

CARAVAN

「やまがたLifeポジティブキャラバン」 令和7年度の講演レポート

山形県内の多様な業界で活躍する方々を中学校に派遣し、
“山形を舞台に自己実現していく生き方”のロールモデルを実体験やエピソードを交えながら紹介。
「山形はすごい!!」と地元の魅力について考える機会を提供しました。





新庄市立新庄中学校

GUEST SPEAKER 講師

三浦 友加 さん

料理研究家、やまがた特命観光つや姫大使

Profile

1982年鶴岡市生まれ。2004年より吉本興業で芸人・タレントを経験。2011年5月より初代「山形県住みます芸人」として活動した。2019年から酒田市を拠点にフリーランスで食や地域に関わるイベントの企画や司会などを行う。薬膳インストラクターとして山形の郷土料理、出羽三山精進料理、おばあちゃんの知恵袋、ヴィーガン、SDGs問題などを取り入れた里山薬膳カレー「ミウラのユカレー」を開発し、キッチンカーやレトルト食品として提供している。山形土着の食文化、在来作物、伝承芸能など、次世代に残したい大切なもの、を探し学びながら暮らしている。

LECTURE

講演

やまがたの4つの地方に根付く 言葉・食文化は日本の宝

私は高校を卒業するまで地元の鶴岡市で暮らしていました。上京したものの、やりたいことは見つけれずひきこもり、大学は中退。テレビを作る放送作家に興味湧き、吉本の養成所の構成作家コースに通いました。作家の勉強をしながら、芸人への憧れがつり「人生一度きり、後悔するより、ダメで元々、やってみよう!!」と芸人の道に飛び込みました。いつからか、お笑いより料理関係の仕事が増え、今は食を通して世の中のお役に立てればと活動中です。

山形各地の食文化は面白く、約190種の在来作物の力強さ、美味しさは特に感動します。農家さんのお手伝いで焼畑は衝撃でした。「畑を燃やして、灰を肥料にし、火で雑草や虫を退治。少ない手間、栄養豊富な土で、無農薬の野菜を作る」自然の力を活かした賢い方法だと思いました。

また山形は地方が4つに別れていて、それぞれ言葉や食文化も全く違い個性的で、全国的にみても珍しいそうです。「ありがとう」という言葉1つをとっても「おしょうしな」「もっけだの」

「ありがとうさま」などいろんな表現があります。新庄の方は語尾に「にゃ〜」がつく言葉がめっちゃめっちゃめんこいと思います。

新庄ゆかりの伝統菓子の「くぢら餅」は、江戸時代の飢饉の時に殿様がくぢ米や木の実などを混ぜて蒸したものを作り「これを食べて乗り越えよう!」と苦しむ人々に配った説も。「新庄まつり」と共にいまの時代も多くの人々から大切にされているのは大変すばらしい事。この先もずっと守っていくべき、日本の宝かもしれませんのう。





新庄市立日新中学校

GUEST SPEAKER

講師

吉野 優美 さん

一般社団法人最上の暮らし舎代表理事、ソーシャルデザイナー

Profile

1988年 東京都生まれ。山形県新庄市在住。文化女子大学現代文科学部国際ファッション文化学科卒業。都内の制作会社に入社後、東京で東日本大震災を経験。その後フリーでスタイリング・企画・制作・運営担当。ソーシャルデザイナーとして様々なプロジェクトに携わる。「最上伝承野菜」のブランディング事業で関わり2014年の春から1年間、山形県の新庄・最上地域を取材で行き来する。その後「この地域ともっと関わりを続けていきたい」と思い「地域おこし協力隊」として新庄市へ移住。『空き家プロジェクト』を立ちあげ、「すべては暮らしに繋がる」と気づき、2017年9月一般社団法人 最上の暮らし舎設立。2024年4月よりcommune AOMUSHI 株式会社・取締役 就任。

LECTURE

講演

地域課題は仲間づくりのきっかけになる

私は活動する上で、「これやってほしい」と「これできるよ」が繋がる瞬間を大切にしています。古民家を直して喫茶店にして、さらに新しく古道具屋さんをオープンしたのも、全部その結果です。

自分がやりたいことがあったときにどうするか。一緒に叶える仲間を作ることです。私は日本の優れた伝統技術が使われた家具や食器などがどんどん捨てられている現状を知り、山形で作られた貴重なものを次の人に活用してほしいと思いました。昔ながらの道具を大事にすることで外から来た人に文化を見せられるし、自分たちの地域の個性がより強くなると周りの人たちに話していました。そして古道具屋を開きたいと思いつきますが、現実には場所やお金・人手の問題も出てきます。でもその思いに共感してくれた人は、「それならできるよ」とか「あの人だったらわかるかも」とアイデアや解決策をくれるんです。つまり自分が課題・問題だと思っていることは仲間づくりのきっかけになるんです。困っていることがあるということは誰かと出会えるチャンスを手にし

ているということです。

私は東京からこの地域に来た時に「なんで移住したんですか」とたくさんの人から聞かれましたが、その答えは「人」です。何かをしようと思った時に協力してくれる人がいるからです。最上(もがみ)の漢字は最上(さいじょう)って書くじゃないですか。地域の人や自然とつながって暮らしていることが、私の中で最上(さいじょう)だと思っているので、それを未来に繋げていきたいなと思っています。





新庄市立八向中学校

GUEST SPEAKER 講師

小林 舞香 さん

画家・壁画師

Profile

1986年 東京都生まれ。アクリル絵の具を使用した手描きによる精密な写実画を特徴とした作品を制作。2010年から画家として活動を始め、山形出身の知人の縁で、2020年に山形市七日町の「シネマ通り」の店舗のシャッターに壁画を描くプロジェクトに参画。また、蔵王温泉に滞在して創作活動を行うプロジェクトを通じて、山形の自然や食、温泉、人々の温かさに魅了され、2021年4月より山形市に移住した。

壁画制作、舞台美術、ブランドや企業との商品コラボレーション、音楽アーティストへの作品提供など多岐にわたり創作活動が続ける。2023年、道の駅やまがた蔵王の正面入り口に壁画を施した。

LECTURE

講演

人生は気の合う人や
気の合うものと出会う旅

私は小学生のころから、イラストレーターになりたいと思っていました。勉強の合間にノートの端に絵を描くような子どもでしたが、大人からは「やるべきことを終わってから絵を描きなさい!」と言われることもありました。中学校、高校へ進むにつれて、イラストレーターを目指す気持ちは少しずつ薄れていきました。それでも20歳のとき、「人生は一回しかない」と気づき、絵の道に進むことを決めました。20歳からでも全然遅くない。とにかく「好きなこと」に素直になることがすごく大事だと気づき、進路を軌道修正しました。

画家として活動する中で、全国で壁やシャッターに絵を描き取り組みも始めました。山形で壁画を描いていると、ほかの県とは反応が違いました。ほかの地域では人と人の距離を感じるが多かったのに対し、山形の人は声をかけてくれたり、差し入れをしてくれたりしました。中には七輪を持ってきて、焼き芋を焼いてくれた人もいました。地域の出来事としてメディアも取り上げてくださり、社会の一員として迎え入れられたような嬉しさがありました。そうしたふれあいを通して、自分が描いた作品が山形に根付いていく実感が湧きました。それが、この県に移住しようと決めた大きなきっかけになりました。

私は「人生は、気の合う人やものと出会う旅」だと思っています。私は東京生まれ東京育ちですが、人混みが苦手で東京にずっと住み続けるのは難しいと感じていました。東京を拠点にしながらも、その漠然とした居心地の悪さの理由を探るように、フィリピンやイギリス、ニューヨークなど国外に居場所を求めて長期滞在したこともあります。言葉にしにくいのですが、「気が合う土地」というものがあります。縁もゆかりもなかった山形ですが、移住後に結婚し、2人の子どもを出産しました。私はこれからも、きっとここで暮らしていくと思います。それは、自分にとって「気の合う土地」を見つけることができたからです。





小国町立叶水中学校

GUEST SPEAKER 講師

大垣 敬寛 さん

株式会社山のむこう 代表取締役

Profile

1991年神奈川県生まれ。2014年3月東京大学文学部を卒業後、同4月から山形県に1ターンしてまちづくり活動に携わる。山形のまちづくりのために2014年10月株式会社山のむこうを起業。2015年から2018年まで南陽市地域おこし協力隊に就任。会社の事業は、交流を生むためのカフェ事業icho cafeや、システム開発事業、コンサル事業など。地域おこしを通じて、地域おこしの最大の課題は地域における子どもたちの体験や挑戦の少なさにあると感じ、米沢市で子どもたちの体験や挑戦をサポートする教室「探究教室ESTEM」を2018年からオープン。山形市の保護者から強い要望を受け、2023年4月から山形市で2校舎目となる山形校をオープンした。

LECTURE

講演

与えられることを楽しむだけの人は
「山形には何もない」と思うかも

大学3年生で就職活動をしていたとき、内定をいただいていたところもありましたが、「この仕事なくなると誰が困りますか？」という質問をすると、答えられる人があまりいなかったんです。そこでまずは自分で仕事を作ってみて、誰に求められているのかを実感しようと思いました。

そんな時に山形の人から街づくりを手伝って欲しくないかと頼まれ、2週間くらいで帰って来るつもりで南陽市にやってきました。そこで感じたのは「もったいない」ということです。僕は横浜で生まれて東京に出て、ずっと感じていたのは住みづらさでした。今住んでいる南陽市は人が作った便利なものと自然とがすごく調和した街だと思っています。東京は人が集まって建物がたくさん建ってという形で発展しましたが、山形にはそれとは違う発展の形があると思いました。人が集まっていることで成り立つのではなく、人はそんなにいないかもしれないけれど、ゆったりしてすごく豊かな暮らしがあるのが山形の今であり、未来になっていくのかなと思っています。

みんな「山形には何もない」と言いがちですが、そんなことはないと思っています。逆に乗馬体験や農作業、川下りなど自然を生かしたアクティビティがたくさんあります。もしかすると与えられていることを楽しむだけの人は「何もない」と言ってしまうかもしれませんが。周りのもので面白いことができないかなと考える人なら、とても楽しめる環境だと思っています。





中山町立中山中学校

GUEST SPEAKER 講師

村山 優輔 さん

レストラン パ・マル オーナーシェフ

Profile

1977年山形県寒河江市生まれ。山形学院高等学校調理科卒。卒業後、山形県内と東京都内のレストランでの修行を経て、25歳で天童市に「ピストロパ・マル」をオープン。県庁所在地である山形市に本格フレンチレストランが一軒もないことに気づき、2017年に「レストラン パ・マル」として、新店をオープンする。SNSでの発信力の高さ、積極的に他店のオーナーとコラボレーションするなど、枠にとらわれない独自のスタイルを築き上げ、県外から来店されるお客様も多い。河北町のイタリア野菜などの生産者と相談しながら、地元の素材を活かした料理を提供し、地元食材の普及にも努めている。

〈受賞歴〉ゴ・エ・ミヨ2023・2024・2025掲載

2023農林水産省料理マスターズブロンズ賞

ジャパンタイムス ディスティネーションレストラン2023、他多数

LECTURE

講演

大事なものは好きなことを突き詰めること

僕の親は外食が好きで、寿司屋さんや和屋さんに行くと、そこで作っている料理人の所作を見てカッコいいなと思っていました。その中でもフレンチのシェフが高さのある帽子をかぶっていて「カッコいい」と思ったのが、フレンチを選んだ最初の理由です。僕は家業が土建屋だったので親父に土下座して山形学院高校の調理科に入りました。早く自分の料理が作りたい、自分の世界を表現したいと思って修行していました。修行中は大変なこともたくさんありましたが、一番言いたいのは好きなことを突き詰めてほしいということです。25歳で最初の店を持った時、銀行から500万円借りました。最初の店は失敗しましたが、その時も失敗したらどうしようと考えたら踏み出せません。一番重要なのは失敗してからです。失敗しても自分の信念を持って立ち上がって進むことだと思うんです。

東京で修業していた時、商売をするにはいいところだけど、せわしなくて生活するには疲れる場所だと感じていました。帰ってきて感じたのは、僕が知らなかっただけで山形には素

晴らしい環境があるということです。山形は四季がはっきりしていて寒暖差があるので野菜がおいしいです。多種多様な食材が豊富で大都市からの評価はすごく高いです。

今一番うれしいのは、うちの店でご飯を食べたお客様が幸せな顔で帰るのを見ることです。食材に付加価値をつけるのが僕の仕事だと思っているので、生産者もお客様も店も常に対等な関係で幸せになってほしくて料理人をやっています。



鶴岡市立鶴岡第五中学校

GUEST SPEAKER 講師

矢野 慶汰 さん

酒田 若葉旅館代表取締役社長、酒田市国際交流協会 アドバイザー

Profile

1976年 東京都生まれ。中高2回の交換留学（ユネスコ親善大使・ロータリー交換留学）の経験から異文化に興味を抱き、渡米。州立アリゾナ大学にて社会学を専攻し卒業後、世界の秘境・辺境を得意とするユーラシア旅行社（東京）に入社。海外旅行商品の開発や企画、添乗、メディアへのアドバイザー等を約15年に渡って務めながら、世界約150カ国を旅する。2015年、酒田の老舗旅館・若葉旅館の若女将と結婚、酒田市に移住。同専務取締役を経て2023年、3代目社長に就任。旅館経営の日々の中、酒田商工会議所青年部会長、酒田市国際交流協会アドバイザー、東北公益文科大学「国際観光論」講師等を歴任し、多様性に富んだ宿、街づくりに奔走している。

LECTURE

講演

庄内の「当たり前」は
世界の「当たり前」ではない

私は東京で生まれ、父の仕事の関係で中学時代は愛知県で過ごしました。当時はサッカーに打ち込み、高校、大学ともに強豪校へ進学しましたが、高校3年生のときに大きなけがを負い、大学1年でその道を断念することになりました。

進路に迷っていたときに思い出したのが、中学・高校の頃に経験したアメリカへの短期留学です。「もう一度、学びを通して世界を見てみたい」そう思い、東京の、英語オンリーのレストランで働きながら必死に学費を貯め、語学を学び、アメリカの大学へ進学しました。卒業後、旅行代理店に勤め、世界150カ国以上を訪れ、さまざまな国や地域で異なる文化や価値観に触れてきました。世界各地を訪れ強く感じたのは、人の可能性は、生まれた場所によって決まるものではない、ということです。そして同時に、「当たり前」だと思っていたことが、場所が変わればまったく当たり前ではなくなる、という事実でした。

いま若葉旅館には毎日のように外国の人たちが泊まりにきます。彼らは口をそろえて「庄内のように海と山があって、水がとうとうと流れていて、畑できちんと作物が育つ場所は他にない」と言います。そして皆さんが毎日教室から眺めている田園風景

を見て、彼らはどこの観光地よりも写真を撮りたがります。

庄内地方は食料自給率が130%あります。当たり前のように美味しいご飯を毎日食べられて、おいしいお酒が飲めるところが世界にどれくらいあるのか考えてみてください。皆さんが今住んでいるこの場所には、お米をはじめ素晴らしい食材にあふれ、そのまますくって飲める水があり、これは、皆さんの家族や地元のご先祖さまが丁寧に育ててきたものです。しかし世界に目を向けると、こんな環境は決して当たり前ではないのです。私自身、海外に出て日本を外側から見たことで、初めてこの事実気づきました。

皆さんも、いつか外の世界に出たときに、遠くからこの地元を眺めてみてください。皆さんが今、何気なく過ごしている日常の中に、世界の人たちが羨むような魅力を感じるものを、たくさん発見できるはずです。

