文大生がつくる地域の広報誌

つるらっく

TAKE
FREE

vol.1 ／2025.12

新入生特集

「つるを歩く」

都留文科大学 地域交流研究センター つるぶん編集部

『つるらっく』ってどんな冊子？

富士山からもたらされる恵み豊かな水のまち。
交通の要所としての歴史を感じられるまち。
志やこだわりをもつ人びとが集うまち。
ご縁があって、私たちは都留にやってきました。

朝の空気がおいしいこと。
ご近所さんに声をかけてもらえること。
夜空の星がきれいに見えること。
せわしない日々のなかでも、
ふとした瞬間に、ささやかな発見があります。

そのあざやかさは、しだいにかすんでいってしまうから、
一つひとつを言葉に残したい。

だれでも手に取れる形にすることで、
私たちをやさしく迎え入れてくれている地域のかたに、
感謝の気持ちをお届けできるように。
訪れたことのないかたにも、
都留を身近に感じてもらえるように。

みなさんの生活に
いろどりを添えられることを目指して、
『つるらっく』を創刊します。

つるぶん編集部

つるらっく

創刊号／目次

新入生特集

「つるを歩く」

06　小道をたどって

08　ちいさな幸せ、みいつけた

10　谷村をたんさく

12　連載　つるへんポスト

13　心安らぐコーヒー時間

16　連載　とことこ、ひとこま

18　福を巡る

22　都留の町中華

24　光に誘われる虫たち

『つるらっく』とは

都留文科大学の在学生のうち、およそ 9 割は県外出身者であることから、多くの学生が都留市内で一人暮らしをしています。全国から集まった学生のさまざまな視点や価値観を通して、大学周辺地域の様子を記録したいという思いから本誌は生まれました。

『つるらっく』の由来

本誌を制作する「つるぶん編集部」の「つる」と、「進行や発展を追っていく」という意味をもつ「track」を組み合わせて名付けました。これから、多くの方がたに覚えていただけたら嬉しいです。

新入生特集

「つるを歩く」

都留に来て数ヶ月。初めての夏がやってきました。
4年間過ごすまちをもっと知りたくて、
気の向くままに足を伸ばしてみます。

小道をたどって

都留には細い道が多い。車通りの多い太い道路を一本外れるだけで、もう車の音は聞こえない。代わりに聞こえてくるのは水が水路を流れる音や虫の鳴き声だ。ほかにはどんな発見があるのだろう。大通りではなく、小道をのんびり歩くことにした。

上谷（かみや）にある踏切。両脇には民家が並んでいる（2025 年 6 月 21 日）

踏切との出会い

都留に来てはや1か月。大学生活には慣れてきたものの、やはり新しい場所での一人暮らしに心細さを感じる。地元では、いよいよ始まる田植えに向けて、田んぼに水が張られる時季だろう。空を映し出した田んぼが一面に広がる景色を思い出し、地元が恋しくなる。都留ではまだ大学やスーパーなど、必要最低限の範囲にしか行ったことがない。このまちには他にどのような場所があるのだろうか。とりあえず歩いてみよう。大学近くにある自宅から、まだ行ったことのない谷村町（やむらまち）駅のほうへ足を向ける。

富士みちを一本奥に入った、桂川にほど近い道を進むと、踏切が目に入る。その瞬間、なぜか安堵のような感情が込みあげる。初めて見た場所なのにどうしてだろう。周りに学生の姿はなく、ひっそりとしている。遮断機とその横にある踏切注意柵の周りには、青々とした草が茂っている。柵はさびていて、所どころ塗装がはがれていた。やわらかい風が吹き、近くの木や草がわさわさと揺れる。

立ち止まって眺めていると、なぜこの場所がこんなに落ち着くのか、なんとなく理由が分かった。長い間立っていたであろう踏切にぬくもりを感じ、新しい生活で浮足立っていた私を受け止めてくれるような気がしたのだ。ここにある小道と踏切は、都留の人たちを見守ってきたのかもしれない。

同時に、小道に沿って並んでいる民家を見ていると、ここにずっと住み続ける方がたがいることに気づく。私が地元を想うように、都留も、誰かにとっての大切な場所なのだろう。そう思うと、都留のことを私も知りたいという気持ちが強くなっていく。

水路と街灯

7月上旬、午前中の授業を終え、今日も谷村方面へ散歩に出かける。外は日差しが強く、暑い。汗をぬぐって顔を上げると、山の向こう

の空に、入道雲がもくもくと膨らんでいるのが見えた。まるでこちらに迫ってきているかのようだ。夏が来たのだと実感する。

住宅街を歩いていると、足元からザーという水音が聞こえてくる。下を向くと、側溝に水が流れていた。都留には水路がはりめぐらされているようで、水の流れる音をよく聞く。歩みを進めると、ザーという音は遠ざかっていき、今度はちょろちょろという音がする。どこからだろうと探してみると、民家の前や横を通る細い水路からだった。水路をのぞいてみると水は透明で、太陽の光を反射してきらきらと光っていた。地元では、水路は田んぼの周りをよく流れている。都留のように家の目の前やすぐ横を通っているのはあまり見かけないので、珍しく思う。都留に暮らす人たちにとって、水路は生活の一部なのかもしれない。

木製の街灯。夜になると暗い道をぱっと照らしてくれる（2025 年 10 月 28 日）

普門寺の近くでは、街灯を見つけた。よく見かける金属製ではなく、木の柱にライトがくくり付けられている街灯だ。柱は若い杉の木のような太さで、近づいてみると、風化によってなのか、まだらに黒ずんでいる。この小道は街灯が少なく夜は暗いため、歩くのは少し怖い。誰かが道を照らすために作ってくれたのだろうか。夜道でも、この街灯が光ってくれていると歩く人たちも心強いだろう。

季節の移ろい

夏休み終盤の9月下旬、久しぶりにいつもの小道を散歩する。お昼過ぎでも、まったく暑くない。空には夏を感じさせる入道雲ではなく、秋らしいふわふわとした雲がいくつか広がっていた。風もひんやりとしていて、気持ちがいい。

歩いていて最初に目に留まったのは、真っ赤なヒガンバナだ。道端にまっすぐ生えている。お彼岸の時期に咲くことで、秋の訪れを知らせてくれているようだ。しばらくして気づいたが、聞こえてくる虫の声は「ミーンミンミンミン」というセミの鳴き声から、「リリリリリ」という鳴き声に変わっている。どんな虫が鳴いているのだろう。

風にそよぐススキ
（2025 年 10 月 17 日）

家への帰り道では、ゆらゆらと風にそよいでいるススキを見つけた。最近は夏が長くなって秋なんてほとんどない、とよく言われるが、秋の気配は思ったよりもそばにあった。

大通りから離れ、小道を気の向くままにくねくねと歩いてみる。すると、ふだんは通り過ぎてしまう景色のなかでも、一度止まってみると新たな出会いがあった。都留の生活にもかなり慣れ、気づけばもう冬を迎えようとしている。時間が経つのは早く、都留での4年間もあっという間に過ぎてしまうだろう。時間は早足に去ってしまうけれど、ときには立ち止まりながら、まだ私の知らない都留の表情を見つけにいきたい。

塚本華琳（国際教育学科1年）＝文・写真

ちいさな幸せ、みいつけた

私は片道1時間半ほどかけ、電車通学している。入学後は寄り道もせず学校と駅の往復しかしていなかった。しかし、梅雨の蒸し暑い日、通学路を歩いていると、湧水の流れる音に涼しさと心地よさを覚えた。入学前にも都留の豊かな湧水に魅力を感じていたのを思い出し、水路をたどって歩いてみることにした。

初めての散歩

よく晴れた日の昼下がり、授業終わりに散歩に出かける。大学前の坂を下り、学生が住むアパートが多く立ち並ぶ住宅街に入る。最初に目に入った水路をのぞき込んだが、意外にも水は流れていなかった。底に梅のような小さな実と丸い葉が落ちていて、木漏れ日にきらきらと照らされている。木々が風に揺られるたびに影がなびいて美しい。そのまま水路をたどると、右手に流れる細い水路に、住宅の雨どいからぴちゃぴちゃと水がしたたっている。静けさのなかの水音が心地いい。

都留トンネルの手前まで来て道を折り返す。時間が経つのはあっという間で、空は淡い夕焼け色に染まっていた。ふだんは通らない道を歩いてみると、足元の植物や美しい風景の変化に気づくことができる。

人々の「やさしさ」

翌日、いつも電車で通過するだけの谷村町（やむらまち）駅に立ち寄ってみたくて、都留に住む友人と一緒に向かった。私が乗る電車の発車時刻まで余裕があったので、近くの公園のベンチに座って休んでいた

そろそろ行くね、と言って立ち上がると、ちょうど電車が近づいてきている音がした。慌てて走り出す。すると、パトロールに来ていたお巡りさんが「転ばないように、急げー！」と言ってくれた。声をかけられるとは思いもしなかったが、やさしい表情になんだかほっこりした。お礼を返し、走って電車に飛び乗る。初対面の私を気にかけてくれるなんて、都留の人のあたたかさを肌で感じた。

数日後、谷村町駅方面の住宅街をしばらく歩くと、信号のない横断歩道が現れた。電柱には交通安全の旗が掛かっている。その黄色い旗には赤文字で「ありがとう」と書いてある。地元では「交通安全」や「横断中」と書かれたものしか見たことがない。朝、小学生が登校する様子を想像してみる。車を運転している人は「ありがとう」を見て微笑んで止まってくれそうだ。思いやりで溢れる光景が思い浮かぶ。私が通う都留では、人々のやさしさが連鎖しているようだ。

「ありがとう」の旗。シワがつくほどたくさん使われているのだろう（2025 年 9 月 20 日）

となりの駅

6月25日。今日はじっくり谷村町駅舎を観察してみる。広々とした待合室があるが、誰もいない。1人でベンチに腰をかけているとふと「発車番線ってどうやって分かるんだろう……」と疑問が湧いてきた。ふだん頼っているスマートフォンの乗り換え案内には、谷村町駅の発車番線の表示はない。辺りを見回

小箱の中には……

上段左：本学近くから見えた夕焼け空。山に差し込む淡い夕陽が美しい（2025 年 6 月 30 日）

上段右：改札機のすぐ横においてある切符回収箱。南京錠が使用されている（2025 年 6 月 25 日）

下段左：白い丸文字がかわいらしい消火栓。上谷にあるバッティングセンターの敷地にある（2025 年 9 月 20 日）

下段右：谷村町駅の遮断機。閉まる直前まで高校生が走って渡っていた（2025 年 7 月 2 日）

すと、改札機の上に時刻表を発見した。初めて見るアナログの時刻表に緊張しながら、集中して電車の発車時刻を探す。私が乗る電車はホームに入ってすぐの1番線だった。線路を挟んで向かい側に2番線があるものの、渡るための階段が見当たらない。どうやら、ホームの端に設置してある遮断機を渡るらしい。知らずに急いで飛び乗った時も発車が1番線だったのは、幸運だった。

改札機の近くでは切符回収箱を見つけた。車内アナウンスで存在は知っていたが、実物を見るのは初めてだ。思っていたより小さくてかわいらしい。形はまるでくじ引き箱のようだ。少しさびた南京錠がどこか懐かしい雰囲気を醸（かも）し出している。

夏の都留、雨の都留

猛暑も落ち着いてきた夏休みの中頃、約1か月ぶりに谷村町駅に降りた。周りには誰もいない。なにも考え事をせずに歩いているうちに、ひとりでに心が落ちついていく。

学校に向かう道中の川は、水音が聞こえないほどゆったりと流れている。そして新たに見つけたのは、畑のそばにある野菜の無人販売所だ。旬のミョウガが小袋に分けて売られていた。湧水を活用して育てられているのだろうか。

9月20日。雨が静かに降っている。お散歩日和ではないけれど、小雨の涼しさでどこまでも歩いていけそうだ。住宅街を歩くと、正面には霧がかかって真っ白になった山が見える。真夏の緑が深い山とはうって代わって、ぼんやりとした儚（はかな）い表情を見せてくれる。

無人販売所には野菜はもう売っていなかった。代わりに、おそらくお彼岸用と思われる花が2束置いてあった。もう夏が終わりに差しかかっているのだなとしみじみ感じる。夏休みで学生のいないまちは、ふだんよりも静かだ。しとしとと降り続ける雨音と水の流れる音だけがそっと響いている。

人々のやさしさ、豊かな自然、かわいらしいアイテム……。都留はまるで、こうしたささやかな幸せを一つひとつ大切に詰めこんだプレゼントボックスのようなまちだ。小箱を開くたびに、心がほんのりと温かくなる。これからも都留の「ちいさな幸せ」を探す散歩に出かけたい。

神鳥葉月（比較文化学科1年）＝文・写真

谷村をたんさく

都留には石垣や水路、木造の建物が多いと感じる。不思議に思い調べてみると、市内の「谷村（やむら）」という地域が城下町だったことが分かった。地元の北海道には、城下町はほとんど存在しない。私にとってあまり馴染みのない谷村方面へと足を伸ばしてみることにした。

いざ散策へ

どんな出会いがあるだろうかと、わくわくとした気分で出かける。雲がほとんどなく、日差しがまぶしく感じられる。真昼を避けて午前10時頃に家を出たつもりだったが、すでに気温は高く、とても暑い。

ふだんは通らないウエルシア近くの住宅街や畑沿いを通り、谷村方面へ向かう。道端には、たくさんのアジサイが咲いていた。そのほとんどが白色で、陽の光によって照り映えている。アジサイは青色や水色、紫など鮮やかな色彩がメインだと思っていたため、白一色なのは意外だった。後日調べてみたところ、アジサイには多くの品種があって、色とりどりなのだという。土壌の性質により色が変わる種類もあるようだ。これからアジサイを見かけたら、同じように調べてみよう。どんな品種を見つけられるか楽しみが増えた。

金山（かなやま）神社

天神山（てんじんやま）沿いを歩いていると、金山神社の見事な朱色の鳥居が目に入る。周囲の木々で見えにくくなっているが、石段が奥に続いている。一歩足を踏み入れると、うっそうとした印象とはまったく異なり、ほどよく陽の光が入っている。森林特有の涼しさが体を包み込み、じりじりとした暑さで疲れた体が癒されるようだ。まっすぐに伸びた木々と、青々とした石段のコケ。そしてやわらかな木漏れ日が差し込み、厳かな雰囲気が漂う。

ふと石段の途中で振り返ると、視界いっぱいに広がる美しいコントラストに目を奪われた。手前に落ちる木陰の暗さと、やさしく降りかかる陽光、そして眼下に広がる住宅、空の鮮やかな水色が木々の隙間からのぞく。涼しさも相まって、不思議と清々しい気分になる。いつまでも見ていたくなるような感覚を振りきり、石段を上りきる。正面にはお社、石段の左手には御神木があった。ほかの木々よりも二回りほど太く、どっしりとしている。これまで何十年も、神社への参拝者や、ふもとに広がる住宅街を静かに見守っていたのだろう。

金山神社の参道から（2025年6月28日）

茅（ち）の輪くぐり

ここまで歩いてきたので、金毘羅（こんぴら）神社にも寄ってみよう。金毘羅神社は、谷村町駅からほど近く、富士みち側の山沿いにある。

鳥居が見えてくると、大きな輪が柱の間に掛けられていた。これは何だろうかと不思議に思い、近づくと、紙垂（しで）の右側に説明書きが吊り下げられている。どうやら、「茅の輪くぐり」という儀式らしい。健康祈願のために、和歌を唱えながら輪を8の字にくぐり、参拝するという。一人で和歌を詠みあげるのは緊張するが、意を決して挑戦する。

「みな月の　夏越しの祓（はら）へ　する人は　ちとせの生命　伸ぶと言ふなり」

ぎこちないながらも、注意深く茅の輪をくぐってみる。みずみずしい木々の様子と陽の光にまぶしさを感じながら、健康を祈った。茅の輪くぐりは数日間のみの設置だったらしく、体験できて幸運だった。

お気に入りの文具

都留市役所沿いの道を進むと、こぢんまりとした文具店があった。もともと私は文房具に目がないため、思わず入ってしまう。店内は明るさが抑えられ、落ち着いた雰囲気だ。さまざまな種類や色の文具が並び、品揃えが充実している。限られたスペースにぎっしりと文房具が陳列されているさまに圧倒される。

あれ、くぐっていいのかな……（2025 年 6 月 28 日）

右側の棚へ行くと、駄菓子コーナーになっていた。「文房具店なのに!?」と、とても驚く。駄菓子屋さんに今まで入ったことがなかったので、心が踊る。小学校時代の駄菓子交換が思い起こされ、楽しんで見て回った。

せっかく入店したので何か文房具を買いたい。じっくり選んでみる。すると、窓際の棚に、すでに廃番になったお気に入りのボールペンが大量に置かれているのを見つけた。オンラインショッピングでは簡単に入手できるものの、店頭で見かけることはまずない。即決で黒と赤を購入した。めったにない経験なのでとても嬉しい。早く帰宅して字を書きたい、このペンたちで課題をやりたいという思いが沸き起こり、勉強に対するモチベーションが上がっていく。

本との出会い

都留市駅近くまで歩くと、小さな書店を見つけた。私は読書が大好きなのだが、入学時、大学の周辺には本屋がなかった。久しぶりの書店で期待に胸が膨らむ。スライド式のドアを開けるとちゃらん、ちゃからん、と鈴が鳴る。入って左側の棚には、文庫本や新書がぎっしり。特に驚いたのは、雑誌や実用書などが多く揃えられていたことだ。編み物やタロットカード、神話、レシピ本などなど……。日常の楽しみが充実していきそうだ。

本棚を眺めていると、1冊の入門書が目に入る。ちょうど私が始めた趣味についてのようだ。帯のキャッチコピーと初心者向けの解説に惹かれる。これも出会いだと、思い切って買ってみる。少しずつ楽しみながら読んでいこう。

これまでは、大きな書店にしか訪れたことがなかった。好きな本を確実に買えるし、まったく知らない本に出会えると思っていた。しかし、金銭面などの理由から、表紙や帯を見て気になった本を買うことはなかった。書店に足を運ぶ醍醐味は、自分にとって目新しい本との出会いだと分かっていたはずなのに、いつの間にか、自分からその楽しみを払いのけていたのだと、今回の経験で気づいた。

たまには、何の目的もなしに、気ままに歩いてみるのも良いかもしれない。今回のようにアジサイや書店での新たな発見、金山神社での思いがけない美しい景色や、茅の輪くぐりなど、貴重な体験ができるだろう。この日の探索はいつまでも記憶に残ると確信している。

藤村結愛（国際教育学科1年）＝文・写真

お便り募集中 つるへんポスト

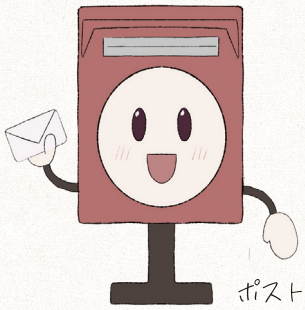
「**つるへんポスト**」は、読者の方がたと編集部員が交流する機会を持ちたい、という思いから生まれました。

今号から、読者のみなさまに聞きたいことをテーマとして発表しますので、写真を添えて教えてください。私たち**つる子**と**ポストン**が、部員を代表してお返事していきます。

今回の募集テーマは **「はじめての〇〇」**

みなさまの初めての体験や新たな発見を教えてください！応募フォームには、**ニックネーム**・横向きの**写真**1枚・写真の**撮影年月日**・テーマに沿った**エピソード**（最大80字）をご記入ください。

みなさまからの投稿をお待ちしています！



〈注意事項〉

※写真・文章は、内容が変わらない範囲で添削する場合があります。

※人権侵害、政治・宗教活動、意見広告や宣伝につながるものなどは掲載いたしかねます。

※インターネットなどからの写真の転載はご遠慮ください。

※応募人数によっては、すべての投稿を掲載できない可能性があります。

※ご提供いただいた個人情報は、本冊子の制作および掲載の目的以外では使用いたしません。

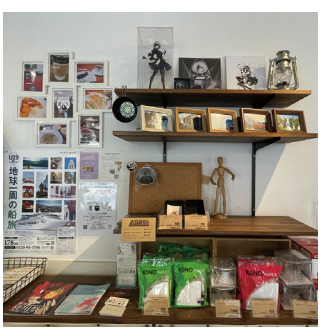
ご応募はQRコード・リンクから！

https://forms.gle/jFS9bx7LLCdc7E3GA

心安らぐ
コーヒー時間

「LUMBER ROOM COFFEE（ランバー ルーム コーヒー）」は、国道 139 号線沿いにあるカフェだ。私はこのカフェでアルバイトをしている。マスターの石合克宏（いしあいかつひろ）さん（51）と雑談していると、カフェを始める前の話や、コーヒーのおいしい淹れ方などを教えてくださる。もっと詳しくお話を聞きたいと思った私は、あらためてお時間をいただいた。

右田ゆずる（国文学科 2 年）=文・写真



左上：棚に並べられたタウン誌や写真。コーヒー雑貨も売っている（2025 年 10 月 26 日）
左下：カウンター席。ドリンクを作る流れを見ることができる（2025 年 10 月 26 日）
右：テーブル席。卓の幅が広すぎないため、1 人でも利用しやすい（2025 年 9 月 28 日）

お店を始めたきっかけ

8月下旬、暑さの残る昼下がりにお店のドアを開けると、石合さんがにこやかに迎えてくれた。店内ではお客さんが談笑している。

カフェの中は、無地の白い壁に、こげ茶色のフローリングが敷かれていて、上品な色合いとなっている。テーブルやイスも茶色と白で統一され、調和のとれた空間だ。カウンター席の横には本棚が設置されていて、その上に鉢に植えられた植物や地球儀が置かれていた。壁に掛けてある港町の小さな風景画と相まって、どこか異国情緒を感じさせる。

お店は本学のパンフレットにも掲載されており、地域のかたはもちろん、学生にも親しまれている。今年の11月3日で開業8年目になるそうだ。このカフェができるまでに、どのような経緯があったのだろう。

石合さんは以前、会社員として甲府で働いていた。しかし、当時の仕事やご両親の状況を考慮して、実家のある都留に戻ろうかと考えていたそうだ。そんなとき、行きつけのお店のマスターが、自分でカフェを開くことを提案してくれた。石合さん自身も、以前からお店を持ちたい気持ちがあったため、マスターの言葉をきっかけに開業を考え始めたという。加えて、現在の店舗のテナントが空いている状態だったそうだ。都留に戻ろうとしていた頃に、開業という選択肢やお店のスペースの確保などのタイミングが重なったのだ。「いろいろなめぐり合わせがあって始まった」と、石合さんは語る。

コーヒーへのこだわり

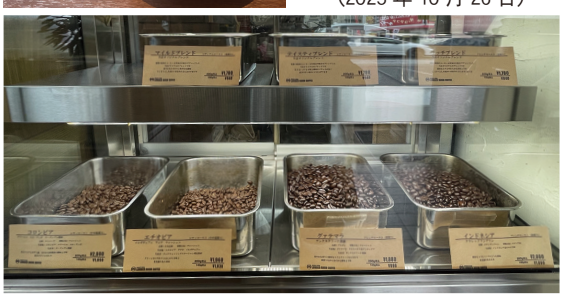
お店を始めたとき、コーヒーを売りにするのは賭けだったそう。山梨では、ほとんどの人が移動に車を使っており、喫茶店に寄るという文化があまりない。そのため、お客さんが来るかどうか少し懸念していたそうだ。しかし、現在の店舗がある場所には学生が多く住むため、比較的歩いている人が多い。それに、おいしいコーヒーを提供すれば遠いところからもお客さんが来てくれるだろうと考え、コーヒーを主軸に売り出すことに踏み切った。

アルバイトをしていると、地域のかたはもちろん、県外からいらっしゃるお客さんも多いと感じる。たくさんのかたが訪れるお店となった背景には、不安を抱えながらも思いきった石合さんの決断があった。

店名にもあるように、コーヒーはお店の看板商品だ。石合さんは、取り扱っているコーヒーにどのようなこだわりをもっているのだろうか。聞いてみると、カフェでは、「堀口珈琲（ほりぐちコーヒー）」というお店の豆を使用していると教えてくださった。そこでは買い手が世界を回り、気に入った豆のみを輸入している。しかし、輸入契約している豆でも、不作の年は質を考慮して仕入れない場合もあるのだそう。このように品質の管理がしっかりしていることから、石合さんは「堀口珈琲」の豆を信頼して使っている。今まで豆の入手ルートにまで目を向けてこなかったため、興味深くて聞き入ってしまった。

豆にこだわるのには理由がある。石合さんいわく、「コーヒーは引き算の調理」なのだそうだ。コーヒーを作るさい、まず「精製」と呼ばれる、果肉を剥いて種を取り出す作業を経る。この種がコーヒー豆だ。次に、豆を加熱する「焙煎」をおこなう。最後に、豆を砕いてお湯で抽出する。一連の流れは、素材から不要なものを差し引いていく工程だ。他の食材や調味料はいっさい加えていない。コーヒーは豆とお湯のみで作るため、素材の良さが味に直結する。石合さん自身、初めて「堀口珈琲」の豆を使用したコーヒーを飲んだ時、そのおいしさに衝撃を受けたそうだ。「元の豆が良くなければ、いくら（ドリップに）優れた人が淹れてもおいしくない」と石合さんは言う。

コーヒーはカフェ以外でも多くの人が日常的に飲んでいる。しかし、より良い味を突き詰めていくと、どこまでも深められる世界なのだと知った。上質な豆を用いたこだわりの味を楽しめるお店が近くにあるなんて幸運だ。私は勉強の気分転換によくコーヒーを飲む。しかし、細やかな違いにまで注目したことはあまりない。今度から、もっと味や香りを意識して飲んでみるのも良いかもしれない。



上：人気の生チョコタルトとグアテマラコーヒー（2025 年 10 月 3 日）
下：取り扱っている豆。テイクアウトすることもできる（2025 年 10 月 26 日）

カフェを楽しんでほしい

お店で淹れるコーヒーは石合さんが豆からこだわっており、さまざまな産地の種類が揃っている。10月の初めにお店を訪れたときは、人

気のグアテマラコーヒーをいただいた。苦味が強くないため飲みやすく、華やかな香りが印象に残る。それぞれの豆の特徴に注目しながら飲めるのも楽しい。

ブラックのほかにもコーヒーの楽しみ方はたくさんある。お店には、カフェモカやアフォガートなど、苦い味が得意でない人でも味わえるものが多い。私のお気に入りは、トニックプレッソという、トニックウォーターとエスプレッソを合わせたドリンクだ。コーヒーに炭酸という組み合わせが新鮮で驚いたが、ほろ苦さと炭酸のはじける爽快さがマッチしておいしい。お店を訪れたらぜひ試してもらいたい一品だ。

石合さんは、注文が入ると1杯ずつ丁寧にコーヒーを作る。お客さんに淹れたてのコーヒーを提供することで、カフェでの時間に特別感を感じてほしいのだそうだ。

ドリップの様子。お湯を注いでから抽出されるまでの時間で味が変わる（2025 年 10 月 19 日）

カフェのあり方として、石合さんは「店の方向性がしっかりしていることが重要」だと言う。「LUMBER ROOM COFFEE」が定めている方向性は、まさにコーヒーを売りにすることだ。だからこそ、こだわりの味に惹かれたお客さんが多く足を運ぶのだろう。

お客さんのなかには、飲食のほかにも友人とのおしゃべりや勉強のために訪れるかたもいる。お客さんには、団らんしたり、お店の雰囲気を感じたりする場としてもカフェを楽しんでほしいそうだ。友人と遊んでいるとき、どこか落ち着いて話せる場所がほしいと思った経験が私にもある。このお店のように、ちょっと入って世間話ができるカフェがあると嬉しいな、と相づちを打った。

お客さんも自分も大切に

アルバイト中、石合さんがカウンター越しにお客さんと談笑しているのをよく目にする。お客さんとの距離の近さにも理由があるのだろうか。石合さんに、どのようなお店を目指しているのか聞いてみる。すると、今が理想に近いと答えてくれた。ご自身はカウンターの人とおしゃべりしながら、隅では勉強したり、作業したりしている人がいるような、のんびりとした感じが良いという。お店の利益を考えれば、お客さんを入れ替えて回転を早くしなければならない。しかし石合さんは、「自分の家族を養えて、年に1回旅行ができればいいかな」と笑う。慌ただしくなくていいという、ゆったりとした心構えのおかげで、お店を訪れたかたが穏やかな気持ちになれるのだろう。

カフェを営むうえで、石合さんはお客さんをおもてなしできるよう、真剣に考えている。同時に、自分にとってちょうどいい仕事のラインをしっかりと定めていると感じた。石合さんは、やりたいことに挑戦し、無理のない範囲で仕事に向き合っているようだ。好きなことを活かして生計を立てる。ときにお客さんと交流し、話に花を咲かせる。このような運営の仕方は、やりたいこと、仕事、生活を結びつけるお手本だと思う。自分もお客さんも大切にするあり方だ。ゆっくり過ごしたい時にまた寄っていこう。「LUMBER ROOM COFFEE」はそう思わせてくれるような、おいしいコーヒーと癒しの時間を届けてくれるカフェだ。

とことこ、ひとこま

猫のいる日常

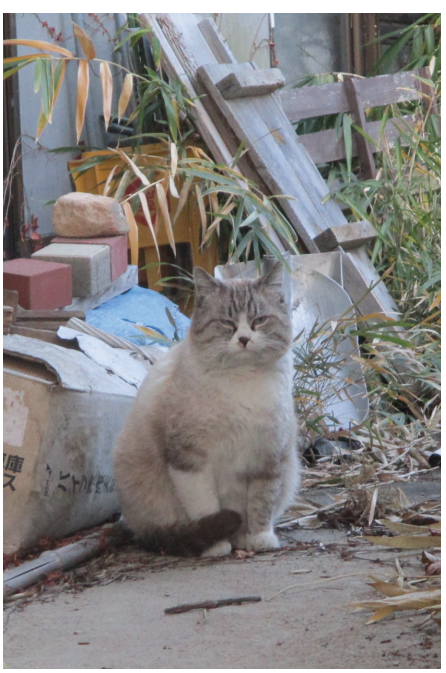
まちを歩くと、のんびりと過ごす猫に出会うことがあります。猫たちの自由気ままな様子に、思わずカメラのシャッターを切りました。見慣れた通学路のとちゅうで。休日のお散歩で立ち止まって。私たちが日常のなかで出会った「ひとこま」を切り取ってお届けします。

つるぶん編集部＝文・写真

もういいかーい？「まーだだよ」
都留市中央（2025 年 8 月 28 日）

アブない日向ぼっこ　田原（2024 年 12 月 12 日）

日陰でひと休み　田原（2025 年 9 月 25 日）



全てを見透かすような表情
田原（2024 年 12 月 27 日）

福を巡る

昨年の夏から坐禅を組みに行っている普門寺の掲示板に、「都留七福神巡り」と書かれた掲示があることに気がついた。都留にはたくさんのお寺があるが、なかなか行く機会がない。お寺を巡るきっかけにしようと、七福神巡りをすることに決めた。

〈訪れたお寺の地図〉

普門寺（ふもんじ）

本光寺（ほんこうじ）

円通院（えんづういん）

都留七福神を知る

そもそも、都留七福神とはなんだろう。いつ始まったのか。どのようなものなのか。気になった私は、普門寺の住職である山崎和雄（やまざきわゆう）さん（74）にお話をうかがうことにした。

都留の七福神巡りは、昭和52年に始まった、地域おこしのための催しだそうだ。きっかけは、都留のお寺の住職さんたちが、一緒に岐阜県の恵那（えな）にある七福神を巡ったことだという。お寺に来てもらうきっかけをつくり、地域おこしにつなげるため、都留でも七福神を祀ることを決めたそう。住職さんたちのこだわりで、祀られている七福神像は、同じ一本の木から彫ったという。

現在、七福神巡りの開催期間は1月1日から15日となっている。「来てもらっても対応できないと悪いから、（開催期間を定めようと）5年前にそう決めた」と山崎さんは話してくださった。そのため、私のように期間外に巡る人は、お寺へ事前に連絡するのが好ましいそうだ。

この七福神巡りは、スタンプラリーのように御朱印集めができる。最初に参拝するお寺

で色紙を購入し、それぞれのお寺で御朱印を押していただく。最後のお寺では、御朱印とともに日付が書き込まれるそうだ。3種類ある色紙のうちから、私は可愛らしい絵柄のものを選んだ。この色紙にこれから御朱印が集まっていくと思うとわくわくする。

御朱印をもらう人だけでも、開催期間中に200人、多い時には400人ほどがお寺に来るという。そんなにたくさんの人が来るのかと、想像以上の規模に驚いた。東京から来た人や、都留の山にトレッキングに来た人がお参りに来ることもあるそう。七福神巡りが、都留のことを知るきっかけになっているのかもしれない。

普門寺の毘沙門天

お話をうかがった後、山崎さんが毘沙門天のもとへ案内してくださった。山門から入って、本堂より手前の左手にあるお堂が、毘沙門天が祀られている場所だ。

お堂には、毘沙門天の文字が書かれた看板だけではなく、「豊川吒枳尼眞天」という文字が書かれたのぼりが多く立っている。不思議に思って尋ねると、もともと明治時代から豊川吒枳尼眞天（通称：豊川稲荷）が祀られていたお堂に、後から毘沙門天が祀られたと教えてくださった。一つのお堂に祀られている仏様や神様はおひとりだけ、と思い込んでいた。普門寺には何度も訪れているが、まだまだ初めて知ることがあるのだと気づく。

一歩お堂に入ると、ひんやりとした空気がからだを包む。入って右側には先代の住職さんが集めたり掘ったりした仏像、中央に豊川稲荷、そして左側に毘沙門天が祀られている。多くの仏様や神様に、じっと見つめられているような気がした。失礼があってはいけない。

中央に祀られている毘沙門天像。どっしりとした立ちすがたが勇ましい（2025年7月21日）

所作に変なところはないかと、どきどきしながらお参りをする。

特別に許可を得て、段差を上がり、そばで毘沙門天のお顔をじっくりと拝見する。つり目での字口。瞳孔は丸く開かれており、眉毛は太く凛々しい。まっすぐとこちらを見つめる力強い目は、すべてを見透かしているようだ。毘沙門天を取り囲むように並んでいる、ほかの七福神像たちの陽気な表情も相まって、毘沙門天の勇ましい表情が際立っていた。自然と背筋が伸びる。

帰り際に御朱印を押していただいた。色紙の毘沙門天は、先ほど拝見した毘沙門天のように、鋭い眼光でこちらを見つめている。今後の生活で気を抜かないよう、近くで見守ってくれそうだ。

円通院の布袋尊

じりじりと照りつける日差しのなか、谷村町駅から円通院へ向かう。円通院は都留市駅に通じる大通りから、一本外れたところにある。初めて通る道で、少し緊張しながら歩いていく。そのせいか、一度通り過ぎてしまい、慌てて来た道を戻ることになった。

なんとかたどり着き、敷地に足を踏み入れる。入ってすぐに池があり、水辺の涼しい風が吹く。のぞき込むと、コイがたくさん泳いでいる。池に架かっている橋を渡ってみると、私の動きに合わせてコイがパクパクと口を開きながら集まってきた。エサは持ってないよ、と心のなかで呟いて、その場をあとにする。

立派な本堂や鐘を見て回るが、どうしても布袋尊を見つけられない。そのうちに約束の時間になったので、本堂脇の寺務所に声をかける。出てきてくださったのは、住職の奥さんの佐々木芳絵さん(67)だった。「暑いでしょう、どうぞ中へ」と案内していただく。

御朱印をいただこうと色紙を差し出す。すると、「かわいいよね、子どもに一番人気なの」と芳絵さんは笑って話してくださった。七福神巡りに子どもも来ているのかとびっくりする。自分自身、お寺へ行くのは、お墓参りのときだけだ。どのような人が来るのだろう。気になって尋ねてみると、「地域のかたや親子連れのかた、文大生のかたもよく来られますよ」と教えてくださった。都留では、七福神巡りが参拝のきっかけになっている人も多いようだ。「祀った当初は物珍しいって思われていたけど、今では地域にもお寺にも定着したね」と芳絵さんは続ける。時間をかけて、七福神巡りが都留に根づいていったのだろう。

七福神の像を見つけられなかったことを話すと、副住職である佐々木智海さん（38）が案内してくださった。布袋尊は、山門をくぐってすぐ、寺務所とのあいだに佇んでいた。とても近くにあったのに、見落としてしまっていたようだ。手を合わせてから、じっとお顔を拝見する。目を三日月形に細めて口角をあげ、歯を見せている。楽し気に「よく来たね」とおっしゃっているように感じた。また来たいと思わせてくれる笑顔だ。

布袋尊像。ガラス越しにやさしい笑顔が見える
（2025 年 11 月 14 日）

本光寺の寿老尊

都留七福神巡りのなかで、唯一少し離れた朝日馬場にある本光寺へと向かう。朝日馬場を訪れるのは、今回が初めてだ。

四日市場上野原線から細い道へと入った場所にあり、まわりは田んぼに囲まれている。トンボが多く飛んでおり、穏やかな空気が流れていた。私が訪れたさいは人とすれ違うこともなく、自身の足音とセミの鳴く声だけがあたりに響く。車の音がないおかげで、ふだんよりも周りの音に集中することができる。

山門をくぐり、階段を上っていくと、目の前に本堂が現れる。そこで手を合わせてから、付近を散策してみることにした。左手に大きな座禅堂があり、その奥に寿老尊が祀られたお堂があった。お堂の内外には、寿老尊以外の七福神の像も並んでいる。その中心に、ひときわ目を引く寿老尊が佇んでいた。参拝者を歓迎してくれているようで、ほっこりする。

歩いていると、住職である小林孝匡さん（35）がいらした。挨拶をして、寺務所内で

お話をうかがう。もともと、このお寺の本尊が地蔵菩薩という長寿にまつわる仏様だった。そのつながりで同じく長寿にまつわる寿老尊も祀ると決めたそう。地蔵菩薩と寿老尊の相乗効果で、より寿命が延びそうだ。

そんな寿老尊が祀られたお堂は、七福神のために新たに建てたものだと教えてくださった。小林さんは、「ちょうどいい場所がなかったから建てようってなった」とおっしゃる。この言葉に私はびっくりした。大きなお堂を建てるという決断は、なかなか簡単にできることではない。それでも寿老尊のために、と建てられた事実から、七福神がどれだけ大切にされているのかが分かる。

寿老尊像。足元の七福神像もかわいらしい（2025 年 11 月 11 日）

お話をうかがった後に再度お堂に参拝する。たしかに周りにあるほかの建物より、少し新しく見える。それでも初めに気がつかなかったのは、寿老尊が愛され、このお寺やまちに馴染んでいったからだろう。手を合わせ、寿老尊のお顔を拝見する。ほか2つのお寺に比べて、木目がはっきりと感じられた。鼻と長いひげが遠くから見ても分かる。頭部や腕、指などが全体的にまるく、もっちりとしたような、柔らかい印象だ。

左手に持っているものはなんだろう。のちに調べてみると、長寿を象徴する桃だと分かった。健康に長生きできますように、と祈って、本光寺を後にした。

巡るうちに

今回は、7つのお寺のうち3つを巡った。イラストだけでも可愛らしい色紙だが、御朱印が集まっていくのを見ると、達成感がある。ただ巡るだけではないことで、七福神巡りやお寺に親しみやすくなっているのだろう。

さまざまなお寺に参拝するきっかけとして巡り始めたが、その過程で知らない道やまちへと足を伸ばす機会になった。まだまだ都留には自分の知らない場所があるのだとわくわくする。

今回巡ることが出来なかったお寺は、お正月に行ってみよう。すべての御朱印を集めきった色紙は、宝物になるはずだ。カレンダーに予定を書き込んでみる。都留での初詣が楽しみになった。

加納希珠（国文学科2年）＝文・写真

私が選んだイラスト付きの色紙。色紙は 500 円、御朱印は 1 つ 300 円となっている（2025 年 10 月 7 日）

都留の町中華

都留には中華料理店が多くあります。
大学に近く、学生が多く訪れる３軒を取り上げてみました。

江袋巴（国文学科２年）=文・写真

ベテラン料理人の中華が食べられる

じゅーり

山梨県都留市上谷 5-9-18
☎ 0554-45-7680
時　11 時半～ 14 時半
休　水・木

スペシャル杏仁豆腐

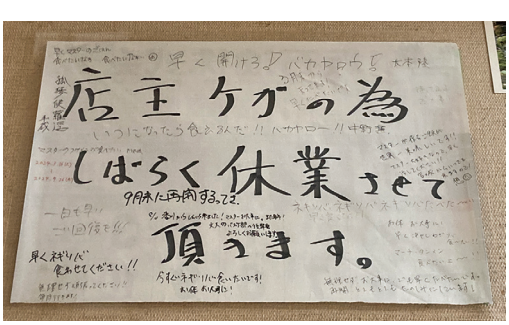
冷やしネギそば

担々麺

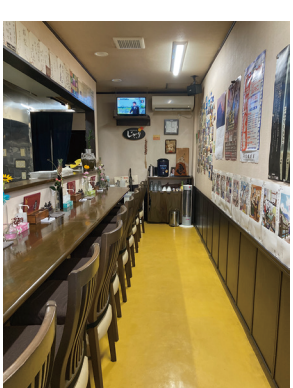
じゅーりは、担々麺がおいしいお店。オーナーの上原（うえはら）さんは、50年ほど料理人をやってきたベテランです。東京都の青山にある中華料理店「ふーみん」で働いていた経験もあります。

よく注文されるのは担々麺。花椒（ホアジャオ）の効いたスープは濃厚で味わい深く、ぜひ一度は食べてほしい一品です。根強いファンが多いのは、「ふーみん」のメニューでもある冷やしネギそば。納豆チャーハンやオムライス、カレーライスなど、町中華ではあまり見かけないメニューもあります。デザートにはアイスとシナモンがトッピングされたスペシャル杏仁豆腐をどうぞ。

じゅーりは以前、上原さんの怪我により休業していました。しかし、お店のファンからの声援を受け、去年の９月より営業を再開しました。日にちを公表していないにもかかわらず、開店日には長い行列ができたそうです。多くの人びとから愛される中華の名店に、足を運んでみてはいかがでしょうか。



休業時の貼り紙。「一日も早いご回復を！」「早く食わせてください！」などの開業を待ち望むあたたかい声援が書き込まれています。



若鶏の唐揚げ香味ソースの定食

大学最寄りの人気中華定食

雅龍（がろん）

山梨県都留市田原 3-6-5
☎ 0554-45-2908
時　11 時～ 14 時／ 18 時～ 23 時
休　火

雅龍は、本学附属図書館沿いの坂に面するお店。オーナーの池田（いけだ）さんがお一人で切り盛りしています。人気メニューは若鶏の唐揚げ香味ソース定食。大きな唐揚げと手作りされたタレが絡み合い、あまりのおいしさにあっという間に完食してしまいます。

池田さんいわく、学生に手の届きやすい値段設定を心がけているそうです。学割で定食はすべて千円。さらに、ウーロン茶か杏仁豆腐、ライス大盛りのサービスのうちから一つ選べます。小鉢、サラダ、スープという充実の付け合わせも、お腹をすかせた学生の心強い味方です。

都留で愛される老舗店

松鶴（しょうかく）

山梨県都留市中央 1-2-17
☎ 0554-43-6008
時　11時～14時／17時～21時(日 17時～ 19時半)
休　月（その他不定休あり）

松鶴は、朝鮮焼き定食が有名な中華料理店。朝鮮焼きとは、豚肉の炒め物に特製のタレを浸けていただく料理です。ピリ辛のタレでご飯がよく進みます。オーナーの小川（おがわ）さんが先代から受け継いだ、歴史あるメニューです。オーナーご夫婦いわく、「もうちょっと食べたかったとなるより、お腹いっぱいになってくれるほうがうれしい」とのこと。その考えのもと、どのメニューも食欲旺盛な若者が満足できる量で提供してくれます。

アルバイトは全員が本学の学生で、卒業後も食べに来てくれることがあるそう。学生には多めにご飯をよそってくださるそうです。

朝鮮焼き定食

光に誘われる虫たち

夜になると、街灯や家の灯りに誘われて虫たちがやってきます。特に夏には、数が多くて家に入るのも一苦労です。しかし、足を止めて見てみると、体の色や羽の模様がきれいなことに気がつきます。大学近くにある自宅のアパートで見つけた虫たちを紹介します。

脇田晃納環（国文学科 2 年）＝文・写真

ヘイケボタル

体長 2cm ほどのゲンジボタルと比べ、その半分ほどの大きさです。汚れた水でも育つことができます。5 月下旬から 7 月上旬までの長い期間、山梨県の各地で見ることができます。
（2024 年 7 月 6 日）

エビガラスズメ

茶色まじりの灰色をしたガ。じつは、羽を開くと体に赤と黒と白のしま模様がある、隠れオシャレさんでもあります。
（2025 年 9 月 20 日）

ガムシ

ふだんは水中で生活していますが、今回は地上に姿を見せました。よく間違えられるゲンゴロウとは、泳ぎ方などで見分けることができます。写真では見にくいですが、まんまるのお目々が可愛いです。
（2025 年 7 月 29 日）

ベニモンアオリンガ

黄緑の体にほんのりとしたピンク色の斑紋があり、頬紅のように見えてきれいなガ。個体差でピンクの模様がないものもいます。
（2024 年 7 月 4 日）

ズグロオニグモ

いかにもクモらしい姿をしています。昼間は暗い場所に隠れていて、夜になると獲物を捕えようと巣の上に現れます。
（2025 年 6 月 24 日）

モモスズメ

見たところ枯れ葉のように見える上の羽（前翅（ぜんし））の下に、柔らかい桃色の下の羽（後翅（こうし））を隠しています。全体がもふもふとした毛で覆われています。
（2024 年 8 月 10 日）

キイロテントウ

鮮やかな黄色の体が特徴のテントウムシ。写真に見える黒い 2 つの点は、目ではなく模様です。
（2024 年 9 月 27 日）

コロギス

名前の通り、コオロギのようにずんぐりしていて、キリギリスのような鮮やかな緑色です。見た目に反して鳴きません。怒ると羽を広げて威嚇（いかく）します。
（2024 年 7 月 12 日）

もっと多くの虫に会いたい！

多くの虫は、光に向かって集まる、「正の走光性」という性質をもっています。さらに多くの虫を見るために、本学近くの楽山公園でライトトラップをおこないました。ライトトラップとは、光に向かって虫が集まってくる習性を利用した、虫を引きつける仕掛けです。身のまわりの物で簡単に作れるので、ぜひお試しください。

※県によってはライトトラップが禁止されている場所もあります。

ライトトラップのやり方

用意するもの　白いシーツ　1枚
懐中電灯などの明かり　1，2個

①シーツを吊るす

②明かりをシーツに向けてセットする

③虫がやってくるまで、ひたすら待つ

ポイント！

☆ 周りに明かりのない暗い場所を選びます

☆ ライトはできるだけ明るいものを用意します

☆ 紫外線ライトがあれば虫が集まりやすいです

出会ったガたち

ヒルガオトリバ

横に突き出した2本の棒に見えるものは羽です。

シロテンウスグロノメイガ

目立たない茶色です。ぱっちりした目をもっています。

スジハグルマエダシャク

黄色の羽に茶色の模様があります。光に透けて、きれいなオレンジに見えます。

オオミズアオ

うす緑の体が神秘的な雰囲気を醸し出しています。

撮影日　2025年8月20日　このページの虫の写真は実寸大です

つるらっく

創刊号／ vol.1

発　行　日：2025 年 12 月 25 日

発行部数：300 部

編　　集：つるぶん編集部

統括編集者

印南響
北原日々希
高橋美唯
横山幸乃

編集部員

江袋巴
加納希珠
右田ゆずる
若槻温
脇田晃納環
神鳥葉月
塚本華琳
藤村結愛

ロゴデザイン

高橋美唯

発　行　所：都留文科大学
地域交流研究センター

〒 402-8555 山梨県田原 3-8-1
E-mail：tsurubun.henshu@gmail.com
ＴＥＬ：0054-43-4341

編集後記

～取材を終えて～

インターネットで都留の飲食店の口コミを眺めていると、「〇〇が思い出の味です!」といったコメントを見つけることがあります。おそらく本学の卒業生が残したものだと思います。今回取り上げた 3 軒には以前から訪れていましたが、取材をすることによって初めて客と店員という関係から外れてお話しすることができたように思います。おいしい料理にこうした交流が加わって、お店の料理が私の思い出の味になっていくのでしょう。（ 江袋巴 ）

今回は初めての取材でした。自分ではない誰かの人生を垣間見ることができ、とても学びがいがありました。取材に応じてくださった「LUMBER ROOM COFFEE」の石合さんは、趣味のキャンプについての動画を YouTube に投稿しています。お客さんのなかにはファンも多く、「動画見てます」と石合さんに声をかけたのが始まりで会話が弾む、という場面をよく見かけます。好きなことが発端となってこのような繋がりが生まれる様子を見ていると、人の縁は面白いなと感じます。（ 右田ゆずる ）

記念すべき創刊号で、「虫」のページを担当しました。読者のみなさまのなかに、虫が苦手なかたがいたら、驚かせてしまってごめんなさい。ライトトラップには、生き物好きの知人と編集部員がついてきてくれました。スマホの明かりを離れて、どのような虫が来るのかどきどきして待ちながら、ときおり夜空を見上げる時間は癒しのひとときでした。この記事をきっかけに、あなたのそばでひっそりと生きる小さな命に気づいていただけたら、これ以上の喜びはありません。（ 脇田晃納環 ）

次回は…

2026 年 7 月発行予定

お楽しみに！

つるらっく　創刊号／vol.1　発行日：2025年12月25日　発行所：都留文科大学 地域交流研究センター　〒402-8555 山梨県都留市田原3-8-1

『つるらっく』読者アンケート
みなさまのご意見・ご感想をお寄せください