

特集

# 旅で愉しむ 郷土の味覚 駅弁。



旅先で最初に出会うその地の味覚、  
いわば食文化を詰め込んだ“旅のお供”——「駅弁」。  
多くの駅弁には地元産の食材が使われ、  
地域の特色を表現している。  
その駅弁を訪れた地の風景のなかで味わえば、  
土地の楽しみは一気に深まる。  
地酒や地ビールを組み合わせれば、  
さらに贅沢なひとときになる。  
日本の豊かな食文化を体現した、  
個性的な駅弁を特集する。

長岡駅構内の改札口近くで笑顔で駅弁を販売する「池田屋」の永橋ひかるさん。

※本特集のデータは2014年7月現在のものです。また、商品の価格は消費税込みです。

誰もひとつふたつは、心の駅弁とよべるものがあるのではないだろうか。それは懐かしいふる里のものであったり、楽しかった旅の思い出と結びつき、どこかノスタルジックな側面を持ち合わせている。

お腹を満たすだけでなく、積極的に駅弁と付き合うようになってから、全国の趣向をこらした多種多様な品々に面白味を感じ、心躍らせている。古くから続く変わらない味というのも好きだ。しかしどれかひとつという、生まれ育った岩手県一関の「平泉うにごはん」(1,200円/斎藤松月堂/☎0191-26-3000)が、駅弁記憶の遠いところか



「平泉うにごはん」(一関駅/斎藤松月堂):一関駅は世界文化遺産に登録された平泉の新幹線最寄り駅。斎藤松月堂は、元は和菓子業だったが、明治23年の一関駅開業時に、構内営業の許可を得て売店をはじめた。

ら浮き上がってくる。幼い頃から何度となく食べてきたその味は、家族の顔や上京したときのことを、つい昨日のように呼び起こす。そして自分の駅弁ライフの物差しにもなっているようにも思う。

もともと旅が好きであったが、駅弁を通してみると、いままでより深く、しかも手軽に旅先を知ることができる。たとえ通過するだけ、乗り換えるだけのごくわずかな関わりでしかない駅も、駅弁を食べながら車窓の景色を見てみれば、その地方の特色が結構わかってくる。いわば駅弁は郷土の顔といっている存在だ。

種類の多い大きな駅では自分好みのものを気分を選び、小さな駅では予約をするのもいいし、行き当たりばったりの偶然の出会いも楽しみのひとつだ。駅弁を旅の目的にしたっていい。さて、食べるのは行きか、途中か、帰りか、お土産か。駅弁を通して日本各地をもっと知れたなら、旅はますます楽しくなるに違いない。

### やっぱり駅弁は海の幸!

全国にかにめし、かに寿司はたくさんあるけれど、鳥取駅の「かにめし」

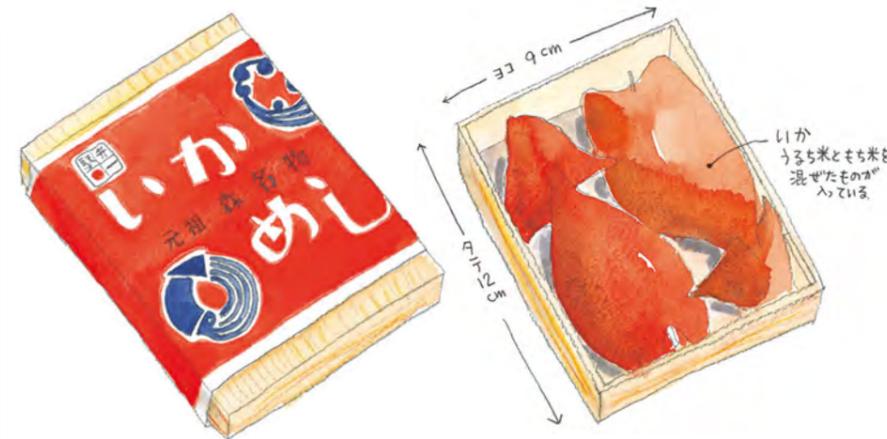


「かにめし」(鳥取駅/アベ鳥取堂):パッケージも中身もカニ、カニ、カニづくし!見た目よし、味よし。箱の裏には鳥取の名所マップが。地元産にこだわった食材はじめ、鳥取愛、日本海愛を感じる。

(1,140円/アベ鳥取堂/☎0857-26-1311)より、かに純度の高い駅弁は他にないだろう。パッケージも具材も、かに100%。ご飯が見えないほどたっぷりのほぐし身と爪までついて豪華な逸品だ。しっとりした身はもちろんのこと、炊き込みご飯にまでうまみが濃い。値段の高い国産のかにから外国産に転向するところもある中、アベ鳥取堂では地元で水揚げされたものにこだわり、醤油などの調味料まで地元産だ。さすがは日本海産というおいしさ。

高知駅の「さば姿寿司」(1,260円/

仕出しのあんどう/☎088-883-1000)がすこぶる豪快だ。鯖寿司、焼き鯖寿司は日本海側の山陰や北陸をはじめとして各地で出されているが、そのほとんどが半身だ。また魚を丸ごと使った駅弁としては、人吉駅や京都駅などに鯖を使ったものがある。しかし、この鯖の姿寿司ときたら、鯖が丸ごと一匹使われているのだから、比べ物にならない迫力だ。仕出しのあんどうは「かつおたたき弁当」(1,100円)という、刺身を駅弁にしてしまうなど、なんともチャレンジ精神のある店。鯖寿司は翌日まで



「いかめし」(森駅/いかめし阿部商店):縦12cm×横9cmのコンパクトな一箱にぶっくりとかわいいイカが並ぶ。うるち米ともち米を混ぜたご飯はもちもち食感で、イカの風味がきている。

もつので、お土産にもいい。ご家族や会社などのお土産にすれば、そのインパクトにひとしきり盛り上がるだろう。

駅弁の枠を越え、全国的に手に入れる機会が多いのが北海道森駅の「いかめし」(580円/いかめし阿部商店/☎01374-2-2256)だ。全国の駅弁大会や催事への出店が多く、わたしが住むまちでも駅ビルのデパ地下物産展に時折登場している。知らずに通りかかっても、煮たイカの良いにおいがフロア中に充満していて、ついつい買いたくなる。実はまだ森駅を訪れたことがな

いのだが、いよいよこの秋行く予定で計画している。駅弁を手がかりに旅をするのも一興だ。

### 肉の駅弁の定番!

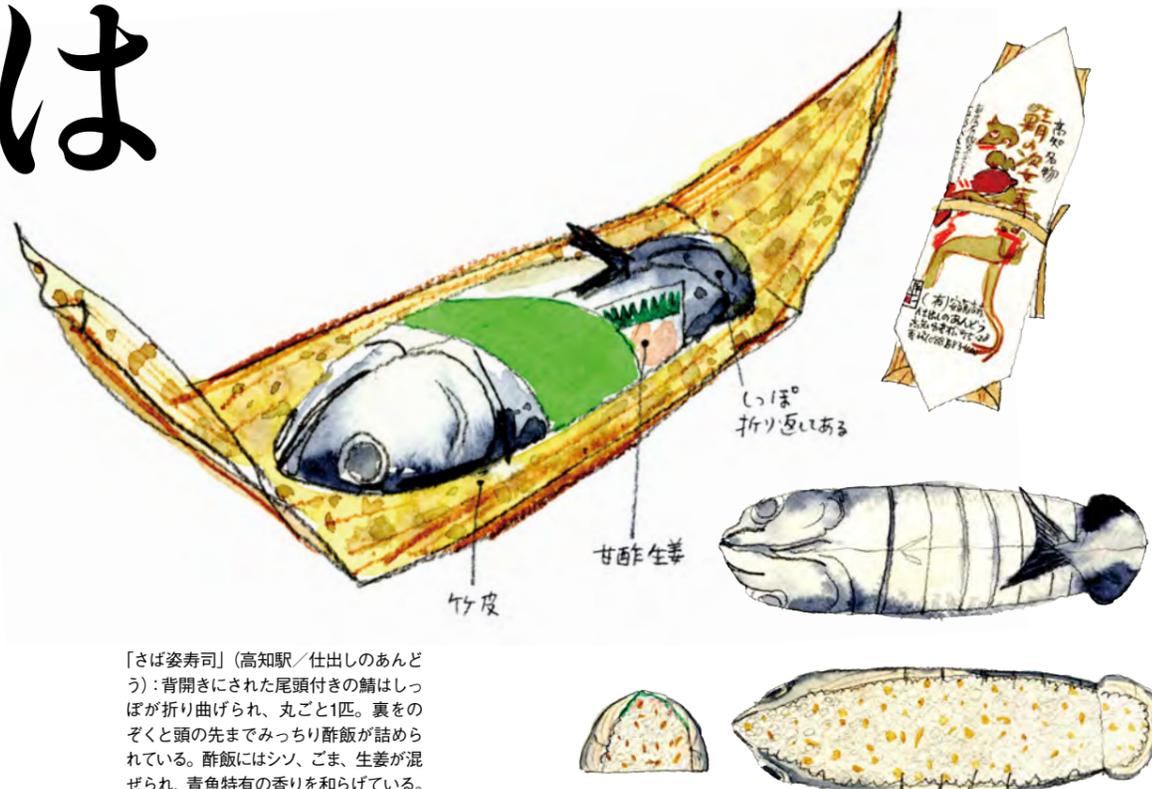
東北の中心地、仙台の名物といえば牛たん。仙台駅は、日本一駅弁の種類が多い駅として、駅弁好きには知られているが、最近は東京駅に猛追されているか。ともあれ豊富に揃う山海の幸のなかでも有名なものは、こばやし「網焼き牛たん弁当」(1,050円/こばやし/☎022-293-1661)。紐を引くと温まる

# 駅弁、それは郷土の顔。

●文とイラスト なかだえり (イラストレーター)



●1974(昭和49)年岩手県一関市生まれ。「駅弁女子〜日本全国旅して食べて」(淡交社/2013年)著者。日本大学生産工学部建築工学科卒、法政大学工学部建築学科修士課程修了。フリーランスでイラスト、執筆、建築設計など多分野で活動中。今年より元スナックをリノベーションした建物をアトリエとして創作活動をしている。建築を学ぶ大学生時代に遊廓建築を見て衝撃を受け、修士論文で研究して以来、全国の遊廓めぐりをライフワークとしている。観光客がない土地や、ローカル線に乗ることが多く、いつしかそこで出会う駅弁の魅力にもひかれるようになった。他の著書に「奇跡の一本松〜大津波をのりこえて」(汐文社/2011年)、「東京さんぽるぼ」(集英社/2010年)などがある。毎日新聞TAP-iにて「駅弁日和」を毎週日曜更新で連載中。



「さば姿寿司」(高知駅/仕出しのあんどう):背開きにされた尾頭付きの鯖はしっぽが折り曲げられ、丸ごと1匹。裏をのぞくと頭の先までみっちり酢飯が詰められている。酢飯にはシソ、ごま、生姜が混ぜられ、青魚特有の香りを和らげている。



「牛たん弁当」(仙台駅/利久):炭火焼の香ばしい肉厚の牛たんは柔らかく、噛むとジュワッと肉汁がしみだす。脇を固めるおかずまでも徹底的に牛たん尽くし。厚焼き玉子、ひじき煮、南蛮味噌にも牛たんが入る。お見事!!

加熱式で、寒い東北にあって心も温まる。そこに加え、2012年に専門店「牛たん駅弁屋」が開店した。駅弁調製元3社と、駅構内の「牛たん通り」に出店する4店舗の弁当を扱っている。小さな店内ながら牛たん弁当だけがずらりと並ぶなんて、なかなか壮観だ。中でも一番高いのが利久の「牛たん弁当」(☎022-214-3255)、お値段1,728円なり！厚切りたんはジューシーでうまいっ。お店で食べるのと同じとっていいくらいだ。

鳥栖駅の「長崎街道焼麦弁当」(930円/中央軒/☎0942-82-3166)は、九州を代表する二つの味が一度に楽しめる秀逸な一折だ。一つ目は焼麦(シャオマイ)、シューマイのことだ。駅弁業界では東の「崎陽軒」、西の「中央軒」と呼ばれている。東京では崎陽軒のシウマイの味に慣れてきたが、負けず劣らずおいしい。もう一つのかしわめしもまた絶品で、有名な同じく九州は折尾駅の東筑軒のかしわめしと甲乙つけがたい。九州では鶏のことをかしわと呼び、各地でかしわめしの駅弁を見かけるが、中央軒は大正2(1913)年、日本で最初に「かしわめし」(700円)を発売した老舗だ。

### 関東の老舗駅弁が！

関東にも地域の特徴を出しつつ種類も豊富に揃える老舗店がある。まずは千葉駅の万葉軒(☎043-224-0666)。こ



「菜の花弁当」(千葉駅/万葉軒): ほのぼのとしたパッケージに、600円とお値段も安く、好感度の高い駅弁。甘い鶏そばとあっさり煎り卵は、子どもから女性やご年配まで幅広い層に向く、千葉駅のパストセラー商品。

こには定番の「とんかつ弁当」(500円)や「焼き肉弁当」(650円)、千葉を感じさせる「菜の花弁当」(600円)など、昨今の駅弁業界では、あまりお目にかかれぬ低価格商品がある。これなら青春18きっぷで旅する若者にも安心して買えるだろう。

鉄板ともいえるのは、横浜駅の崎陽軒の「シウマイ弁当」(770円/☎0120-882-380)。昭和29年の発売(シウマイは昭和3年発売)以来変わらぬレシピで、神奈川の県民食ともいえる。崎陽軒は一般向けに工場見学を行なっていて、これに参加してお勉強すると、よりシウマイが好きになる。賞味期限を守るため西限は八王子市、東限は千葉市、北限は大宮市と教わった。売り上げナン

バーワン駅弁は、意外に関東ローカルだった。

大船駅の「鯨の押寿司」(960円/大船軒/☎0120-014-541)は大正2年から続く味。酢がしっかりと効いているあたりが、冷蔵庫がない時代から続く証なのだと思う。それが大船駅前にある本社内の「茶のみ処 大船軒」で食べられる、できたてが一味違う。ほの温かきの残る酢飯はホロッと口の中でほどけ、鯨もしっとりとしていて、駅弁のそれよりずっとおいしい。そして近代建築の洋館の建物がまた素晴らしく、一見の価値ありだ。

これら万葉軒、崎陽軒、大船軒などの「軒」は、駅の軒を借りるという意味で、駅の構内営業であることを表している。



「トロッコ弁当」(神戸駅/レストラン清流): 「わ鐵」の愛称で親しまれるローカル線。4月から11月まで、主に土日祝の一日1往復のみ運行。4両の客車は、先頭と最後尾が元JRの窓ガラス付き普通車両で、中の2両が元京王電車を改造したトロッコ車両。

### 楽しみは駅弁以外にも！

特別な列車を目的にした旅では、駅弁に限られていて、あまり期待できない場合もある。しかし、奇をてらわずオーソドックスというか、地味というか、でもきちんとおいしかったのは、わたらせ渓谷鐵道の「トロッコ弁当」(930円/レストラン清流/☎0277-97-3681)。予約しておくと、週末を中心に運行するトロッコ列車「わたらせ渓谷号」の車内か神戸駅で受け取れる。群馬名物の舞茸の天ぷらやおこわ、山菜や煮物が入る。レトロな列車にも、風景にも感動するが、それを盛り上げてくれるのがきちんとおいしい駅弁だ。

駅弁売りが美人ならば、郷土の顔としての役割も華やかだ。ギャル!? な駅弁娘がいるとの噂を聞いて行ってみたのは新潟の長岡駅。上り(東京方面)ホームの中ほどの売店にいたのは、クルルンとした茶髪の巻き髪がかわいい池田屋の娘、永橋ひかるちゃん。お名前どおりキラキラ輝いている。しかし見た目とは逆に、これまで開発した10作の新作駅弁は、どれも温故知新の精神を大事にしたもの。わたしが好きな「越後長岡喜作辨當」(1,050円/☎0258-33-2430)は、「茶色いお弁当っておいし

### なかだえり選 これもおいしい！日本全国の駅弁

北海道	稚内駅	うに重	うに弁当の中でもかなりのおいしさを誇る。炊き込みご飯にもうが入った贅沢な一品。1,230円。	稚内駅立売商会 ☎0166-31-1655
	小樽駅	おたる「海の輝き」	イクラ、とびこが輝くように敷き詰められ、海の食感が口の中ではじける。1,350円。	小樽駅構内立売商会 ☎0134-23-5281
東北	大館駅	鶏めし弁当	戦後から続く鶏飯の代表格。甘めのご飯と煮た鶏肉の相性抜群。見た目もきれい。880円。	花善 ☎0186-43-0870
	米沢駅	米沢牛牛肉弁当	米沢牛を使った駅弁はここだけ。他に「米沢牛炭火焼特上カルビ弁当」や「米沢牛焼肉重松川弁当」など。1,250円。	松川弁当店 ☎0238-29-0141
	会津若松駅	会津蔵出弁当	棒鱈や地鶏を貴重なタンパク源とした郷土料理は、雪に閉ざされる盆地特有の食文化。会津塗の弁当箱。1,200円。	ウェルネス伯耆郡山支店 ☎024-961-8940
信越	新津駅	柳がれい寿司	新潟県北の岩船漁港で水揚げされた柳がれいの素揚げが美味な新商品。1,250円。	新発田三新軒 ☎0250-21-6220
	新津駅	のとぐるとサーモンといくらのお弁当	サーモンとイクラに加え、日本海特産の高級魚のどぐろが味わえる贅沢な一品(10~4月限定)。1,530円。	神尾商事 神尾弁当部 ☎0250-22-5511
	直江津駅	甘海老天丼	珍しい天ぷらがメインの駅弁。天つゆをかければ、冷めていてもおいしくいただける。1,050円。	ホテルハイマート ☎025-543-3151
関東・東海	熊谷駅	SLべんとう	秩父鐵道のSL「ハレオクスプレス」で、赤いウィナーなど子どもの頃を思い出す幕の内。800円。	立石食品弁当センター ☎048-521-2218
	東京駅	東京弁当	東京の名だたる老舗の味が一堂に集結した贅沢駅弁。浅草今半、魚久、すし玉青木など…。1,650円。	日本レストランエンタプライズ ☎03-3213-4352
	上野駅	オムライス&かにクリームコロッケ弁当	老舗洋食店の代名詞的メニュー。とろーりオムライスは、映画「タンポポ」で一躍有名に。1,234円。	たいめいけん ☎03-3752-3188
	静岡駅	サンドイッチ	明治33年に発売されたサンドイッチ駅弁の草分け。ハムと玉子の2種が入る。320円〜。	東海軒 ☎054-287-5171
近畿	阪阪駅	元祖特撰牛肉弁当	牛肉の産地ならではの質の高い肉の味。ぶどう酒(赤ワイン)などの工夫で柔らかい。1,350円。	あらゆ ☎0598-21-4350
	大阪駅	元祖たこむす	おむすびにたこ焼きをのせた炭水化物コラボは新食感。B級と思いきやとてもおいしい！699円。	あじみ屋 ☎0120-41-3000
	和歌山駅	小鯛雀寿司	食感が良いにぎり寿司タイプの小鯛。上品な味わい。姉妹品の「めはり寿司」も。1,080円〜。	和歌山水了軒 ☎034-475-6150
	西明石駅	ひっぱりだこ飯	明石のたこが、まるごと1本分。根本から足先までふりふりで柔らかい。お土産にも最適。1,000円。	淡路屋 ☎078-431-1682
中国	松江駅	島根牛みそ玉丼	奥出雲の自然醸造にこだわった味噌を使用した珍しい味噌風味の牛丼。半熟玉子をくずしながら。990円。	一文字家 ☎0852-22-3755
	宮島口駅	あなごめし	行列ができる人気店では、アツアツ弁当が手渡されることも。今まで食べた中で一番おいしかった。1,728円〜。	うへの ☎0829-56-0006
九州	有田駅	有田焼カレー	味も器も大人気。食べ終わった後の容器は、自宅で使う度、旅が思い出される。1,100円〜。	創キャラーおた ☎0955-42-4275
	人吉駅	鮎すし	鮎が2匹横たわっている。明治44年の創業以来の姿寿司は、身がツツとまって、川魚の風味が広がる。1,100円。	人吉駅弁やまぐち ☎0966-22-5235
	折尾駅	かしわめし	かしわめしの代表格。鶏出汁で炊いたご飯の上に、甘めの鶏そば、刻み海苔、錦糸卵の3色が美しい。だれもが好きな味。670円〜。	東筑軒 ☎093-601-2345

いでしょ」と、華やかさよりもあえて昔からの素朴さで勝負している。「ご先祖様がこの地でしてきたことをきち



長岡駅(池田屋): 信越線と上越新幹線の乗り換えの短い時間にテキパキと販売するひかるちゃん。常連さんは好みも覚えスムーズに手渡す。売店のある上り列車については、車両編成も時間も全て暗記。「鉄ちゃんに負けないデータベースよ！」と自信の笑顔。

んと続けたい。新潟で一番小さい駅弁屋だから、身の丈にあった堅実な仕事をしたい」。しっかりしたコメントに驚き、感心しきりの出会いとなった。

鉄道の発展とともに歩んできた駅弁は、創業100年を超えるところも少なくない。日本の文化や地方の個性が薄れゆく昨今にあって、駅弁はまだまだ地方色を発揮している。その土地でしかとれない食材を、その土地に古くから伝わる調理法で最大限に魅力を引き出す。旬のものが加わればまた味わい深い。小さな箱に丹誠込めた料理を詰め込むなんて、日本人ならではの繊細な感性だ。日本全国、食べて食べて食べつくそう。



「長崎街道焼麦弁当」(鳥栖駅/中央軒): 昔、長崎本線の始発駅である鳥栖駅で、昭和31年に「焼麦(シャオマイ)」として発売された。無農薬のエサだけで育てたSPF豚に、吟味した玉葱を使用。この焼麦のみの駅弁もある。

米沢牛を贅沢に味わいつくす

## 米沢 松川弁当店

夏の暑さと冬の豪雪で知られる山形県米沢市。盆地特有の寒暖差は人間に厳しい一方で、最上川の澄んだ水や空気とともに豊かな「食」を育み提供してくれる。さくらんぼやりんごをはじめとした果物、米、そして日本三大和牛の一つの米沢牛はその代表である。

「こちらでは二毛作はしません。田も畑も冬は雪をかぶって寝ていますから土が元気です。駅弁に求められるのはご当地らしさなので、できるだけ地元のものを使っていきたいと思っています」と語るのは「松川弁当店」の7代目社長、林真人さん。創業は1899（明治32）年で、奥羽本線の米沢駅開業と同時に駅構内の立ち売り業からスタート。当初



「松川弁当店」の林真人社長。父親から家業を継ぎ、立ち売りや車内販売など5年間の修業を経て27歳で社長に就任。48歳の現在は、米沢で炭火焼肉店やラーメン店なども経営している。

は郷土料理の鯉弁当や菓子などを販売していた。駅弁に米沢牛を取り入れたのは1959（昭和34）年の「すきやき弁当」が最初。現在は8種類の米沢牛駅弁をはじめ、三十数種の駅弁を扱っている。

その松川弁当店の一番人気が「米沢牛炭火焼特上カルビ弁当」。調理場ではブロックの生肉を職人が1枚1枚丁寧に手切りし、炭火で焼いていく。それ



「米沢牛炭火焼特上カルビ弁当」の肉はブロックで仕入れたものをばらし、さしの状態を見ながら職人が1枚1枚手切りする。



「米沢牛炭火焼特上カルビ弁当」の盛りつけ。13人の従業員が一列に並んで流れ作業で盛りつけていく。

をご飯が見えないようにきっちり6枚敷き詰め、タレを回しかける。付け合わせのおかずは牛脂を使ったシューマイとナムル、煮玉子だ。ご飯は地元産の「はえぬき」や「つや姫」が中心で、冷めてもふっくらおいしいように加水の時間や量を細かく調整している。

「季節によって気温も湿度も違いますし、仕入れる肉や米の状態も微妙に変わります。それをできる限り毎日同じ味で提供するのが本当に難しいですね。人間はとくにおいしいものの記憶は残るので、再び食べたときにガッカリさせてしまうことがないようになくては」と林社長は言う。特上カルビ



人気の「米沢牛炭火焼特上カルビ弁当」1,600円。「平成25年度やまがたふるさと食品コンクール」の調理・惣菜加工部門で優秀賞、JR東日本「駅弁味の陣2013」で味覚賞を受賞。

●松川弁当店  
山形県米沢市アルカディア  
1-808-20 / ☎ 0238-29-0141 / 販売場所：米沢駅

は囃むとジュワッと肉汁と香ばしさが口中に広がり、まさに掛け紙に描かれた七輪の炭火焼きのイメージの味。米

沢では焼き肉やすき焼きのタレの隠し味に味噌を使うのが一般的だそうで、肉の味がまろやかなのはそのためだろう。その特製ダレがご飯にも少ししみて、肉にもご飯にも合う。ボリュームがあり、これで1,600円はお得。

米沢牛を使った駅弁はほかに、手頃な価格の「米澤牛牛肉辨當」（1,250円）や「復刻版米沢牛肉すきやき弁当」（1,100円）、より贅沢に楽しめる予約制の「米澤牛肉物語ステーキ三昧」（3,500円）などがある。品評会で仕入れた優秀牛や優良牛を使った企画もあるそうで、機会があればぜひ賞味してはいかがだろう。



「米澤牛牛肉辨當」1,250円。米沢牛を秘伝のタレでじっくり煮込み、味を染み込ませている。



松川弁当店では焼き肉も料理人の手でこなす。「手間暇をかけることでおいしさにこだわっています」とのこと。

「生産者の方たちが作った肉や米や野菜を預かって、それを駅弁として全国にお届けするのが私たちの仕事。駅弁が一つのきっかけになって、今度は実際に米沢に行って、おいしいものを食べたり温泉に入ったりしたいと思っていただけならうれしいですね」と林社長。

近年は駅弁フェアなどで手軽に各地の駅弁が買えるが、だからこそ食材の産地を肌で感じ、地元の人たちと触れ合うことは何より贅沢な調味料かもしれない。米沢から東京までは新幹線で2時間強。車窓に流れる木々の深い緑は気持ちも和らげてくれる。

### 歴史と郷土の味を詰めた駅弁

#### 郡山 ウェルネス伯養軒 郡山支店

旅館を経営していた「伯養軒」が仙台駅で駅弁販売を開始したのは1890

（明治23）年。その後、盛岡や青森、郡山、さらに山形、秋田と東北の主要駅に販路を拡大し、2005年からは「ウェルネス伯養軒」として駅弁販売を行なっている。郡山と福島、会津若松の3駅を受け持っている郡山支店を訪ねた。

徹底した衛生管理のもと、調理場で盛りつけていたのは「会津蔵出弁当」。まず目を引くのが2段重ねの会津塗の弁当箱だ。黒く光る上品な艶に高級感が漂う。「駅弁はやはり地方色が大事。会津塗はわかりやすいので、お客様にも好評です。老舗の小野寺漆器店さんにご協力をいただいて、職人さんに塗ってもらっています」と教えてくれたのは、郡山支店の五十嵐陽支店長。食べ終わったら、家庭で弁当箱や食材入れ、小物入れとして再利用する方も多いそうだ。

こだわりは容器だけではない。一の重には名物の棒鱈の甘露煮や地元産きやらぶきの佃煮、細竹やごぼうの煮物、鮭の照り焼きのほか、餡玉とねじり棒の駄菓子など。そして、二の重は山菜栗めし。ご飯は秘伝の醤油ダレを地元産の米に混ぜて炊いている。寒暖差が大きい盆地の米はコシが強いので、冷めてもパサパサせず、お弁当にぴったりである。「会津や喜多方は蔵が多い



「会津蔵出弁当」1,200円。会津塗の容器に昔ながらの保存食を中心に詰めている。冬は雪に閉ざされる会津の人たちにとって、棒鱈や地鶏は貴重なたんばく源だった。

# 肉と米と 大地の恵み。 東北の駅弁。

山々と深い緑、澄んだ空気に包まれた東北内陸部。肥沃な大地は質の高い農作物や家畜を育て、私たちに豊かな食の恵みをもたらしてくれる。山形と福島にある老舗駅弁店は、いずれも郷土色を前面に出した駅弁が人気。駅弁店を訪ね、人気の理由を探った。



「会津蔵出弁当」のご飯は、会津や磐梯山から山菜をイメージする人が多いため、一年を通して山菜栗めし。

町。昔は蔵で食べ物を保存していたので、この地方の伝統的な保存食をおかずにして詰めています」とのこと。蔵をイメージした会津塗の弁当箱に、おいしい保存食が詰まっているというわけだ。

福島名物の伊達鶏を使った「伊達鶏ゆず味噌焼き弁当」も人気。福島盆地の中央に位置する信夫山はかつてゆずが採れる最北の地だったことから“北限のゆず”とうたわれたそうで、その信夫山のゆずを混ぜた味噌を伊達鶏に塗って焼き上げている。さらに、そばろと錦糸卵も散らした鶏づくし。伊達鶏のゆず味噌焼きはゆずの香りが爽やかで、軟らかな肉質は口当たりが良くおいしい。

ユニークなネーミングの「会津のおばあちゃん」弁当は、ニシンの天ぷらや田楽味噌をつけた鮭の切り身、馬肉のごぼう煮、山菜など郷土料理を詰めた懐石風駅弁。東日本大震災の影響で



「ウェルネス伯養軒」郡山支店の五十嵐陽支店長。来年の「ふくしまステーションキャンペーン」に向け、現在新しい駅弁を考案中。



彩りもきれいな「伊達鶏ゆず味噌焼き弁当」900円。福島名物の伊達鶏をゆず味噌で焼き上げている。

「会津のおばあちゃん」弁当1,100円。田舎のおばあちゃんがつくれる家庭料理をイメージ。おいしくて体にいいものが少しずつ入っているのがうれしい。



●ウェルネス伯養軒郡山支店  
福島県郡山市富田町字諏訪前8-1/  
☎ 024-961-8940 / 販売場所: 郡山駅、福島駅、会津若松駅

食材の安定供給が難しいため、すべてが地元産ではないが、里山の家庭料理をイメージしている。もともと「伯養軒」の従業員のお婆さんが考案したもので、この名前が付けられたそう。小分けの器もデザインが凝っていて、見た目の華やかさと素朴で懐かしい味わいの両方が楽しめる駅弁である。

昔ながらの味と歴史を大事にしている同店。客の中には「伯養軒の名前を見て、集団就職で東京に出るときに食べた駅弁を思い出して、また買ってみたい」と言う方もいるそうで、老舗

ならではのエピソードだ。日本には古くから「身土不二」という言葉がある。人の体は生まれ育った風土と切り離すことはできず、その土地のものを食べると健康になるという考えだ。懐かしい思い出と重なれば味わいも格別だろう。駅弁はそんな郷土の味がぎゅーと詰まっていて、スピード化や情報化の現代において、味覚で地方を体感できる貴重な存在だとあらためて感じる。

# 米どころ酒どころ。 海の幸も贅沢な 新潟の駅弁。



米どころで、酒どころ。  
日本海の幸も豊富な新潟は、駅弁の調製元がとくに多い地域。駅弁好きにとっても“お気に入り”が多くある地のひとつだろう。のんびりと地酒を飲みながらおかずをつまみ、おいしい地元米でしめる。そんな舌にも心にも贅沢な新潟の駅弁をめぐった。



ホテルハイマートの「磯の漁火」1,250円。2段重ねの1段目には海の幸、もう1段にはおにぎり。日本酒のお供に最適だ。まさに新潟を体現した駅弁の代表である。

パッケージや盛り付けにも新鮮な驚き

## 新津 新発田三新軒

古くから“鉄道の町”と言われ、今もSLばんえつ物語号が走る新津駅前です。駅弁を作っている「新発田三新軒」。1955（昭和30）年に「三新軒」から独立し、駅弁激戦区の新潟駅で多くのヒット商品を販売している。「三新軒」はもともと新潟、新津、新発田に店舗があり、3つの地名の「新」をとったのが社名の由来だ。その「新発田三新軒」が全国的に知られるようになったきっかけが「まさかいくらなんでも寿司」。人気の海鮮4品を寿司飯が隠れるまでたっぷり乗せた駅弁である。

「自分が旅行するならどんな弁当が



斬新なアイデアでヒット商品を生み出す新発田三新軒の伊田研一社長。明るくて愉快な人柄であり、ネーミングもパッケージも遊び心がたっぷり。

あったら楽しいかという発想で作りました」と代表取締役の伊田研一さん。お客目線で考案した「まさか——」は売れ、2006～2007年のJR東日本「大人の休日倶楽部」のCMで大ヒット。吉永小百合がテレビやポスターで食べていたのがこの弁当なのだ。ちなみにユニークなネーミングは、食材のマス、サケ、カニの頭の1字をとり、あとはイクラを足して語呂合わせで決めたそうで「おやじギャグが好きなんですよ」と笑う。

2000年の発売以来ずっと同社の売り上げトップだったが、昨年それを上回る人気になっているのが「えび千両ちらし」。ふたを開けると全面を覆う玉子焼きにまず驚かされる。そして、箸で玉子をめくって思わずニンマリ。うなぎやこはだなど寿司ネタが隠れているのだ。そんな遊び心とおいしさに思わず箸が進む。食材はさまざまな地域から取り寄せているが、新潟や日本海がイメージできるものを意識しているという。一方、今年4月に発売した「華やぎ弁当」は県北の岩船漁港で水揚げされた柳ガレイや佐渡沖で獲れたイカのでんぶら、



「えび千両ちらし」1,300円。厚焼き玉子の下には蒲焼きのたれに仕込んだうなぎ、薄切りメのこはだ、蒸し海老、一夜干しの塩いか。パッケージの絵は伊田社長作。



越後もち豚のロース肉の味噌漬けなど、地元産食材にこだわった駅弁だ。

さらに、個性的なパッケージも目を引く。「佐渡 朱鷺めき弁当」は観音開きの扉の部分が翼の形に切り抜かれ、朱鷺の両翼に中身が包まれているデザイン。「えび千両ちらし」はネタの海産物を描いた水彩画がハガキになって



新発田三新軒の「まさかいくらなんでも寿司」は伊田社長が入社して最初に作った駅弁。ます、さけ、かに、イクラの海の人気食材がたっぷり入って1,100円。

●新発田三新軒  
新潟市秋葉区新津本町1-2-43  
☎0250-21-6220 / 販売場所:新潟駅



彩りもきれいなネタを丁寧に盛りつけていく。寿司飯とネタの間にはとろろ昆布が敷かれている。



新発田三新軒の「湊街にいがた 華やぎ弁当」1,180円。旧新潟税関庁舎の水彩画は本誌前記事でイラストと文章を担当したなかだえりさん。



新発田三新軒「佐渡 朱鷺めき弁当」は朱鷺の翼に抱かれたようなデザインで、箸袋も羽ばたく朱鷺をイメージ。上越新幹線「あさひ」が「とき」に改称された際に考案。1,080円。

いて、旅の思い出を綴って投函できる仕掛けだ。「駅弁がお弁当屋さんやコンビニ弁当と最も差別化できるのはパッケージとネーミング。真面目にやれば芸術的になるし、遊べば楽しめる。知恵を絞って楽しんでいます」と伊田社長。ただ「えび千両ちらし」のハガキはそもそも弁当の宣伝を兼ねたアイデア。食べた感想を書いて同社にたくさん送ってきてくれるのは想定外だったが、社長はその都度お礼の手紙を出してい

るといふ。駅弁がつながる素敵な交流、それもまた楽しい旅の思い出である。

### 地元に喜んでもらえる弁当作り

## 長岡 池田屋

上越新幹線長岡駅の上りホーム。ビジネスマンが店員と気軽に言葉を交わしながら駅弁を買い求めていく。販売しているのは、1887（明治20）年創業の「池田屋」。ホームと改札口近くのコン

コースに売り場を持っていて、コンコースの方は地元の人が仕事や買い物帰りに立ち寄っていく。

ここ「池田屋」の人気商品の一つが「越後長岡 喜作辨當」。創業120周年とJR開業20周年を記念して7年前に作った商品だ。天然の竹籠入り弁当で、創業当時の店構えを版画にした掛け紙。「喜作」は初代当主の名前という。女性や年配層を主な購入者に想定していた



郷愁をそそる天然の竹籠に入る「越後長岡 喜作辨當」。地元産野菜をはじめとした食材を少しずつ丁寧に詰めていく。長岡がぐらなんばんを練り込んだ鶏団子は絶品。小腹がすいた時にもお勧めだ。

が、意外にもビジネスマンにも好評とか。スピード化の現代において、弁当のレトロな雰囲気はどこかほっとできるからかもしれない。考案したのは広報・販売企画の永橋ひかるさん。

「よそのお弁当に比べると派手さはないですが、毎日食べても飽きない地



池田屋の「越後長岡 喜作辨當」1,050円。油揚げとぜんまいの炊き合わせや、なすの味噌漬は濃いめの味付けで酒にも合う。ご飯は長岡産コシヒカリで、ひと口サイズの笹団子もデザートにうれしい。掛け紙には初代・永橋喜作氏が創業した当時の店構えが描かれている。

●池田屋  
新潟県長岡市今朝白3-13-14/  
☎0258-33-2430 / 販売場所:長岡駅、池田屋本社



にしんとかずのこ、さけとイクラというダブル親子を駅弁に詰めた池田屋の定番「にしんかずのこさけいくら」1,100円。



今年4月から池田屋で販売している「きょうまく花ひらく」1,200円。食材も掛け紙も縁起の良いものにこだわった。

元のおいしいものばかりです。煮付けとか味噌漬けとか、茶色いお弁当っておいしいと思いませんか？」の話に思わず納得。長岡かぐらなんばんを練り込んだ鶏団子や、なすの味噌漬け、一口サイズの笹団子など素朴で味わい深いものばかりである。永橋さん自身も食べることや料理が大好きで、旅行先では必ず地元の人においしい店を尋ねて食べ歩くという。それが新商品開発のヒントにもなっているようだ。

そんな永橋さんが「お弁当で誰かの役に立ちたい」と考えたのが「きょうまく花ひらく」。掛け紙には縁起が良いと言われる左馬のかわいいイラストが描かれている。幼なじみが経営する老舗豆腐店の長岡黒稲荷を花びら型にして酢飯を詰めるなど、地元の食材や食品、縁起担ぎにこだわった。「伝統や古いものの良さを大事にしたいですね。経営の規模は小さいですが、当社は地元で育てていただいた店。旅行のお客様だけでなく地元の人に喜んでいただけるものを作りたい」と、弁当に感謝の気持ちを詰めることも忘れない。



池田屋の広報・販売担当、永橋ひかるさん。食べることが大好きで気さくな人柄。アパレル勤務時代のセンスや接客術は駅弁の開発や販売にもしっかり生かされている。

そんな「池田屋」には、代々の口伝もあるという。「甘い、辛い、酸っぱい、しょっぱいのバランスがとれていることと、量は多過ぎず腹八分目程度にすること。ご旅行中のお客様が別の名物を見つけて食べたくなったときに、お腹が一杯ではいけないということからのようです」。自社のお弁当だけでなく、長岡の町を心ゆくまで味わってほしいという郷土愛が伝わってくる。

### 酒の肴にぴったりの駅弁

#### 直江津 ホテルハイマート

かつて旅人は、駅前にある旅館に頼んで弁当を作ってもらっていたという。

信越本線と北陸本線が乗り入れるJR直江津駅。その駅前に建つ「ホテルハイマート」は1901（明治34）年に「旅館山崎屋支店」として創業した老舗。昔は農閑期に東京などへ出稼ぎに行く人々も利用していたそうで、交通の起点である直江津で、いまでも駅弁販売の伝統を守っている。JR東日本主催「駅弁味の陣2012」で大將軍を受賞した「鱈めし」と、同じく「駅弁味の陣2013」で副將軍と郷土賞をダブル受賞した「磯の漁火」は、この名物駅弁である。

ホテルの料飲部とは別に「弁当部」が組織され、調理場の一角で朝5時からご飯の炊き込みが始まる。「磯の漁火」のおにぎりは一つ一つ手作りだ。「ご



「磯の漁火」のおにぎりの具はサケと梅干し。海苔の上にご飯を置いてから三角形に整えていくのは、海苔が破れないための工夫だ。



酒好きには理想的な駅弁、ホテルハイマートの「磯の漁火」1,250円。豪華2段重ねで、サザエやイカなど日本海の幸が詰まっている。もずくのコリコリとした歯応えは天然ものならではの。

●ホテルハイマート  
新潟県上越市中央1-2-3 / ☎  
025-543-3151 / 販売場所:  
直江津駅



「鱈めし」に入れる焼きたらの子は、中心部分は生なので食感の違いが楽しめる。棒鱈の甘露煮、たらの子と鱈づくし。

飯が熱々でないと冷めたときにおいしくないから」と、女性スタッフが炊きたての上越産コシヒカリを握っていく。ご飯の量も握り具合も塩加減も勘だそうだが、慣れるまでに3年かかるという熟練の技。辺りに漂う海苔の良い香りもたまらない。おかずはさざえや一夜干しするめ、昆布巻きなど新潟や富山沖の日本海の産物が中心だ。

大きな鍋で煮込んでいるのは「鱈めし」用の棒鱈の甘露煮。粗く編んだ竹籠に入れてやぐらに漬けるのは、身が崩れたり焦げたりしないための工夫という。鱈は最初に真水で2日間かけ戻してから2時間水煮し、味を付けて3時間煮込むという手のかけよう。どの料理

をとっても、かかる手間も原価も半端ではなさそうだが……。

「新しいお弁当を考えるのは遊び感覚です。原価ありきで考えたらそれ以上のものはできないし、私たちは大手がやらないことを考えるしかない。取り組むなら本気で面白がらなきゃ」と語るのは4代目社長の山崎邦夫さん。「鱈めし」は棒鱈の甘露煮のほか、焼きたらこや鱈の親子煮と全国でも珍しい「鱈づくし」である。現場主義の山崎社長は食材の仕入れにも毎朝行く。新鮮な食材を自身の目で確かめるのはもちろん、近隣の同業関係者が集まる市場で新鮮な情報も仕入れるためだという。そして、新商品は社長自らアイデアを出し、

ホテルハイマートの4代目社長、山崎邦夫さん。日常のさまざまな場面から弁当作りのヒントを得、主婦でもある女性弁当部員たちの仕事に厚い信頼を寄せている。



ホテルハイマートの「鱈めし」1,200円。地元・上越市で醸される日本酒「雪中梅」との相性も良い。



「鱈めし」用の棒鱈の甘露煮。仕上げは竹のざるを豪快に動かしながら魚に照りを出す。身に弾力があり、味は見た目ほど濃くはなく美味。



「甘海老天井」1,050円は要予約。普通は刺身など生で食べる甘海老を天ぷらにしたのも山崎社長のアイデア。

弁当部員と相談して決めていくそうだ。

さらに「自分もお酒が好きですから、酒飲みのお弁当を考えちゃいます」と笑う。確かにおかずは酒の肴によく合い、シメのご飯はそれだけで食べられるようにおむすびや昆布出して炊き込んだ味付きご飯になっている。まさに米どころ、酒どころを反映した駅弁と言えるだろう。手間暇を惜しまない手作り感と確かなおいしさが郷愁を誘い、また食べたくなる味である。