

# 伊豆食へる通信

2017年

10月号

# 食

三百五十万の仲間と

下田の花々からの贈り物

下田箕作、高橋養蜂の

# 蜂蜜





## 特集

# 蜂蜜

はちみつ

### 世界を救う軍団を率いる、高橋鉄兵さん

世界を救うヒーロー軍団のボス。いや、正確には世界を救うヒロイン軍団のボス、高橋鉄兵さん。実はミツバチの社会では、オスは女王と交尾することだけが役目。それ以外の時は巣の中をウロウロしているだけ。実は全ての働き蜂はメス。しかも、全体の90%から95%を占める。そのメスで構成された働き蜂は外敵のリスクなどに晒されながらも遠くまで飛び回り、蜜を集める。そして、働き蜂と同じく、毎日、早朝から日が暮れるまで、蜂の巣の世話をすることが高橋さんが自らに

課した使命なのだ。

『この世からミツバチがいなくなると、4年で世界は滅びる』。アインシュタインのこの言葉を耳にし、使命感を抱いた。ミツバチは植物全体の受粉の三分の二を担っていると言われてる。しかし、環境の変化や農薬の使用など様々な要因により、数を減らしている。人間が口にする農作物のみならず、家畜の飼料もほとんどが植物であり、究極論、人間に必要な酸素の供給も植物が担っている。そんなニュースを知り、自分もミツバチを育ててみたいという思いに駆られ、下田に移住を決意した。下田市箕作は幼いころにカブトムシやクワガタを捕まえた思い出の場所。自然が

多いその地なら、ミツバチを育てるのに適しているかもしれないと考えた。

### 開拓者、高橋鉄兵さん

最初は養蜂の知識も経験も皆無、あるのは自然や昆虫が好きという気持ちと地球を救うという正義。まずは荒れた土地を開墾することから始まった。ユンボを運び込み、たった一人で始めたのだが、この移住者の熱い思いに共感し、協力してくれる仲間も少しずつ増えていった。

ときには、昔からその土地に住む周囲の方に様々なお願いをする必要もある。山中に養蜂





に適した場所を借りるためであったり、農業の使用を控えてもらうお願いのために根気強い対話をすることもある。一途な想いと強い意志はもちろんだが、高橋さんの最大の長所は皆が応援や協力したくになってしまう不思議な魅力にあるのかもしれない。

### 養蜂家、高橋鉄兵さん

『養蜂家の高橋鉄兵です』。彼は自分を名乗るときにはそう始める。蜂蜜屋とは名乗らない。そう、彼の使命は元気で強いミツバチをたくさん育てることであり、蜂蜜を採取して、販売することはより多くのミツバチを養うため

に必要な手段。元気で強いミツバチをたくさん増やすためには元気で強い女王蜂に気持ちよく仕事をしてもらうのが重要な要素。女王蜂の寿命は約6年と昆虫にしては長寿と言える。それに対して、働き蜂は約一ヶ月で命を終える。孵化してからの成長段階に応じて、巣の掃除、幼虫の世話と女王蜂の餌となるローヤルゼリー作り、蜜蝋を使っての巣作り、蜜を集めてきた蜂から受け取った蜂蜜を巣房に貯蔵、見張り、そして最後の10日間で外に蜂蜜を集めに行く。一匹の蜜蜂が一生をかけて集める蜂蜜の量は小さじ一杯に過ぎない。蜂たちが集めた蜂蜜のおすそ分けを高橋さんは採取し、販売する。養蜂業務の継続、ある

いは拡大のためには質の良い蜂蜜が重要だ。つまり、蜂蜜から得た資金は、より多くの従業員ならぬ、従業員を養うための原資の獲得のために他ならない。顧客満足と同時に従業員満足に徹している。ESなくして、CSなし。世のブラック企業とは大きく一線を画し、愛する350万の従業員に気持ち良く仕事をさせる黄色と黒の勇気の軍団、それが高橋養蜂。



下田市  
箕作(みつくり)





# 丁寧に念入りな作業からとろけ出す 蜂蜜とやさしい香り

1	2	3
4	5	6
7	8	10
	9	
11	12	13

1. 山の中にある巣箱。ここが高橋養蜂軍団の基地。 2. ひとつの巣箱に約6万匹。 3. 飛び交う働き蜂。約半径2-3kmの範囲の花から、蜜を集める。 4. 煙を浴びせて、蜂の動きを鈍らせて作業。 5. お腹の部分が長いのが女王蜂。一日2000~3000個の卵を産み付ける。女王の性格で、その群れの性格も決まると言われている。 6. 巣箱は様々な外敵に襲われるが、やはりスズメバチは脅威。なかでもオオスズメバチは2匹で巣箱を全滅させることもある。 7. なぜだか蜂が群がるタイプの人がいる!! 男性に多く見受けられる。モテルフェロモンなのか? 今後の研究に期待。 8. 蜂蜜がぎっしり詰まった美しい六角形のコムハニー。 9. 甘い香りに誘われてやってきた蜜蜂。 10. 遠心分離機にかける前に、白い部分(蜜蝋で作られた膜)を削ぎ落とす。 11. 遠心分離機にかけ、蜜を振り落とす。 12. 目の細かい漉し器にかける。引き上げると蜂蜜が美しい線を描く。 13. 美味しい蜂蜜の出来上がり。



## 蜂蜜は下田の味

春から夏にかけて、蜂蜜の収穫はピークを迎えます。その中でも採取時期により味わいが異なるのが、高橋養蜂の蜂蜜の魅力。  
春先には桜や野の花から集めた「下田の花々」、ニューサマーや甘夏の季節には「みかんの蜂蜜」、そして夏にはカラスザンショウのちょっぴりスパイシーな蜂蜜をナッツとともに。

花の蜜や花粉は蜂にとってのビタミンやたんぱく源なのだと、高橋さんが教えてくれました。働きバチは一生のほとんどを巣箱の中で過ごし、最期の1週間に花蜜を集めるために飛び回ります。1日に何十往復も、最期の力を振り絞り花から花へ。働きバチが花粉から作るローヤルゼリーが女王蜂の一生を、延いてはその巣の繁栄を左右するのです。  
高橋さん自ら描き上げた優しいイラストが目を惹くTAKAHASHI HONEYのラベルを貼られた小さな瓶には、黄金色に輝く伊豆下田の自然と生命の味わいが詰まっています。

## 蜂蜜は永遠の味わい

高橋養蜂の蜂蜜、販売しているものはおおよそ2年の賞味期限が設定されています。でも実は「蜂蜜は腐らない」って、ご存知でしたか。  
ミツバチたちが蜂蜜を集めて保存しておく蜜蝋(みつろう)の中では、なんと2000年以上経っても腐らないというから驚きです。蜂蜜に含まれる水分量が極

めて少ないこと、そして糖度が極めて高いことがその主な理由。数千年前のピラミッドから発掘された蜂蜜も、その成分はほとんど変わらなかったとか…。

市販されている蜂蜜も表示された期限に関わらず長期の保存が可能です。とはいえそれは混ぜ物をされていない本物の蜂蜜であること、そして完全に密封された状態で保存されることが絶対条件。  
高橋養蜂の蜂蜜が本物であることは「伊豆食べる通信」が保証しますが、ペロりと舐めたスプーンを再び瓶の中に戻して使用したり、蓋をきっちり締めないまま保存してはいけませんよ。  
もっとも、そのままでも味がよいのはもちろん、料理でも活躍する高橋養蜂の蜂蜜は、それほど長くは保たずに食べつくしてしまう可能性のほうが高いかもしれません。

## 蜂蜜でもっと美味しい暮らし

蜂蜜の一般的な食べ方といえばホットケーキやパンのお供でしょうか。ふんわりとした生地にじゅわっと沁み込む蜂蜜、バター風味ともベストマッチ。  
また、「リンゴとハチミツ」というカレールウのテレビコマーシャルが強く印象にある方もいらっしゃるのでは。確かに蜂蜜は煮込み料理との相性抜群。和風の煮物でも砂糖やみりんだけでなく仕上げに蜂蜜を使えば、美しい照りとコクが出ます。ちなみにカレーに蜂蜜は「あとがけ」が断然おすすめ。盛り付けたカレーライスにとろーり蜂蜜… 白いご飯に蜂蜜?と疑うなかれ、これが実に美味しいのです。煮込まず「あとがけ」することで過熱に

よる栄養の破壊を防ぎ、蜂蜜の豊かな栄養をまるごといただけるのだそう。その他にもヨーグルトや酸味のある果物と一緒に食べたり、お酢と合わせてドレッシングにしたり、もちろんお菓子作りもお任せあれ。

そして蜂蜜、食べて美味しいだけじゃないんです。  
蜂蜜そのものはフェイスパックやクレンジングにも活用できるそうですし、蜂蜜やその成分を使った化粧品もたくさんありますよね。蜂蜜という素材がこれほど美のパートナーとして愛されているのは、蜂蜜が持つ高い保湿力と豊富なビタミン、なにより自然由来のものであるという安心感が大きな理由でしょう。高橋養蜂のハニーリップバームは、みかんの蜂蜜と自家製の蜜蝋で作られた天然成分100%。こちらも人気商品だそうですよ。

美味しい上に栄養もたっぷり美容にも嬉しい蜂蜜。せっかくなら「本物」を生活に加えて、豊かで美味しい暮らしを楽しんじゃいましょう。

## 蜂って、怖い?

「蜂って、怖い。」  
私たちが蜂に抱くイメージはポジティブなものばかりではありません。

今号の舞台・高橋養蜂でも、普段の作業はもちろん取材に訪れた私たちも十分に防護をし細心の注意を払って見学しました。特にあの恐ろしいスズメバチはミツバチにとっても天敵。高橋さんたちもミツバチの活動をスズメバチから守るため、日々

駆除に追われているそうです。  
一方でミツバチやマルハナバチは、実は私たちの暮らしに欠かせないパートナー。植物や農作物の受粉を助けるこれらの蜂は、農業の世界では「益虫」なんです。「いちご」号で訪ねた神田農園の神田直己さんは「ほんとに、蜂様(はちさま)だよ」と冗談混じりに仰いましたが、それもそのはず。ハウスの中でいちごを受粉させるには欠かせないのが、これら蜂の働きなのです。  
本誌でもご案内の通りその数を減らしているミツバチを、そして地球を救うため立ち上がった高橋さん。彼の口から語られるミツバチのあれこれは、それぞれに個性をもち、少し繊細なところもあるけれど頼もしくておもしろい。さながら友だちや家族のようです。

「蜂って、怖い?」  
刺されると痛いし、種類によっては死に至る危険性もあるとても恐ろしいもの。

けれど、一言に「怖い」とはねつけてしまうにはちょっともったいない。…そう考えてしまう私たちは、高橋養蜂と高橋鉄兵さん、高橋さんの育てるミツバチファミリーにも惚れ込んでしまったようです。







## 暮らしを考える旅 わが家の移住について

今年の4月に下田に妻と娘と僕の家族3人で移住してきました。  
実はちょうど一年前、自然豊かな環境で暮らしたい、子育てをしたいと移住することを決めたのですが、生まれも育ちも東京の僕たちには移住する土地のあてがありませんでした。  
では、どこに移住するか旅をして決めよう！と移住候補地を巡る旅に出ました。  
そして半年ほどさまざまな土地を見てまわった結果、下田に移住することになったのです。  
そこまでして下田に暮らしはじめてもうすぐ半年。  
でも、地元の人にもよその人にもなんで下田？と言われることも多々あります。  
では、暮らしはじめて半年の僕なりに感じている下田の魅力を少しお話しします。

まずはありきたりですが『海』。  
本当にきれいです。  
移住するにあたって海のきれいさは全く重視していませんでした。  
でも、この夏は毎週のように海水浴や磯遊びをして下田の海を満喫。  
きれいな海のある暮らしがこんなにも楽しいと知りませんでした。  
また、そんな海でとれる魚のうまさは格別です。  
名物の高級魚金目鯛もいいのですが（下田は金目鯛の漁獲量日本一！）、タカベやイサキなどこちらで日常的に食べられている大衆魚のうまさが嬉しい。

そして『まち』。  
そんな魚をおいしく食べさせてくれる飲食店や宿がひしめき合っています。  
下田は開国の舞台となった歴史のあるまちです。  
史跡なども多くあります。  
さらには温泉も湧いています。  
そんな海、魚、歴史、温泉が売りの観光地です。  
観光地だからか僕のようなよそ者をとっても優しく受け入れてくれます。  
祭りや花火やイベントも盛りだくさん。  
暮らしていて本当に楽しいのです。

そして侮れないのが『山』。  
といっても八ヶ岳とか阿蘇山といったシンボリックな山があるわけではなく日本のどこにでもあるような普通の山が普通にあるだけです。

でも、それらの山も奥にはいっていくとそこには深い自然がひろがっています。  
海のイメージが強い下田ですが、暮らしはじめてこんな美しい山々があることを知りました。  
そして山間部には田んぼや畑が意外なほどあるのです。  
新潟や北海道のような広大な農地はなく小規模な農地です。  
いくつかある産直の店ではそういった地元の農家さんの米や野菜を買えます。  
大手スーパーの野菜のように均一で、季節を問わずなんでもある感じではありません。  
でも僕はそれが正しい自然の姿な気がしていて、そんな下田の野菜をいつもおいしく頂いています。

そして『海』『まち』『山』にはそれぞれのスペシャリスト達が暮らしています。  
下田は大きいまちではないのでひとりのスペシャリストと出会うとまたひとりと、どんどんつながっていきます。  
そうして、スペシャリスト達と知り合えることが一番の魅力かもしれません。（それにしても出会う人みんな濃い…）

これは地元の人には当たり前すぎてわからない魅力なのかもしれません。

ということで、下田に来たら地元のスペシャリスト達とどんどん絡んでみてください。  
そうしてこそ下田の本当の魅力が味わえるってものかと思います。（濃すぎる人も多いのでそこはご注意ください…）

### ■ PROFILE

津留崎 鎮生（つるさき しずお）

1974年生まれ。移住先探しの旅と移住してからの暮らしについてWebマガジン「コロカル」にて連載中。



# 高橋さんの つくった蜂蜜



## 高橋養蜂

☎ 0558-28-0225  
☎ 〒413-0705  
静岡県下田市箕作 787-1  
🌐 <http://takahashihoney.net/>



## 蜂蜜

鉄兵さんが自ら油絵で書いたラベルがトレードマーク。

平成 28 年伊豆特産大賞の最高金賞を受賞し、下田市の公認ブランドになっている「みかんの蜂蜜」。カラスザンショウなど下田の花々から作られた蜂蜜に、クルミ、カシューナッツ、アーモンドの3種類のナッツを2週間漬けた「ナッツの蜂蜜漬け」はブルーチーズやワインと一緒にどうぞ。季節ごとの花々の味が楽しめる高橋養蜂の蜂蜜。

蜂蜜以外にも、蜂蜜や蜜ろうなど天然成分 100% にこだわったリップクリームや石鹸は女性に大人気です。



## 巣蜜（コムハニー）



ミツバチが完全熟成させ蓋をした蜂蜜を自然のままカットして箱に詰めた逸品。鮮度、味、風味どれをとっても極上な、養蜂家ができることのできる最高の蜂蜜です。ミツバチからの最高の贈り物ですので、是非そのままをお召し上がりください。一口サイズにカットして嘖むとコムハニーから溢れ出る濃厚な蜂蜜は一度食べると忘れることは出来ません。今回のお届け品には残念ながら入っていませんが、興味のある方はぜひご注文ください！



## 食べ方いろいろ



### カレー

鉄兵さんの妹かなさんが作った、夏野菜カレー。トマトなどたっぷりの夏野菜に、隠し味に赤ワインと蜂蜜。仕上げに蜂蜜をかけることで、蜂蜜の甘さがカレーの上品な辛み旨味を引き出してくれます。おかわり続出でした！！

### ブルーベリーヨーグルト

高橋さんのブルーベリー畑で無農薬で育てられたブルーベリー。採れたてのブルーベリーを、搾りたての蜂蜜と一緒に。なんとも贅沢なデザートでした。



### クレソンと生ハムのサラダ

ドレッシングは伊豆のニューサマーオレンジとバルサミコ酢。隠し味には蜂蜜。クレソンの苦味と柑橘の爽やかさが絶妙にマッチし、ほんのり蜂蜜の甘さを感じ取れる一品。

### ひらたけクレソン



下田の大地で太陽の光を存分に浴び、一般のものより葉や茎が大きく食べ応えがあり、辛味も強いのが特徴です。添え物でなく、主役でももりもり食べられるクレソンです。

☎ 080-2732-3135 平山さんまで



# 編集後記

伊豆食べる通信第7弾「下田の蜂蜜」をお買い上げいただき本当にありがとうございます。今回も採算を考えず、とにかく皆様に喜んでいただこうと思ひ商品を選ばせて頂きました。

下田というと「海」をイメージされる方が多いかもしれませんが、自分自身も夏になれば下田へ毎年行きます。もう「うなってしまうくらい綺麗」という以外表現の方法がないくらい素晴らしい海が広がっています。

その下田で養蜂を営んでいる人がいると話を聞いたのは、伊豆食べる通信 2017年4月号・金目鯛フォトワークショップの時でした。参加されていた方達に「伊豆で良いもの何かありませんか？」と話していたところに飛び出してきたんです。

早速、伊豆食べる通信編集部の加藤さんがアポイントを取ってくれて今回の号に取り上げさせて頂ける事となったのですが、どうやら取材日が7月後半。夏に養蜂の取材となると暑いのでは？と不安がよぎりましたが、とにかくお伺いすることに。

修善寺に集合し、約40分ほど車を走らせると現地に到着。まずはご挨拶をし養蜂の説明をお聞きしながら「蜂蜜」の元となっている巣箱から、たんまりと蜜が詰まった棚を取り出しナイフのようなもので切り取る作業からスタート。少し削っただけで蜜が溢れ出てくる様は「うわ」と叫んでしまうほど。今まで体験をしたことのない感

覚でした。次にこの「棚」を遠心分離機に入れ、手で回しながら蜜を取り出していくのですが、「こうやって蜂蜜を取り出しているのか」と知った時点で蜂蜜がなぜ「高価」なのかがわかりはじめてきます。そして、ついに防護服を着て巣箱の場所へ移動となります。サイズを選んでいただき頭からネット付きの帽子をかぶり「いざ出陣！」。

しかし、やはり予感的中しました。とにかく「暑い！」夏にこの防護服を着て移動し作業をする、しかも何時間も巣箱の場所で。「なんて大変な仕事なんだ」それしか言葉に出ませんでした。しかもミツバチのケアだけではなく「スズメバチ」との戦いもしなくてはならないというのです。セイヨウミツバチを狙ってスズメバチがや

ってくる、しかも1度発見され狙われたら人が守らない限り全滅するというのです。

いや、本当に奥深い仕事です。取材を続けながらその魅力に引き込まれていきました。動いたのはたった1時間ほどでしたが、巣箱の場所から戻り防護服を脱ぐと、もう汗だくでした。やっと身軽ないつもの動きを取り戻したところで、高橋さんに「なぜ蜂蜜を選んだんですか？」とお聞きすると「蜂が大好きなんです」と満面の笑みで答えられた。その姿に参加者全員が「ブルッとした」瞬間でした。本当にピュアな人が営むピュアな蜂蜜を今回みなさまにお届けする役目を頂けたことに感謝しかありません。ぜひこの蜂蜜、お楽しみ下さいませ。



次号は、下田市のお隣の南伊豆町。日本の渚100選、日本の快水浴場100選にも選ばれた弓ヶ浜をはじめヒリゾ浜や石廊崎など名勝地が有名なこの地で、地域の人と協力しながら無農薬、無肥料栽培にチャレンジしている農業家、中村大軌さんが作る大喜米を特集します。新米には新米の美味しさがありますが、お米が一番美味しくなるのは収穫後、一度寒さにさらして味が落ち着いた1月だそうです。伊豆食べる通信1月号の発送時期に、ちょうど美味しくなった大喜米を皆様にお届けします。



次号特集の食材「大喜米」を撮影する  
ワークショップ(稲刈り体験)は開催しました

その他のイベント等はウェブサイト・Facebookにて情報発信します。  
<http://dot-tree.com/izu-taberu>

次号特集

1月8日締め切り

2018年

1月号 | 大喜米

伊豆食べる通信は季刊

情報誌 + 食べもの付き ¥2,980 でお届けします  
(税・送料込み)

お申し込みは伊豆食べる通信ウェブサイトまで

<http://dot-tree.com/izu-taberu>

伊豆食べる通信 Mail: [izu@taberu.me](mailto:izu@taberu.me) Web: <http://dot-tree.com/izu-taberu> Facebook: <http://www.facebook.com/izutaberu>

発行人: 飯倉清太 発行元: NPO サプライズ (静岡県伊豆市修善寺75) ☎ 0558-99-9141 平日のみ9:00~17:00  
写真: 武智一雄、ワークショップ参加者のみなさん 編集・ライター: 小早川泰子、武智一雄、水谷慈、森嶋康代、高橋いづみ、田足井美帆、園屋恵美子、津留崎鎮生 Web サイト: 加藤龍 (株式会社アーティスティックス)  
イラスト: 水田彩生 協力: ひらたけクレソン 印刷: いさぶや印刷工業株式会社 ISABUYA CREATIVE