



申原木根
みやげ しょうこ
三宅 正子さん (53歳)

□プロフィール

へぼがーるズのリーダーで、3人の子どもを育てる母親。へボの甘露煮が一押しのお味。趣味は旅行。今は、申原のハム工房で豚の解体も学んでいる。



▲へぼがーるズのメンバー4人

「山のこちそうであるへボの楽しみと味を伝えたい」と話すのは、へぼがーるズのリーダーを務める三宅正子さん。
木々が色付き始める10月下旬から11月、へボは採取の時期を迎える。へボとは、クロスズメバチの幼虫のことで、信州や東濃地方などの山間地域を中心に、貴重なタンパク源として昔から食べられてきた。砂糖や醤油で甘辛く煮付けられた甘露煮や、甘露煮と米で炊き上げるへぼ飯、甘露煮をタレにすり込んで作る五平餅などのへボ料理は、恵那の秋の味覚だ。
へぼがーるズは、申原の食文化を伝える団体が解散したことをきっかけに、2019年夏に申原在住の女性4人で結成された。メンバー全員が子育てと仕事を両立させながら、へボの保護や育成と、へボ料理のPR、Tシャツやステッカーなどのグッズ作成などでへボ文化を広めている。
7月上旬、クロスズメバチの巣

地のものを守り、伝える
へボの育成とへボ料理を広める

を採りに山に行き、持ち帰った巣に11月まで毎日エサを与え続ける。へボ追いかから採取までは、先輩であるへボ愛好会の手ほどきを受けながら活動する。そんな努力で採れたへボは、料理にしてみのじのみ祭りや地域のイベントなどで振る舞う。「自分たちで育てたへボの料理をおいしいと言ってもらえることがうれしい」と自慢の味に胸を張る。海外から昆虫食の研究者が訪れたり、取材に来たりなど、へボの活動を通して地域だけでなく世界ともつながっていることを実感する。
毎年11月3日には、へボの巣の重さを競う大会「くしはらへボまつり」が開催される。全国各地からへボ好きが集まる大会で、へぼがーるズは、この日限定でへボ五平餅を作って提供する。
「小さな活動でも申原を盛り上げて、次世代にも活動をつなげられたら」と4人で力を合わせ、これからも活動は続く。



その他の話題もウェブサイトに満載



9/16

歌って踊って豊作を祝う
次米抜き穂祭を開催

長島町正家の斎田で、恵那の里次米抜き穂祭が行われました。12回目となる本年は、4年ぶりにコロナ禍前の規模で開催。稲刈り衆12人が鎌で稲を刈っていき、地元小中学生や関係者など31人が、歌に合わせて早乙女姿で田んぼの回りを踊って豊作を祝いました。



9/10

夏休みの力作、木工作品と
発明工夫作品の表彰式

市内の小中学生らが制作した木工作品を展示する「えなの木、もりの木、きになる木コンテスト」と、工夫を凝らした作品を展示する「恵那発明くふう展」の表彰式が行われ、受賞者には会場から大きな拍手が贈られました。受賞者は、市ウェブサイトで紹介しています。



9/25-26

自分の歯でいつまでも健康に
8020表彰式を開催

80歳で自分の歯を20本保っている方を表彰する8020運動の表彰式が、岩村保健センター(写真上)と市保健センター(写真下)で開催されました。本年は、昭和17年6月1日から昭和18年3月31日生まれの44人が達成しました。



9/23-24

4年ぶりに2日間の開催
ENAみのじのみ祭り

みのじのみ祭り祭りが2日間開催され、10万人が恵那の秋を楽しみました。23日は、地元企業が駅前を練り歩き事業のPRをする「恵那大行列」が行われ、24日は、五平餅の焼き体験ができる「五平フェス」や地域の食を楽しめる「ふるさとまちじまん」でにぎわいました。



10/8

恵那高校の創立100周年を
在校生と卒業生らで祝う

コロナ禍で延期されていた恵那高等学校の創立100周年記念式典が行われました。記念品の贈呈や講演会があり、在校生や卒業生など約800人が節目の年を祝いました。前期生徒会長の片田しのさんは「地域の思いを受け止め、新たな伝統をつないでいく」と決意を述べました。



10/3

常設フードドライブポストに
関する覚書を締結

(株)バローホールディングス、生協コープぎふ、市社会福祉協議会と市は、常設フードドライブポストに関する覚書を締結し、市内のバロー4店とコープ恵那店にポストが設置されました。ポストに提供された家庭内で余っている食品は、回収され、必要とする方に届けられます。