



「まめだんご」を知る

まめだんごとは

平田村で採れる「まめだんご」をご存じですか？
一般的に「ツチグリ」といわれるキノコの幼菌を指し、福島県では「まめだんご」や「まんまいだんご」などと呼ばれ親しまれています。採れる季節や生育環境も限られることから希少性の高い珍味なキノコといえます。

まめだんごの生態

まめだんごは、雑草の生えにくい・地面が露出した斜面を好み育ちます。発生時期は6月から秋頃ですが、食用とすることが出来る幼菌は、6月初めから6月終わりまでの期間で収穫しなければなりません。成長したまめだんごは中身が黒くなり、地上に出て胞子を飛ばすようになります。中身が黒くなってしまうと苦みが強く食することができなくなってしまいます。



幼菌の形は3～4センチの団子状で白に近い灰色や茶色をした外見。地面に半分埋もれています。成長し胞子の入った袋の外側の皮が星形に開きます。外側の皮は二層になっており雨に濡れ水分で膨張すると開き、乾くと閉じます。湿度が高い時には綺麗な星形に開くため「星形の湿度計」とも呼ばれるそうです。

食べる前に！ まめだんごの下処理方法

- ①水で綺麗に洗う
 - ②皮が黒くなっているところを削ぎ落とす
 - ③半分に切る
 - ④中が白いものだけを食用にする
- 白いものが幼菌で食用判断の目安になる
 - まめだんごは日持ちしないため、その日に食べましょう
(袋に土を入れ冷凍庫で保存すると2～3日は日持ちする)

文献だけでは感じられないもの

まめだんごを研究する慶應義塾大学の糟谷大河准教授と伊井美結さんが、6月14日渡部さんの畑を訪れフィールドワークを行いました。

まめだんごの研究をきっかけに記録を残し多くの人にまめだんごの存在を知ってもらいたい。そんなお二人にまめだんごについてお話をお伺いしました。



かすや たいが 准教授
糟谷 大河 准教授
慶應義塾大学経済学部生物学
教室准教授。菌類、特にキノ
コ類の自然史を研究。

まめだんごを食べる文化は、福島県の平田村や川内村、田村市、郡山市などの一部の他、鹿児島県や宮崎県のわずかな地域のみです。里山が荒廃し生育環境の減少が進むことで、食文化が衰退してしまいます。ですが、まめだんごの認知度は福島県がダントツ。他地域と違い、30〜40代からの若い世代まで食文化が受け継がれてきたからでしょう。

菌床栽培ができないまめだんごは、生育に適した自然環境を整えることが必要。まめだんごは木から栄養を受け取り、木の根を守ります。まめだんごの栽培環境は里山の維持、そして、富んだ土地と健康な森を作ることにもつながると言えるでしょう。

渡部さんの山はしっかり管理されているため、これから先まめだんごが増えることが期待できます。まめだんごの存在を広く知ってもらい、食文化が広まれば、里山の保全維持につながると考えます。

まめだんごの生育環境

富んだ土地・健康な森



い い みゆう
伊井 美結さん
慶應義塾大学経済学部4年生。
昨年は、神奈川県秦野市にあるあしなが(ナラタケ)食文化の研究をしていた。今年は、まめだんごを研究。

大学2年生の時に糟谷先生の授業を受けて菌類への興味を持ちました。昨年はナラタケの食文化研究をし、今年はまめだんご一本の研究をしています。

今回のフィールドワークは私からのアプローチでした。実際にまめだんごの食文化がある場所で食文化を知ることが目的であり、どのように食べられているのか・どの程度の認知度なのか・文献だけでは分からない部分も現地の人に話を聞くことで知ることができ、記録を残すことができました。今回のフィールドワークに参加でき、とても貴重な体験になりました。残した記録と経験をもとにたくさんの人に食文化を伝えていきます。

後世に残す文化と大きな目標

子どもの時からまめだんごの存在が「特別」なものでした。誕生日にはケーキとまめだんご料理のセットが出てきていたのも懐かしい思い出の一つです。

この20年の間に祖母も高齢で畑を辞め私自身も成長し畑に行かなくなり、まめだんごを食べる機会を失ってしまいました。大人になりもう一度まめだんごを食べたいと思ったことをきっかけに、祖母に連れられた畑に向かいました。が、畑は荒れ果て近くにあった斜面も森へと帰化してしまいました。その光景を見て、あの頃のようにまめだんごを採って食べたい、あぶくま山系の地域に根付く先人の食文化を残すために行動を起こすのは「今しかない。」と考え活動を始めました。



わたべ たかひろ
渡部 高博さん

本業の傍ら実家裏山でまめだんごの栽培に挑戦。おすすめレシピは「まめだんご入りのお味噌汁」。

村内に住む渡部高博さんは、自らが管理する山で日本初となる「まめだんご」の栽培に挑戦し、福島県唯一の生産地となる活動に取り組んでいます。



まめだんご入りのお味噌汁



渡部さんの畑で採取されたまめだんご

高齢化や土地を継ぐ後継者がいないことで山や畑が放置され荒れてしまい、まめだんごが生育できる環境が衰退してしまいます。このような土地を昔の状態に戻すのはとても大変なことです。だからこそ、これから私がやるべきことは「先人たちの知恵」そして「記憶」をもとに、新たな生育場所の特定と周辺環境の整備を行い、個体数を増やすための観察と検証を継続していくことだと思っています。

地元の子供たちをはじめ、多くの皆様へまめだんごの魅力ある珍味を知ってもらおうことを目標に、今後も生産拡大へと挑戦し続けます。

文化の継承は、後世に伝える記録そして記録の継承者が必要不可欠です。かつての記憶を頼りに、今あるものを元の状態に戻すのは長い時間と労力を費やすことが取材の中で分かりました。まめだんごの食文化が薄れてしまった現状を変え、自身がかつて味わった「特別」な存在感をほかの人にも共有したい。研究をきっかけに記録を残し、その記録を多くの人に伝えていきたい。強い思いが伝わり、この記事を書きかけにまめだんごの存在が多くの人に伝わることを願います。

日本まめだんごファームの
ホームページはこちら



お問い合わせ▶日本まめだんごファーム

TEL 0800-6016-48557

メール f. E: factory@nmdf.jp