女王といわれる白花豆は、真っ白な実はとても大きく、自然な甘さを感じる食べ応えのある豆です。豆本来のシンプルな美味しさを、大粒で味わっていただきたいですが、とても大きいので3粒から5粒も食べたら、十分満足してしまうかもしれません。

豆が体に良いというイメージはみなさんお持ちだと思います。栄養価もとても高く、水溶性の食物繊維はごぼうの約3倍もあるといわれ、高タンパクで鉄分やカリウムも豊富で、とても健康的な食材です。主に高級和菓子の白あんの原料として使われていますが、留辺蘂エリアではさまざまな料理や和洋菓子の素材に用いられ、最近では留辺蘂産白花豆100%の蜂蜜も人気です。一つ一つの実が美味しくきれいに育つように、丁寧に作っていますので、そのままの一粒の姿で食べていただきたいのですが、丁寧に皮をむいてサラダにした白花豆料理を提供しているお店もあります。

私たち農家は体力が必要なので、煮豆として甘く煮て食べることが多いのですが、塩気のあるメニューもおすすめで、アヒージョやピクルス、サラダにしてもとても美味しく、のり塩味のフライやグラッセにしても…どれが一番なんて決められません。

●るべしべ白花豆くらぶの紹介

るべしべ白花豆くらぶは、地域の農業を支え、全国的な産地となった白花豆農業を守り、地域を活性化していきたい、という思いから、生産者を中心に、菓子店やレストラン、商工会議所や温泉旅館が参集、設立されました。

1. 設立に至る経緯

留辺蘂町おんねゆ地区の農家の主婦達6人（以下呼びかけ人とする、石井加代子、下込絹恵、山梨則子、本條幸恵、山上志和、森谷裕美）が、おんねゆ温泉観光協会・公式マスコットキャラクター「白花マメ太郎」の誕生をきっかけに、白花豆の消費拡大と地域の活性化を目的として、業界の垣根を越え、各方面に連携を呼びかけたのがはじまりとなりました。

2. 発起人

この趣旨に賛同した以下のメンバーが加わり、上記呼びかけ人とともに発起人となりました。

【茂住修二、大邑和治、児玉友和、藤谷農、岡田祐一（以上農業）、藤田照（ふじや菓子舗）、古田亜由美（レストランシェフ）、須藤哲史（大江本家）、千田剛貴（留辺蘂商工会議所）】

そして、2015年1月20日に設立総会を開催し、私が初代会長として選出され、るべしべ白花豆くらぶの活動がスタートしました。

3. 事業計画

当くらぶでは、白花豆を活用し、以下の3つの分野での普及、開発、販売などを通し、白花豆の消費拡大とその魅力のアピール、ひいては地域の活性化を目的としております。

(1) 料理分野

- ①料理・スイーツの開発、普及、販売。
- ②レシピコンテスト等の実施。

(2) 植栽分野

- ①種や苗の頒布などによる白花豆栽培（家庭菜園）の普及。

②日よけやアーチを設置し、植栽としての魅力をアピール。

(3) 観光分野

①白花豆を紹介するパンフの作成、配布。

②農作業の「見学コース」や「体験メニュー」等商品の開発、販売。

設立した数日後には、地元のイベント会場にブースを設営し、「白花豆むす」「白花豆のおしるこ」を販売しました。

コロナ禍の影響により活動を自粛せざるを得ない期間もありましたが、当くらぶは今年で設立11年目を迎えることができました。先にあげた3つの分野を含め、地元学生を対象とした白花豆の竹刺し体験やにお積み体験、おんねゆマルシェの開催など、幅広い活動を展開しています。これからも様々な活動を通して、白花豆の利活用促進、PR、地域活性化を目指していきます。

●最後に

留辺蘂地区は白花豆生産量と作付面積が日本一ではありますが、昨今は人手不足や栽培が機械化されておらず労力がかかることから、残念ながら白花豆の作付面積は減少傾向にあります。

生産者と地域の思いが連携した「るべしべ白花豆くらぶ」は、まちづくりや地域の活性化を図りつつ貴重な地域資源である白花豆、育んだ白花豆文化を次世代へつなぐことも目指しています。「より多くの人に白花豆を知ってもらい、美味しく食べてほしい」。私たち生産者と地域の願いです。

温根湯温泉に来たら、北の大地の水族館に行き、白花豆畑を見て、温泉に入って、白花豆料理を味わっていただきたい。白花豆の花言葉は「喜びの訪れ」です。ぜひ北見に、温根湯に来て白花豆を味わって、楽しんでください。

白花豆栽培の作業風景

種まき（5月下旬）



竹刺し作業（6月中旬）



成長したつるは3メートル以上になるため、つるを巻き付けるための支柱（女竹）を立てています。



出芽（6月上旬）



白花豆栽培の作業風景

つるのまきつけ



つるが女竹に昇っていくのを助けるために、一株ずつ丁寧に手で巻き付けていきます。

開花（7月上旬～）



白花豆の花



白花豆の栽培風景



8月下旬頃

白花豆栽培の作業風景

つる刈り前
(9月中旬)



つる刈り後
(10月上～中旬)



9月下旬に「つる刈り」を行い、茎葉・豆莢の枯葉（乾燥）を促します。

白花豆の収穫作業風景

つる外し



しばらくの間、自然乾燥させます。



にお積み



白花豆の収穫作業風景



脱穀作業



乾燥したつるごと脱穀機へ入れます。

脱穀された豆が出てきます。

白花豆の収穫後調製風景



脱穀した豆を
天日でゆっくりと自然乾燥します。



夾雑物・未熟粒を取り除きます。



自家種を採取します。



白花豆Cafe



るべし白花豆クラブの最近の活動

あなたの斬新なアイデア
大募集!

優勝 賞金 3万円
温根湯の銘菓 詰め合わせセット

準優勝 賞金 2万円
温根湯の野菜 詰め合わせセット

3位 賞金 1万円
温根湯産 黄白の湯粉 大江本家 入浴剤

特別賞
温根湯産 黄白の湯粉 大江本家 入浴剤

日本一の生産量 るべし しろ はな まめ 白花豆

料理コンテスト2024

白花豆を使ったスイーツ

その大きさと粒の美しさから「豆の女王」と呼ばれています。食物繊維やミネラルなどが豊富で栄養価が高く、低脂肪と美容・健康にもの

応募締切 10月25日 金 迄 消印有効
2024年

主催 るべし白花豆クラブ
HOKKAIDO KITAMI SINCE 2016

入場無料 Onneyu marche

おんねゆマルシェ 2024 in るべし

日時 11/24 日 10:30~15:30

会場 留辺薬住民交流センター (北見市留辺薬町旭中央24番地12)

ステージイベント

- 11:00~ 白花豆の魅力について 講師 須藤 哲史
- 11:50~ 美味しいコーヒーの淹れ方 講師 石原 邦彦
- 12:40~ 白花豆料理コンテスト2024 表彰式
- 13:30~ ジャイロキネシス 講師 藤澤 汐里
- 14:30~ ミニコンサート

音農家 遠藤まさと

ステージ進行 ブースのご案内 安達 祐子さん (北見観光大使、北海道観光大使)

白花豆のタネ豆セット プレゼント!! (月7万5000円以上)

二重100% 賞状