



高橋里奈さん

生年月日 1990年6月11日  
出身地 福島県伊達市  
着任 2015年4月1日～

語り繋いでいける環境づくり  
高橋さんは、教育実習の経験を活かして、地元の小中学校の出前授業で教壇に立ち現地実習の手ほどきを行い、青芋のこと・自分たちの住んでいる地域を知ってもらおう取組をしている。また、若者ならではのアイデアでSNSを活用し、広く情報発信を行っている。  
青芋は大江町を語る上で、欠かせない素材の一つ。しかし、それを育てる人、日常に取り入れる人、青芋の茎で茅葺屋根を葺く職人さん、芋の和紙を漉いてくれる職人さん、そして何よりもなぜ大江町に青芋があるのか学び語り繋いでいく子供たちがいて、それらを続けていける環境づくりが重要だと、高橋さんは熱く語ってくれた。

## 編

青芋糸



青芋糸で編んだ帽子（左）とブックカバ（右上）かばん（右下）。手作業で糸にしている。

## 食

食品加工



青芋を練り込んだうどん、ひやむぎ。道の駅等で購入可。ひやむぎは平成27年度やまがたふるさと食品コンクールで優秀賞を受賞。  
真麻 = 青芋のこと。

## 青芋糸ができるまで



成長した青芋。見た目は大葉に似ている。



収穫作業



茎の繊維を採取。葉はペーストなどにする。



乾燥後、績んで糸にしていく。

## メモ

- ・イラクサ目イラクサ科の多年草。（年に2～3回収穫可能）
- ・人の背丈ほどの高さまで成長する。
- ・古くから着物の素材として活用されてきた。
- ・亜鉛、カルシウム、ビタミンEを多く含む。（一財）日本食品分析センター

問い合わせ先：大江町政策推進課 0237-62-2111

ホームページ：「青芋復活夢見隊-大江町」<https://www.facebook.com/aosofukkatsu/>



# あおそ 青芋 × 地域【大江町】



## 地域の宝、掘りおこし

大江町では現在四名の地域おこし協力隊が活動している。福島県から移住した高橋里奈さんもその一人だ。

高橋さんの活動は、かつて大江町に富をもたらした「青芋（あおそ）」という作物で地域おこしを行うことだ。大江町では約五十年間栽培されていなかったが、同町の「青芋復活夢見隊」が平成二十年から転作田に青芋を栽培している。当時学生だった高橋さんは、その活動に惹かれ、大江町に移住し手伝いを始めた。

高橋さんの活動は主に青芋の歴史文化の保存・継承や特産品開発だ。藤田地区と橋上地区の2箇所、合計約7aの畑で青芋を栽培している。収穫したものは、うどんなどに練り込み、町内の道の駅や左沢駅等で販売し、歴史民俗資料館では青芋御膳として提供している。高橋さんは、青芋の可能性を引き出し、新たな商品を生むため、日々奮闘中だ。

## 育

畑の管理  
(焼畑の様子)



## 教

小中学校への  
出前授業



地元の子供たちへ、青芋の文化・地域の文化を伝えている。

昨年の焼畑作業は SNS で呼びかけ、県内外から 40 名が集まった。