

大人になって出会った子どもの本 (最終回)

## いつでも何度でも 絵本との再会

宮島 百合 (みやじま ゆり)

私の父はキリスト教会の牧師と、教会付属幼稚園の園長をしていた。そういうわけで、高校生だったある日曜日、私は保育園に勝手に忍びこんで、礼拝が終わるまでのヒマつぶしに絵本を物色していた。そこで、少し色あせた表紙の洋書を見つけた。『WHERE THE WILD THINGS ARE』。モーリス・センダック作『かいじゅうたちのいるところ』(富山房)だった。

まず表紙に魅せられた。毛むくじらのかいじゅうが、不思議な木の生えた林の中の川辺で、ほおづえをついて眠っている。角の生えた牛のような顔、鋭い爪のある手(前足?)と、甲高幅広(私と同じ!)の裸の足(後足?)のコントラストが目をついた。

洋書(原書)だったのもよかった。まず、色と線が、後に見た邦訳版より鮮明だった(こういうことは、海外の絵本にはしばしばある。残念なこと)。そして、英文にはほとんど気を配らずに(よく出来た絵本は、絵だけで充分ストーリーを語れるものだ)、つまり、文章に邪魔されず、絵の魅力だけをまず受けとることができた。この絵本にほれこんだあまり私は、美術の授業の作品のモチーフに使うのみならず、この本を盗んで自分のものにしてしまった(今更、ですが、すみませんでした……)。

息子が幼稚園児の時、園から「好きな絵本を3冊教えて」というアンケートが来た。絵本愛好者にとって、これくらい悩める質問はない。が、なんとか3冊考えた。というか、ベスト1、2は文句なしに決まった。1位はもちろん『かいじゅうたち』だ。この絵本と出会わなかったら、今ここでこの文を書いている私はいなかっただろう。

残り2冊は、マリー・ホール・エッツ作『もりのなか』(福音館書店)と、ドロシー・マリノ作『くんちゃんのにじ』(ペンギン社)だった(悩んだのは、3冊目。この時は『くんちゃんのにじ』だったけど、3位は毎回替わりそう)。

『もりのなか』は、最後のページが好き。こんなに濃厚に「気配」というものを感じさせる絵本は他にないと思う。もちろん絵もお話しも、絵本の王道を行くすばらしい本だ。なにしろ、読んでいるうちに心地よくて、幸せで、うっとりしてくるのだ。

「くんちゃん」シリーズは、どの本もいい。このお話には、それこそ「大人になって出会った」ので、私はこぐまのくんちゃんよりもそのおとうさん、おかあさんの、くんちゃんを見守るまなざしに感じ入った。こんな親、めったにないよ。私もなれるかなあ、と。

絵本を開くと、その絵本を初めて読んだ日の自分と出会うこともある。今は手放してしまったけれど、レオ=レオニの『ベツェッティノ』が、自分って何?と悩んでいた思春期の私を支えてくれた時もあった。

『やっぱりおおかみ』(ささきまき作 福音館書店)は、子どもの頃うちにあった本で、今読み返しても、さびしくてせつなくて、でも読後感が明るい本だ。子どもの本で、「孤独」を正面からテーマにした異色作ではないだろうか。この「け」と言っているおおかみが、最近好きになったある人を連想させて、久しぶりに手にとった。こんなふうに、昔読んだ本と新しい気持ちで再会することもある。



モーリス・センダック さく じんぐうてるおやく

今回まで、2年間8回にわたって、子どもの本を紹介してきた。毎回、本選びから始めて、このすばらしい作品の世界をどう表現すれば伝わるか、四苦八苦した。自分の表現力、語彙力の乏しさを痛感させられた。「面白いから、読んでみて!」と手渡すのが一番早い……。でも、私自身、書評を読むのは大好きだし、絵本との出会いも、あちこちで目にした書評がきっかけだったことも多い。

そこで、そんな書評のおかげで出会えた、最近のお気に入り1冊を紹介して、この連載を終えようと思う。

その1冊とは、ポール・フライシュマン作『ウエズレーの国』(ケビン・ホークス絵 あすなる書房)。ちょっと変わり者の少年ウエズレーは、学校ではいじめられっこ(でもあんまり気にしてないみたい)。ある年の夏休み、風に舞ってきた不思議な植物を使って、彼はなんと「自分の文明」を作り上げてしまうのだ。

フライシュマンは、『種をまく人』(あすなる書房)などでも、植物の持つ不思議な力、苦しみを癒したり、人と人を結んだりをテーマにしてきた作家だ。この絵本では、ひとつのこと(不思議な植物)をきっかけにして、どこまでも広く、深く、一人の人間のイメージーションが広がっていき、それを現実のものにしてしまう……。その過程にすごくワクワクする。しかもそれは、世間一般からは「へんな子」として、いじめられてた子なのだ!

もう夏休みは終わってしまったけど、この本の中には、子どもの頃誰もが経験したはずの、あの熱い太陽と風が詰まっている。あの夏の夜明けのワクワク感(この本では、まさにあの植物が芽生える瞬間)が、ページをめくる度によみがえってくる。ぜひ、あなたと、あなたの近くにいる子どもの手の届くところに、この本をそっと置いておいてほしい。

(8Pから続く)

森の恵みで多くの子どもを育ててきたお父さんお母さんにとって、子どもが職場を駆け回ることなど問題にするほどのことではないのです。親が働く傍には当たり前のように子どももいて、時には騒いだり、時には手伝ってくれたり。だから、娘をあやして仕事を中断する通訳スタッフに向けるまなざしは、我が子を見守るように優しいのだと思います。

次回も、AACRIやアプエラ周辺での出来事などを、もう少し続けたいと思います。



www.rakutendo.com

## らくてん通信

exchange@rakutendo.com 編集長・高島千晶

メーリングリスト 100年計画 より

## 乾物はメディアになる 豆料理キット「地のものシリーズ」発売

高島 千晶 (たかしま ちあき)

半年くらい前に思いついた 黒目豆と玄麦の和風スープキットがやっと商品になりました。北海道日高産のきざみ昆布、山口・三輪さんの天日干しいたけ、京都・水田さんの玄麦という国産のすぐれた乾物を使った商品です。

レシピの裏に、山尾三省さんの詩をのせています。出版社の野草社・石垣雅設さんに連絡しましたら、すぐに屋久島の山尾春美さんに連絡をとってくださり、掲載を快諾していただきました。こんな詩です。

## つわぶきの煮付け

野には

つわぶきの新芽がのびている

その新芽を引きぬき集めて

うす皮をむき

シタケや油アゲといっしょに煮付ける

藍色のさらさもようのある お皿に盛りつけて

やっとな春になったと

にこにこしながら 食べる

こんなおいしいものは

この世にまたとない

これは 地のもの達の文化であり 文明であり

核兵器を作る人達や

原子力発電所を作る人達への 捧げものではない

これから、「地(ぢ)のものシリーズ」として日本のすぐれた乾物を使った豆料理キットを少しずつつ出していきたくと思っています。前に書いたみたいに、原子力発電所などにおびやかされている生産者の声をのせられたら良いなあと思っています。

今回は青森県の六ヶ所村から直線距離で200キロしか離れていない日高の昆布が含まれています。生活クラブ生協のチラシで、北海道の生産者も六ヶ所の再処理工場の稼働に反対していることを知りました。次は、もし栗いんげんが無事仕入れられたら(今年は冷夏で北見の豆の育ち具合が悪く危ぶまれています)、栗いんげんと三陸のわかめ(重茂漁協)をあわせたキット「栗いんげんとわかめの煮びたし」を作りたいと思っています。(2009年9月5日)

\*

今、『自然流「乾物」読本』(津村喬著、農文協1992年)という本を読んでいます。とても面白い。「これってわたしの発想と同じだ!」と思うところが数多くありました。そのひとつを下に紹介します。

原発板わかめはいりませんか (18ページ)

「乾物はひとつのメディアになる、ということを考えさせられたのが松江の板わかめだった。松江は宍道湖に面しているが、そこからすぐの海岸には古い漁村が残っている。市内から10キロと離れていないその海岸に原子力発電所が

No 47 2009/09/16 発行 楽天堂

〒602-8354 京都市上京区下立売通七本松西入  
西東町364-14 (アスニー・中央図書館北)

TEL:(075)811-4890 FAX:020-4665-6740

営業日:木金土曜(祝日休)時間 10-19時



できてしまった。皆反対したが、力で押し切られてしまった。スリースマイル島やチェルノブイリの事故の実態を知るにつけ、島根原発で同じことがおこっていないのはまったく偶然でしかないことがわかってきて、漁民たちも、松江の市民も皆反対の声をあげはじめた。そのときに、各地の人々に原発のことを考えてもらうために、魚やわかめを売ろうということになった。魚は冷蔵冷凍の問題があるが、わかめならば売りやすい。(中略)

若狭原発が事故で放射性廃棄物を含んだ水を若狭湾に流したとき、この魚の来る関西一帯ではパニックになり、不買運動がおこった。この気持ちはよくわかるが、しかし問題がある。原発を作られてしまったその土地の漁師たちは逃げようにも動けないのである。毎日そこで魚をとりつづけて、放射性物質の影響をおそれながら、やっぱり生きていかねばならない。そして現地の人々をそういう状況に追い込んでつくられた電気は京都大阪で大部分使っているのである。その魚が食えないというなら電気をいらないとまず言うのが筋であって、そうでなければ漁民は踏んだり蹴ったりで都会の人は自分だけ安全でいたいということになる。

そのことをちゃんと伝えないと都会と過疎地の原発周辺住民とが憎みあうだけになってしまう。それを話しあうために、「原発地元の板わかめはいりませんか」と言って売ったのである。温排水の影響がわかめの先が丸まるようになったが、放射能の影響があるかどうかはまだわからないという。でも、とにかく一緒に食べてみて下さい、というのだ。私もそれを味わい、友人にも紹介した。板わかめはただ無心に海の香りを伝えているだけだが、無言のうちにたくさんのことを語っていた。なるほど、乾物は広域メディアになるのだ、と思ったのである。権力のメディアでなく、生産する人と食べる人が気持ちを通じ合うためのメディアである。

松江の市民は宍道湖の淡水化という国の無謀な計画に反対したときにも、この埋め立てと淡水化によって死滅の危機にさらされているしじみを各地に配って、しじみに雄弁に語らせた。全国から書名が集まって、これはとりやめになった。ドライアイス入りの宅配便のおかげでなまものも乾物なみの「力」を持つようになった、というべきだろうか。

「乾物はひとつのメディアになる」という発想は、「商品とおしてできること」という言葉でこの1年わたしが考えていたことと同じです。実際、祝島ひじきはすばらしいメディアになっている。豆料理セットだって、メディアとして機能しているかもしれない。(2009年8月30日)



## 豆ランチパーティー 会員の報告

### 裁判員制度が始まる前に考えてみよう

#### 厳罰化はわたしたちの社会を守るか？ (6/14)

ゲスト・大道寺 ちはるさん (にんじん食堂)



にんじん食堂の定食

20年以上前に、死刑囚の家族として養子縁組される、という生き方を選択された大道寺ちはるさんのお話をどうしても聞きたくなり、にんじん食堂で開かれた豆ランチパーティーに参加させていただきました。大変重い仕事を引き受けてこられたちはるさんご自身にお会いしたいと思ったのです。大切な話を聞かせていただきありがとうございます。

現在死刑囚(当時は死刑判決が確定していない)の大道寺将司さんと面会した時に、ちはるさんご自身、わかりあえる身近なものを感じられたそうです。しかし、(よりによって)なぜ死刑囚のご家族に養子縁組されたか。めざすべき社会の実現、ということなら他にも選択肢はあったでしょう。この(よりによって)という気持ち。それはやはり私自身が、人と人との間にラインを引いているのであろうことは間違いない。

頂いた冊子「キタコブシ」を読ませていただきました。「キタコブシ」を読む限りとても極悪非道な方には思えませんでした。将司さんご自身が、自分が犯した罪についてどのように向き合ってきたのか(何年も経ってから傷つく方もいらっしゃるでしょう)。なぜ爆破することで理想の社会を実現できると思われたのか、その背景や動機などを聞きたいと思うのは、私自身が「犯罪被害者」であるからなのか。

私の中の根底にある「不安」。私には、いちいち不安に思ったり、疑ったり、物事を必ずもう片一方から眺めてみたり、といった癖がある(あの事件が原因だとは断定できないけれど)。子どもが学校へ行く朝、遊びに行き帰りが遅い時。そんな「気」はよくないって知っているけれど、私はずっと不安で生きてきたから仕方がない。

例えば、被害に遭った通学路を一人で歩かなければならなかった不安と恐ろしさ。その“本当はそこにある”恐ろしさから来る不安を誰にも言えず、犯罪そのものを忘れたふりをして生きてきた。忘れたふりをしながら、実はどんなに私の人生に影響を及ぼしてきたか。

35年経った今、犯人に聞きたいと思うようになった。あなたはどんな子ども時代を過ごしたのか、あなたに子どもがいたのか、家族があったのか、女の人を愛したことがあったのか、なぜ私にそんなことをしたのか、誰でもよかったのか、あなたは苦しんだか、それともなんとも思わずに生きてか。

もしかしたら私は、「法を犯した方の身近にいる方に」会ってみたかったのかもしれない。そう考えたのは京都行きのバスの中でした(犯人に今私は聞きたいことがある、と確信したのがバスの中でした)。

実は私は、それまで死刑制度の問題は自分のできる範疇

### 中村 美紀 (なかむら みき)

ではないとなぜか思っていたし、死刑の次が「無期懲役」で20年くらいで出所して来られるのなら死刑もやむなしなのかなと、漠然としか思っていました。ちはるさんにお会いすることで、執行を待ちながら拘置所で暮らす人が実際にいるのだということが少し身近になったのかもかもしれません。

ちはるさんのお話をお聞きして、私自身の考えは、テーマの「厳罰化は私たちの社会を守るか」については・・・否、「厳罰化によって犯罪が減少するか、凶悪犯罪がなくなるか」・・・否、少なくとも鳩山元法務大臣のように「正義」とか「勸善懲悪」といった線引きをし「ベルトコンベアのように死刑執行を」などと言えるものではなく、問題は多面的で深く複雑。

見えないものを見ようとするべきだと思う。自分が見てるものが全てだとは思ってはいけないと思う。そんな単純なことじゃない。「人は間違ふこともある」という前提で、「三審制」であるのに、メンツが立たない・威信・引くに引けない、といった立場を重視する日本社会のありようを映しているようで、一度有罪判決が出た場合は、無罪を成立させるのはとても難しいそう(原発なんかと同じかもしれない)。

そんな、組織を守るための体制とマスコミと「民意」とが一丸となって冤罪を作り出していく話にぞっとした(心ある方ももちろんいらっしゃるでしょう)。私自身も(よりによって)と先に書いたように、人を裁いたり人の命に軽重をつけている傲慢さや自分の中にあるおごりを感じる。せめて自分にもそういう感情があるということ、感情に流されて間違ふこともあるということに自覚していようと思う。

日本の死刑制度をめぐるの経緯や諸外国の流れ。死刑執行(誰がどうやって)については情報が伏せられているという問題。裁判員制度が不備や問題点ばかりだということ。なぜ今、厳罰化なのか。凶悪犯罪が決して増えたわけではないのに不安を煽るような報道。格差社会と犯罪のつながり。インフルエンザに罹った方や、犯罪被害にあった方が非難中傷されたりといった日本社会のありよう。

ちはるさんご自身のご両親との対立もあったというお話(多かれ少なかれ誰しも、親からの抑圧はあるでしょう。その中で行動に移せる人との違いはどこから来るのだろうか)などにも話が及びました。自分だって家族だって間違ふことがある。犯罪者になってしまうことだってある。だけどやっぱり、被害者になるかもしれない恐れにも囚われる。

「厳罰化」は私の中の「不安の解決」にはならない。犯罪を犯した若者たちが死刑になることを望む日本の社会の未来の方が、不安だ。原発・憲法・環境・食の問題などという「不安材料」によって人と繋がったとしてもそこに希望の光を見出していきたいと思います。自分自身で作りだし、増幅していく「不安の正体」も見つめながら。

自分の中の不安や恐れがどこから来るのかを改めて考える機会になったわけだけれど、9歳の時に犯罪に遭った私がこうして生きている。生きて結婚をし、子どもを二人設けることができた。それって、大きな希望だよなと思ったりもする。

\* にんじん食堂HP <http://www11.ocn.ne.jp/ninjin-s/>

### 【フルーツパフェ】

甘酒スポンジケーキ、バナナキウィムース、甘酒ソースの三種盛り。あなたのセンスで盛り付けて下さい。ケーキとソースに使った梨の癖のない甘みが効いています。梨の代わりにリンゴでも美味しくできますよ。それぞれ単品でも楽しめます。



### 甘酒スポンジケーキ

【材料】(15センチ丸型1個分)

国産薄力粉 100g、ベーキングパウダー 小さじ1、重曹

小さじ1/4、天日塩 小さじ1/4、梨(またはリンゴ)のすりおろし 70g、甘酒 100g、レモン汁 小さじ2、レモン皮のすりおろし 小さじ1/4、菜種油 40g、

【作り方】

1) ケーキ型に紙を敷いておく。蒸し器に水を入れて火にかけておく。

2) 梨、甘酒、塩、レモン汁、レモン皮、菜種油をよく混ぜ合わせる。

3) 薄力粉、ベーキングパウダー、重曹を合わせて振るいながら2)に入れて手早くさっくりと混ぜ合わせる。

4) 生地をケーキ型に流し入れ、平らにならして、トントンと台に軽く叩き付けて空気を抜く。よく湯気のたった蒸し器に入れ、ぬれ布巾を鍋と鍋ふたの間にはさんで強火で約20分蒸し上げる。

5) 蒸し上がったなら網の上ののせる。粗熱がとれたら型からケーキを抜いて完全にさます。冷蔵庫で冷やしておく。

### バナナキウィムース

【材料】

バナナ 2本(よく熟れたもの、皮をむいて正味約160~180g)、ゴールドンキウィ 4個(皮をむいて正味約300~340g)、無調整豆乳 200cc、粉寒天 小さじ1/2、米粉 小さじ2、天日塩 小さじ1/4、レモン汁 大さじ1

【作り方】

1) 鍋に豆乳、粉寒天、米粉を入れて良く混ぜる。粉類が豆乳に馴染んだら中火にかけて絶えずかき混ぜる。ふつふつと沸騰してきたら弱火にして、さらにかき混ぜながら約1分加熱したら火を止める。

2) ミキサーの中に皮をむいておおまかに刻んだバナナとキウィ、レモン汁、塩を入れる。レモン汁はバナナの色止めに必要なので必ず入れる。

3) 2)に1)を温かいうちに入れて滑らかになるまで良く攪拌する。四角いバットなど平らな容器に移し入れる。完全に冷めたら冷蔵庫で冷やす。

### 甘酒ソース

甘酒 90g、梨 150g(皮をむいて正味)、レモン汁 大さじ1、豆乳 150cc、天日塩 小さじ1/4 \*全ての材料をミキサーに入れて良く攪拌する。冷蔵庫でよく冷やす。

### 【ちらし寿司】

お酢に麴をつけ込んだ「麴酢」を作るところから始めます。出来立てのちらし寿司は味がバラバラであまり味がのっていません。焦ってあれこれ味を付け足さず、全ての甘味と旨味がじっくり馴染むのを待ちましょう。今回の具は梅酢大豆、炙りきのこ、酢みょうがにしましたが、皆さんの好みで色々アレンジしてみてくださいね。

### 麴酢

清潔で良く乾いたガラスの保存瓶に米麴を7分目まで入れる。そこへ米酢を注いで瓶を満たす。ふたをして安置する。3か月ほどすると甘みが出てくる。室温が高いと、ぴりりとした刺激味が出てくることもあるが、冷蔵庫に移すとまろやかさが戻る。使うときは上澄みだけでもいいし、漬込んである麴(もろみ)ごと混ぜ込んだり、用途に応じて使い分ける。もろみは旨味の宝庫、捨てずに食べきって下さい。

### 梅酢大豆

茹で大豆 1カップ、赤梅酢 大さじ2、水(または昆布出汁) 大さじ2 \*茹でたての大豆の煮汁をきって、梅酢と水(昆布出汁)を混ぜた液に漬込んで冷蔵庫で保存する。時々混ぜて全体をムラなく綺麗な赤紫色に染める。塩気が足りなければ天日塩で調節する。

### 炙りきのこ

しめじ又は生椎茸 120g前後、醤油 小さじ1/2、天日塩 ひとつまみ、ごま油 小さじ1/4 \*しめじは株をおおまかに割いて(しいたけは軸を切り取って)網にのせて、水分が飛んで香ばしい焼き色がつくまで素焼きにする(魚焼きグリルを使っても良い)。焼けたらしめじをさらに細かく割いて(椎茸は千切りにして)醤油、塩、ごま油で調味する(ごま油が加わることで甘さがぐっと引き立つ)。

### 酢みょうが

みょうが 40g、麴酢 大さじ2(上澄み)、水(又は昆布出汁) 大さじ2、天日塩 小さじ1/4 \*みょうがは縦半分に切ってから斜め千切りにしてボウルに入れておく。麴酢、水(昆布出汁)、天日塩を鍋に入れて中火にかける。一煮立ちしたらすぐに1)のみょうがに回しかける。みょうがを酢液に良く浸しながら冷めるまで放置する。綺麗なピンク色に染まる。冷蔵庫で保存する。

### ちらし寿司(約4人分)

【材料】

米 2合、麴酢 大さじ3.5~4(もろみごとすく)、天日塩 小さじ1、昆布 5×10センチ、梅酢大豆 1/4カップ、炙りきのこ 適宜、白炒りごま 大さじ1~2、酢みょうが 適宜、刻み海苔 適宜、三つ葉 適宜

【作り方】

1) 米を研いで30分水に浸しておく。ざるにあけて水気を切って炊飯器(または鍋)に入れ、昆布を上置いて、少し固めの水加減で普通に炊く。

2) 小さい鍋に麴酢、天日塩を入れて中火にかける。ほんのり温まったら火から下ろす。(沸騰させなくてよい)

3) ご飯が炊きあがったらすぐに寿司桶(飯切り)にあげ、2)の温かい麴酢を回しかけて、うちわで扇ぎながらしゃもじで切るように手早く混ぜる。

4) 良く混ぜて味が均一になったら、梅酢大豆、炙りきのこ、白炒り胡麻を混ぜ込む。味が馴染むまで布巾をかけて2時間ほど置く。

5) 食べる直前に刻み海苔、三つ葉、酢みょうがをトッピングする。



こうじ  
麴遊び その10

## 小紺 有花 (ここん ゆか)

「あまい」は「うまい」が転じた言葉で、「甘い」と書いて「うまい」と読み、「あまい」と「うまい」は同義語だったそうです。つまり、甘いものは美味しいものであり、美味しいものには必ず甘味があるということでしょうか。なるほど、野菜、果物、穀物、海産物、畜産物などなど、良質で旨いとされる食材には必ず絶妙な甘みが存在しています。甘味は美味しさに欠かせない要素であり、食生活に癒しと豊かさをもたらしてくれる特別な味覚なのだと思います。

昔々、砂糖が普及する以前、甘いものはとても貴重でした。日常的には麦焦がしや炒り胡麻、干し芋や干し柿などをおやつとし、そのにじみ出るような素朴な甘味を噛み締め、米飴や甘酒は保健食品の役割を担い、味醂は高級なお酒として楽しまれていました。より凝縮された甘みを得るには多くの原材料と大変な手間と時間を必要とするので、甘い物はとても得難く有り難いものだったのです。精製度が上がるほどにその希少性は高まり、砂糖は大変な高級品でその強い甘さ是一部のお金持ちにだけ許された至高の味でした。

しかし、明治時代に入って安い外国製の砂糖が流入して広く普及すると、甘いもの事情は激変しました。そのクリアで刺激的な甘さに圧されて、それまで親しまれてきた穏やかな甘味はすっかりと影を潜めてしまいました。砂糖を入れると口当たりが良くなって、手早く簡単に味を調えることができるため、料理にもお菓子にもふんだんにが使われるようになりました。

毎日毎食、砂糖を口にすると、甘さへの感度は鈍り、人々はより強い甘味を求めるようになります。やがて粗悪な素材の味を誤魔化すために砂糖を濫用した甘ったるいだけで旨くもない加工食品が横行しはじめ、必ずしも「あまい」=「うまい」ではなくなってしまったのです。もはや甘いことは特別なことではなくなり、粗末に扱われるようになったと感じます。

加えて砂糖の摂り過ぎによる様々な健康被害が問題視されるようになりました。冷え性、頭痛、肩こり、貧血、便秘、肥満の元となり、免疫力を低下させ、低血糖を招き、キレやすく無気力になり、うつ状態をつくるなどなど、心身への悪影響は著しく、今や砂糖の過剰摂取は発ガン要因のトップにもあげられているほどです。かつては薬として珍重されていたといわれる砂糖は、その強い作用力から常食には向かない食品なのでしょう。本来なら人々の食生活を豊かに彩るはずの甘味は、飽食の果てに、人々の体を蝕む物へと変わり果ててしまいました。

そういうわけで私は5～6年前から料理に砂糖は使わないようにしています。素材の甘味と旨味を最大限に生かすように工夫して料理をします。焦らず、ゆっくりと素材から美味しさがにじみ出てくるのを待ち、いくつかの素材の甘味を重ね合わせ、馴染ませてじっくり味を調べてゆくのですね。そうやって得られる穏やかな甘味を楽しんでいると、素材そのものに備わっている甘味がいかに豊かで、変化に富み、地味溢れるものであるかに気付かされます。甘味料に依存した食生活はこんなにも多彩な味の世界を逃してしまっているのです。なんともったいないことですね。

しかし、お菓子づくりにはどうしても、もっと強い甘みが必要でした。砂糖よりは体への負担が少ないとされる未精製のてん菜糖、米飴、メープルシロップなど他の天然甘味料を



ちらし寿司

控えめに使うのですが、レシピ開発中は何度も試作試食を繰り返すため、いくら穏やかとは言え甘味料が少しずつ体に溜まってしんどくなってくるのです。本当に体も心も喜んで、かつ現代人の肥えた味覚を満足させる甘味のあり方を深く考えるようになりました。

色々と試すうちに、甘酒は他の甘味料とは違うことが何となく感じ取れました。甘酒は米麴と炊いた御飯を混ぜ合わせて発酵させたものです。麴カビの働きによってでんぷんが糖化され、あま～くなるのですが、お粥に近い感じがあります。他のどの甘味料よりも緩やかに消化吸収され、きちんと代謝してくれるような気がしました。事実、甘酒を摂れば摂るほど（もちろん常識的な食欲の範囲内で）、腸内の微生物バランスは整えられ、体の調子が良くなるのです。発酵食である甘酒は善玉菌が繁殖しやすい環境を作ってくれるのだと思います。聞くところによると、麴菌は癌治療への応用も期待されているとか。

恐るべし麴菌！！これぞ未来を担う甘味だと思いました。甘酒の凄い所は単に体に良いというだけではありません。甘酒は組み合わせる素材の持ち味を殺すことなく、甘味と旨味を引き出して、融合し、繊細にして奥深い全く新しい味を生み出すのです。他の甘味料のように単に甘さを添加する訳ではないので、その特性を理解して、使いこなすことが求められますが、そのユニークな味の世界にすっかり魅了されています。

さらに、模索を続け、色々と試すと米麴そのものを液体調味料に漬込むと甘味と旨味が強化されることが分かりました。醤油や魚醤に漬込むと旨味の濃いタレが出来上がり、お酢に漬込むと極上の甘酢になります。ここまで役者がそろえば、甘味料のお世話にならなくとも麴パワーを駆使して、甘いお菓子から、甘辛料理に、お寿司まで何でも作れてしまいます。

そこで、今回ご紹介するレシピは、フルーツパフェにちらし寿司です。

フルーツパフェは甘酒スポンジケーキにバナナキウィムースと甘酒ソースを重ねあわせ好みのフルーツをトッピングします。甘酒とフルーツの甘みを存分に生かしました。ムースは甘酒も使わず、フルーツのみの甘みで仕上げられています。

ちらし寿司も普通に作れば砂糖を大量に使う料理ですが、特製の麴酢を使えば、砂糖なしで美味しい寿司飯が出来上がります。具もひと工夫してシンプルに味付けしたものを用意しました。

本当に癒しと豊かさをもたらす甘味とは心も体も喜ぶものではないでしょうか。これからは甘味の原点に立ち返って、未来に向けて本当の意味での「幸せの甘味」が育まれることを切に願います。そして古より私たちの暮らしを支え恩恵をもたらしてくれた麴の価値を見直し、新しい味を創造することがきっと大きな助けになると信じています。

アイルランド  
愛蘭土より (3)

## ダブリン市民 (Dubliners) として

## ハミルトン 純子 (はみるとん じゅんこ)

私にとって2度目のアイルランドの夏も終わろうとしています。初めての夏は結婚のためのこちらへ来た21年前の7月。あの年は世界的に冷夏だったとはいえ、真夏だというのにセーターやジャケットを着なければならない寒さに戸惑ったものでした。

そして今年の夏は5月の終わり頃に急に暑くなったのも束の間、その後ははっきりしない天気が続き、7月に入ると日に一度は雨が降り、汗ばむこともほとんどない夏でした。本当にちょっと暑かったのは6月の初めの1週間ばかり。

それでも昨年、一昨年の夏と比べると今年はずいぶん夏らしかったというのですから、日本の夏を「夏」だと思ってきた私にとっては、あまりにも頼りない。たしかに涼しくて蚊がいないというのは過ごしやすいものですが、カーッと照りつける太陽や、汗が流れる感じがなつかしいです。

今回は仕事のことを中心に書きましたが、その後も定期ではありませんが通訳の仕事もするようになりました。夫は俳優で、9月の下旬からツアーが始まる演劇の仕事が決まり、稽古に入りました。3ヶ月近い夏休みを日本でアルバイトしていた息子も戻ってきて学校も始まり、それぞれが動き出しました。

移住して1年近くなり、少しずつこちらで根付いてきたと感じています。実は出国前に転出届を出さないうまにこちらへ来てしまいました。単に面倒だったのと、届け出なくても特に不都合はないと聞いたことがあったからです。

ところが娘が高校を終えて日本に戻ったので、国民健康保険の申請をするにあたり、転出届を出していないと実際に日本にいなかった期間も保険料を支払い続けなければならないことがわかりました。結局日をさかのぼって届け出ることになり、昨年の10月をもって京都市民ではなくなりました。

アイルランドに住む人は全員、国籍などにかかわらずPPSナンバー(Personal Public Service Number)と呼ばれる番号を取得し、これによって社会福祉サービスを受けることができるようになります。住所を定めれば簡単な手続きで取得できますが、逆に言うとこれがなければ仕事にもつけませんし、国からのベネフィットを受けることができません。また、運転免許証の取得にもこれが必要で、私も6月に日本の運転免許証が失効したのを機会に、こちらの免許証に書き換えました。

実はこれを書いているのが8月31日で、日本の衆議院選挙の結果が出たところです。こちらでも「歴史的な勝利」だと伝えられていますが、残念ながら私は一票を投じることができませんでした。

日本にいないでも投票は当然できるものだと考えていたのですが、選挙の公示後も大使館からの通知がないので調べてみたところ、在外投票をする場合は選挙人名簿の登録が必要だと知りました。登録には2ヶ月かそれ以上の日数がかかるそうで、残念ながら今回は間に合わなかったのです。

選挙といえば、こちらで6月に地方選挙があったのですが、アイルランド在住の人は国籍に関わらず地方選挙で投票できるので、私にもちゃんと選挙権がありました。た



だ、投票は逃してしまいました。ちょうどその時期、夫が仕事で日本へ行っていたこともあり、よく理解していなかったのですが、投票所などを知らせてきた葉書がとても薄い紙だったので、郵便受けの底の見えにくいところに張り付いていて、届いていることに気がつかないままだったのです。

この時もちんと調べなかったのが悪いのですが、いまだに外国人に参政権を認めていない日本での意識が底にあったのも、ひとつの原因だと思っています。外国人であっても社会の一員として認められているのはうれしいものです。ダブリン市民としての誇りと自覚をもって、少しずつ根を張りたいたいと思っています。

今回はフィッシュケーキを紹介します。ケーキと言ってもお菓子ではなく、こちらではとてもポピュラーな惣菜で、魚のコロッケという感じでしょうか。日本人の口にもよく合うと思います。鮭以外にも白身の魚やカニ身でもおいしいですよ。

## 【サーモンフィッシュケーキ】

## 【材料】

生鮭 約400g、じゃがいも 約200g、イタリアンパセリ (みじん切り) ひとつかみ、塩・ブラックペッパー 少々、ナンプラー 小さじ1、パン粉・溶き卵・油 各適量

ソース (卵黄 1個、マスタード 小さじ1、酢 小さじ 1～2、水分を抜いたヨーグルト 大さじ4、タバスコ 少々、塩・パセリなどハーブのみじん切り 適量)

## 【作り方】

浅い鍋に4カップの水と小さじ2の塩を入れて沸騰させ、鮭を入れふたをする。再沸騰したらごく弱火にして5分ほどそのままにし、火を止めてさらに10分ほどおく。

じゃがいもを皮ごと柔らかく蒸して皮をむき、つぶす。

の鮭を取り出して皮と骨を取り除き、身をほぐす。のじゃがいもと合わせ、分量の塩、こしょう、ナンプラー、イタリアンパセリを加えて8～10個に分け、厚さ2.5cmの丸型にととのえる。溶き卵をくぐらせてパン粉をまぶし、ラップをかけて冷蔵庫で冷やしておく。

揚げ油を温め、さっと色がつく程度に揚げる (少なめの油で焼いてもよい)。ソースの材料をすべてよく混ぜ合わせて添える。

## (5Pから続く)

これって、粘土となにか似てないかな？心意気でもいいし、こだわりでもいいけど、モノへの誠意が、お客との一番大切な接点。効能や値段や見てくれだけではない商品・モノとのスタンスの取り方が、なんか似ている！この話は、全国あちこちの自立起業スタイルのエコショップで、感動の体験としていつも吹きまくっている。「店は本来、こうあるべきだ」と。

夢は、こんな「楽天堂」みたいな、絶対我が道を行くお店と連携して、販路を充実させ、その活性化を名目に、全国行脚し、お店をもっと見て回ることに。そうすることで販売の安定と促進が得られればいいことなし。

\* マーレーズの「WAR」が収録されたCDをプレゼント。ご希望の方は手塚さんまで at1945@gk9.so-net.ne.jp



# ねんど物語 (中)

ポディクレイ代表 ・ 手塚 昭雄 (てづか あきお)

前回の内容とも重なりますが・・・

父の会社の疎開先で終戦直前に生まれた後、しばらくして都心の渋谷周辺に育った私だが、戦後のニッポンと同じ年齢である14、5歳の頃、自分の回りには、戦時中の生々しい残酷な情報がまだまだ溢れかえり、早くも再軍備の声も聞くようになると、再びの戦争への不安は、とても大きく、自分にとって切実だったのは事実だ。あの、まだこの前、終わったばかりの第二次大戦で、狂ったように死が溢れた時代が再来し、徴兵令が来た場合、いざこの自分は、拒否できるだろうか？いざとなったらやっぱり応じるのだろうか。戦中の共産主義者や反戦に動いた人々への弾圧のすごさはまだ耳新しかった。結局は「人が人を合法的に殺すこと」をいつか、この俺も受け入れる日が来るのだろうか・・・以前だったら「20歳」の徴兵年齢まで、後4、5年の少年にとっては大きな恐怖で、ベトナム戦争の勃発は胸をさらにじりじり焦がしたし、惨殺されるベトナムの小柄で若い戦士たちは、アジア人としての自分となにか共通して、大問題だった。

でも、小さいときから、自分を正当化できる安住の居場所を探して、いつも現状に不満を抱え、その苛立ちからか、集団行動や集団で共有する時間が超苦手。集団の「空気」が読めない、というより「空気」そのものを共有し吸収することにすら嫌悪感を持つ鼻持ちならないうぬぼれ、その裏返しコンプレックスにのたうつ少年時代・・・だから、そのはけ口を、反戦運動に結びつけたただだったのかもしれない。

ただし、そもそもその「集団行動」というのはなにか？「社会人としての生き方」が戦後しばらくすると、社会秩序やモラルが整うにつれて、あからさまに語られるようになった。文部省は、僕が20歳のころに「期待される人間像」\*を世に発表し、ますます、苛立つようになった。

\*その趣旨：「日本における戦後の経済的復興は世界の驚異とされている。しかし、経済的繁栄は一部に享楽主義の傾向を生み、精神的空白を生じた。このように欲望の増大だけがあって精神約理想が欠けた状態がもし長く続かならば、長期の経済的繁栄も期待することができない。」

・・・その狙いは、競争の末、いい大学を出て、いい会社に入って、出世してという高度成長に必要な上意下達、組織に従順な人材が「期待される人間」であって、それに見合わない人材は排除される圧迫感が身に迫り、なんとか逆らいたい。それに、どうせ競争には負けるだろうし、トップには立てないし、だったらあらかじめ、反戦活動を口実に落ちこぼれてやれ、というセコい逃避願望が濃厚だったのかもしれない。

ただ、その影響か、いま、仕事のうえでも、化粧品業界では当たり前、効能効果を他商品と競い合うことを嫌う商品の売り方を基本としている。強調するのは、まず、格段に気持ちいい使用感。それを最大の手がかりに、お客(使い手)の実感=意思を尊重し、納得づくで買ってもらうのが、ポリシーにもなっているのは、そうした競争社会から脱落した自分だから、OKなのかも。

あと、大型店で雰囲気売るのが得意な卸会社の人から、化粧品では、当たり前だった毎年の新商品発売を期待していると言われ、いいことを伝えるための商品にあってそ

んな意匠替えが必要なんだ？中身に自信がないからか？だったらそんな無駄なものは売ることないじゃないか？モノは、伝えたいから売らんであって、米だって同じじゃないか？と息巻いた。

ところで、余談ですが、「人を殺すことを正しいと思わされて・・・」、このフレーズは、私がいま尊敬してやまない30代？のジャパニーズレゲエバンド・マーレーズの、今年の夏聞いて以来、もう300回も聞いた「WAR」という曲の一節です。ぜひ入手して、聞いてください。

いまから、50年も前の少年の胸に焼きついた素朴なフレーズ「人を殺すな」。時には、「殺せというやつを殺せ」・・・なんて粋がってみたり・・・それから50年、途中、マイナーな音楽業界に長く浸って、「叛」の志を持つバンドを限りなくフォローしてきた私だけ、このシンプルなフレーズをすっかり「歌詞」にしてくれたのは、このバンドが初めてじゃなかるうか！うれしくてうれしくて、心が砕けそうなときは、コレを聞いて立ち直る癖がついてしまった。

そんな反戦、叛乱の原点をしょったまま、ついに45歳になり、音楽業界に居場所もなくなり、ついに父の粘土を、メシの種にしようと、背水の陣をひいて、街に出たのだが、当然、いくつもの試練が待っていた。

まず、誰に売るのが？当時、マルチ商法が当たり始めた頃で、自ずと、全国をブロックに分けて、支店を置き、その下に組織を作って・・・といった人の力を頼りに、中間の利潤を餌に人の心を動かす手法・商法が頭を駆けめぐる。なにしろ一人なのだから、一人じゃ何もできないから・・・どうしよう？と思い詰めていた頃、遊びで訪れた長野の大鹿村でカフェマヤというグアテマラのコーヒーを仕入れて商っていた田村ご夫妻に出会い、「エコロジー事業研究会」という組織を知る。ちょうど、たまたま、時代に先駆け、人に頼らず、自分の思いを託して自ら起業するエコショップが全国同時多発で開店し始めたあの頃、それぞれがバラバラにがんばるより、エコロジー事業の可能性や情報を共有したほうが、支えになるし、情報収集の手間が、大幅に省力できる、など各店の自立を妨げることなく交流できる相互扶助組織・・・が通称「エコ研」(主宰・加藤哲夫氏 1992 - 2002年)。

その出会いは、いまの私の会社のバックボーンになるほど強烈で、学んだのは「人に頼らず、自分発を、大切にすること」。

自分発、すなわち自己責任のもと、自分のやりたいことを実現するためには、絶えず、徹底的に自分発であれば、結果の善し悪しはすべて自分に返ってくるから、善し悪しを充分、吟味できるし、その時、ではなくてもかならずいつか役に立つ。ここから「等身大」とか「地産地消」とか、エコロジー、循環経済などのつながりがいくらでも出てくるので、とても助かった。因果応報とでも言うのか。

とにかく、その思いですべてに関われば、結果をコントロールできるはず・・・販売も、一人に1個売り、それが、10人、100人になれば、喰っていける？その結果、日本の人口の何%が買ってこれれば、自分たちが喰っていけるのだろうか？と、少ない売り上げの数字を見つめ



# 「リフォーム料理でひとやま当てて！」 なんていわれても その13

根石 佐恵子 (ねいし さえこ)

今年の夏は、本当に涼しかったですね。麺類の減り方もゆるやかだったし、ごはんをきっちり作って、きっちり食べた気がします。なので、言い訳のようですが、あまり、残り物の出なかったこの夏、今回は喜多方へ行って手に入れたそば茶のリフォームです。「そば茶」といっても・・・本体ではなく・・・そう！いわゆる「出がらし」です。

お茶がおいしくって、そして、残ったぶくぶくに膨れたそばの実のつぶつぶがいとおいしくて、これは絶対捨てちゃいかん！！と頭のスイッチが入りました。そう、実は子どもの頃から、あの「玄米茶」の出がらしのぶくつぶくのご飯粒をどうしてももったいなくて捨てられず、よく拾い出して食べてたことを思い出しました。おそばも穀物だもんね～。そして、現在に繋がってたのね！おっとでは、本題に入ります。

まず、見た感じ、クスクスを想像して、サラダ風にできないかな？と思ったのと、手早くこのまま使っちゃえと思って2種作りました。

## <ポテトサラダ風>



玉葱、じゃがいも、ねぎを堅めにゆでて、塩こしょう・オリーブオイル・シークワサー(たまたまあったので使っただけです・・・柑橘果汁なんでもよいです。もちろんお酢でも)で味付けして、そこにそばの実を好きなだけいれてさく

り混ぜます。写真はただのポテトサラダになっちゃいましたが、そばの実、じゃがいも、ねぎの食感をそれぞれ楽しむには茹ですぎないことですね。一手間かけてじゃがいもを揚げるとよいのかもしれませんが。

## <やっこサラダ風>

とうふを適当に切って、上にそば、佃煮(ちなみに四国から届いた母のお手製です)刻んだオクラをのせて、んにく醤油、ごま油を適量回しかけます。いかなごとくるみの歯ごたえと濃いめの味つけの佃煮とマッチし、オクラのおかげで、ぼろぼろにならずに口に運べて、なかなかよいハーモニーになりました。薬味のバリエーションでもいろいろ楽しみました。夏はやっこですね～。

それからは、お茶を作ったら、密封容器に入れて冷蔵庫に入れておいているんなものに使ってみました。つぶつぶ・・・ミンチ肉の代わりに使えないかな～？と、すぐに思いついたのが「麻婆豆腐」！でも、お肉と違う。どうコクをだそうかと思ひあぐねた結果・・・



## <ソバボー揚げ>

そうです、逆の発想。とうふにコクを出してもらいましょうということで、素材を「油揚げ」にチェンジ！！あとは、ねぎ、しょうがをたっぷり使い適当に残り野菜をみじん切りにして合わせます。豆腐はくずれないように最後に入れていましたが、揚げの味を出すため野菜・そばの実を炒めたら揚げを入れ、酒、出汁、醤油でしっかり煮含めます。ココがポイント！そばからもとろみがでて、片栗粉少しで、良い加減のあんになりました。控えめに豆板醤を入れ味を調べて、「やさし～い味～」とみんなに大好評でした。

## <ソバピンバ>



そう、ミンチ肉といえば「ピンバ」ですね。さすがにこれは、素材に味をしっかりつけねばと思いい、そばの実を酒、ニンニク醤油、黒砂糖で炒り煮にし、ごま油をかけておきます。あとは好みの野菜を彩りよく盛って完

成です。しっかり混ぜてぶちぶちも楽しめて満足の味でした。こちらもなんだかお腹に優しく、いろいろ丼ものに使えそうですね。

この中華・韓国2品が並んだ夕飯どき、おっとさんが「とってもおいしいんだけど、なんでこんなにそばの実があるの？」と素朴な質問。正直に「出がらし」と伝え、しばらく絶句し・・・「えらいな～」と苦笑まじりに言われちゃいました。かなりマニアックな料理になってしまいましたが、おいしいそば茶が手に入ったら是非、捨てずに使ってみてください。ホントおいしいですよ～。

おまけの一品、運動会の季節になりましたね。先日の息子の運動会のお弁当から～。

## <千種焼きもどき>

足を痛めながらも、組み体操を頑張っているらしい息子につい奮発して手羽中を購入。唐揚げ？焼き鳥？と悩んだあげく結局塩こしょうして、酒蒸し煮。最後にニンニク醤油をまわしかけて照りを出します。メインはここからで、鍋に残ったおいしい残り汁に刻んだ人参を入れ絡め取るように炒め煮にします。その上に卵をまわしかけ(卵焼きも焼いたのですが、とってもいい感じになり、もうこれ以上巻くと形がくずれそう～というところでストップしたため卵液が残ってました。)ふたをして蒸らしたらできあがり。

盛るときに、ごま和えにしようと思って忘れてたさやいんげんを発見。最初から中に入ればまさに彩りよい千種焼きになったのに・・・反省して、上に飾りました。さあ、娘の運動会の際はどんな副産物が生まれるかな？





## インタグの森の中から (3)

インタグコーヒー生産者協会と  
子どもへのまなざし

## ウインドファーム・日下部 伸行 (はかべ のぶゆき)

未舗装の山道を、バスに揺られること約3時間。着いたのがアプエラという小さな村です。コタカチからアプエラまで、直線距離にすると20km程の距離なのですが、険しい山に沿って作られた道を上ったり下ったり、相当な道のりになります。ここに、インタグコーヒー生産者協会(AACRI:アークリ)の事務所と焙煎工場があります。この日、ここでAACRIの設立10周年の記念式典が執り行われる予定で、そのお招きを受けてエクアドルにやって来たというわけなのです。

本当は、もっと大きな会場を借りて、盛大にお祝いをしようというのが当初の計画でした。ところが、この式典の数日後に、エクアドルの新憲法制定の為の国民投票が実施されることが決まり、投票前の大規模な集会や、お酒や音楽を伴う集まりを禁止されてしまったのです。そんなこともあり、一時は開催さえも危ぶまれた10周年の式典なのですが、規模を縮小して周辺の集まれる人だけでやろう、ということになりました。



10周年記念式典

アプエラ到着前に訪問した、コタカチ郡知事のアウキさんも、「大した問題は無いよ。山奥だし、別に大丈夫だよ」と、気安くお墨付きを与えて下さいました。

会場となったAACRIの焙煎工場には60人程の生産者やその家族が集まってくれました。大人も子どもも、沢山の人が僕たちを歓迎してくれました。

冒頭、AACRIが1998年に創設された時以来の主要メンバーである、ホセ・クエヴァさんが、AACRIの10年についてお話をして下さいました。鉱山開発に反対してAACRIを設立するきっかけとなった、地元環境保護団体との出会い。初めは換金作物としてサトウキビを作るかコーヒーを作るかで迷ったこと、作ると決めたままでは良いものの、売値がなかったこと。コーヒーの焙煎もうまくいかず、黒焦げのコーヒーが出来あがってしまったことや、コーヒーを担いで首都のキトまで行商に行ったこと、様々な苦労話、失敗談をしてくれました。

売り先を探して苦労していた頃に、日本からやって来たのがウインドファームでした。既にその頃はブラジルとのフェアトレードを行っていたのですが、インタグでの鉱山開発と、それへの反対運動の話聞いた社長の中村がここを訪れ、その場で取引が決定したのです。

袋数にして100袋(1袋が45kg)、取引が始まった1999年当時のインタグの生産量のほとんどでした。焙煎する前の生豆の状態を日本に送って、焙煎は日本ですること

「その時のことは今でも忘れない。そこから今のAACRIがあるんだ」というようなことを、ホセさんはおっしゃっていました。今では、カナダとスペインにも少しずつ輸出出来るようになり、そちらへ輸出する分は、AACRIで焙煎もしているのだそうです。

その後AACRIの会長である、エドムンド・ヴァレラさんからも挨拶があり、生産者やウインドファームへの感謝の気持ち、地球の裏側の仲間とつながっていることへの喜び、そういったことを伝えて下さいました。

他にも参加者から様々なメッセージがありました。貧しいインタグから都会に働きに出かけ、豊かになるべく努力をしてみたが、結局うまく行かなかったというある人は、「帰ってきたら、ここほど豊かな場所は無いことに気がついた。お金の豊かさでは無くて、自然の中で食べていける素晴らしいところだと分かりました。」

と云い、この多様な命の溢れる森の中での暮らしを、喜んでいました。

さて、式典以外にも、お昼御飯が出されたり、現地の方が踊りを披露してくれたり、みんなで輪になって踊ったりと半日色々あった10周年記念ですが、参加しているのは大人ばかりではありません。

式典の最中は皆さん広場に椅子を持ち出し、輪になって座っていたのですが、その周囲で座り込んで友達と遊んでいるのは子どもたち。はじめのうちは大人しくしていた彼らも、時間が経つにつれて退屈してきたようです。

通訳(スペイン語)を担当していたウインドファームのスタッフは、日本人ですがエクアドルで暮らし、現地の男性と結婚し、3歳になるムユちゃんという娘がいます。(「ムユ」とは先住民の言葉キチュア語で「種」を意味します。)お母さんが通訳で忙しいため、ムユちゃんは退屈気味。はじめのうちは歩き回る程度でしたが、少しずつご機嫌斜めになってきたようです。

ムユちゃんをあやしながら通訳を続けるお母さんですが、とうとう仕事もしばし中断。大事な場面で通訳もなくなって、さあどうしよう?

日本では許されないような状況ですが、インタグの人々は気にする様子もありません。笑顔で見守ってくれて、子どもの機嫌が一段落すれば、また通訳再開。式典の進行を気にする人は誰もいませんでした。

以後、どこに行っても同じような情景が続きます。走り回る子どもを追いかけて、通訳が姿を消した時には、他に通訳のできる人がいればその人が変わり、誰もいなければお互い顔を見合せて微笑み、ゆるやかに時間は過ぎていったのでした。

人々のそのおらかな姿には、どこかインタグの森を思わせるものがあります。森はコーヒーを育てるだけでなく、バナナやアボガド、他にも多くの野菜や果物の恵みを与えてくれます。様々な作物が、それぞれのペースで育ち、お互いに助け合って豊かな実りをもたらしてくれるのと同じように、子どもたちもそれぞれのペースで育っていきます。

森林農法という、森の中でコーヒーや他の果樹と一緒に栽培する農法では、背の高い植物が、コーヒーに必要な、適度な日陰を作ったり、他の植物の落ち葉などが、堆肥となって土壌を豊かにしたり、コーヒーの味を良くしてくれます。同じように、親と子どもと一緒に過ごすことで、親は自分たちが豊かな時間を持つことができることを知っているかのようです。

(12Pへ続く)

て、いっしょに売ってくれる社員や仲間の給料をもう少し上げたいと、未だに考え込む。ただ、自分発でがんばるうちに、「幸運」が、向こうの方からも、やってくることもあり、その時は、身じろぎせず、すかさず、口を開けてパクッと喰えばいい。

友人が古いアパートの玄関を改造し、身近な作家たちの作品を並べてギャラリーショップにすると聞き込み、ほとんど手作りのような「粘土化粧品」も僕の作品とも言えるから、そこに置かせてよ、とオープニングパーティに持ち込んで、座りこんで並べていたら、後ろから、「粘土って、売れるわよ」と、天啓のような声。でもその時は、なんて無謀で大胆なことを言う人がいるモンだ、と振り返ると、そこに川内たみさんが目をキラキラさせて、微笑んでいた。伝説の西荻窪「たべものや」を10年ほど運営し、閉じてまだ2年目ぐらいだったか、その店でも粘土関連のローカルな「髪洗い粉」を扱っていたそうで、体験的に「ねんどの良さ」を知っていて、本能的に、直感的に声をかけてきたのだと思う。

私は、唖然として耳を疑った。この得体の知れぬ、日本では見かけたことのない「粘土」を原料とする化粧品を見て、「売れるわよ」というあまりにも大胆な発言。そこまで言うなら、売るのを手伝ってください、と応じてしまった。それからの彼女の好奇心と行動力はすさまじかった。父の研究所に通い詰め、消費者にとってのより使いやすい品揃えを、成分配合の開発から参加してくれ、おまけに、商品名を、当時、いかにものエコ気取りで「アースマザー」(ネイティブアメリカンは、大地のことをそう呼ぶ、粘土だから、ふさわしい!)などと名付けていたのだが、もっとダイレクトに、粘土を使用する消費者の目線で、身体のケアという人にとって大切な商品にふさわしいタイトル、友人たちにも相談してくれて、そこから飛び出したのが、ボディクレイ。一見、一聴、なんのことかわからないが、なんとも全体性、トータル感に満ちていて、他にもいくつかあった候補名を軽く跳ねとばして、採用となった。

また、「ものを売る場所」、「ものを買うお客のいる場所」、つまり、お店での販売は人生45年、一度もしたことがなかったので、都内のある自然食品店に、デモ販という自社製品の店頭宣伝販売で呼ばれていったとき、ほとんど手作り、手詰めで作った愛着の深い「入浴剤」などを並べて、店に入ってきたお客さんに声をかけようとしたが、恥ずかしくて声が小さい・・・「いらっしやいませえ」と叫ぶようにお客の目を見て大きな声掛けができるまで、何日もかかった。客を呼び止め、今日の買い物の目的には当然入っていない見慣れぬ「粘土の化粧品」をなんとか注目してもらい「それってなあに?」と近づいてくれるまでの短い時間。そこを通過して初めて、そのお客に買ってもらい、その売り上げで食べていく。そのために、歌うような大きな声、キャッチーな台詞の考案、説得力のあるプライスカードやPOPなどの制作も自分で考え、自分の手で作るようになっていった。

そして、エコ研で知った全国各地のエコ系ショップに向け、月刊の機関誌を通じて、商品をアピールしたり、同

時に、お茶の水の「ガイア」でも雑貨卸を開始し、その卸先のお店もかなりの率でエコ研加盟店と重複するので、全国各地、直接、お店に、ご挨拶と説明に「お伺い」することを、自分に課し、それを願い続けるのが「仕事の核」になっていった。なにしろ、知名度ゼロの商品をお店に置いていただくのは、そもそもそのお店の「自分発」の関心、好奇心があつてのことだから、その「ありがたさ」は、身に沁みるほどだし、直接会ってお礼するのがありがたくも、うれしく、一番気持ちも落ち着く。で、相手も、メーカーとの初対面、それまでの見えない関係での不安は吹っ切れる。

だから常日頃、相手方となにかの別件での電話の折りに、その店や街が未知で、興味がある地域だったら、すかさず「近々お伺いしたい」と一方的に宣言しておいてから、半年ぐらいのあいだに、同一の地方で何軒かが、まとまったところで、では、いよいよ行くか!と出発...をずーっと繰り返している。

私の念願、いや、悲願は、全国のボディクレイを置いてあるまだ見ぬお店を全部回る。主要店舗で約400軒はあるのだけど、訪ねたのは、まだ100軒を超えたばかり、18年目でこれだから、あと10年はかかるかな。それでもこの得体の知れぬ、触った人だけにわかるボディクレイを知って、ファンになって自らも使いつつ、売ってくれるお店。これは、どんな売れ筋大型店よりもありがたい。なにしろ、お店の担当者は、店主のご本人である場合がほとんど、なので安定的で安心できる。

北海道、九州、関西、東北、北陸・・・乏しい旅費だが、効率的だし、相手はわざわざ...とってくれて効果倍増。そして京都では、知恩寺という広い境内のある寺で、有機の八百屋と農家の集まる「収穫祭」にその地域での宣伝を兼ねて、レギュラーで出店することにした。そのノリは、大阪、札幌などに広がり、ついでに、8年前からフジロックにも出店、5年前からは、ap bank fesのつま恋にも出るようになる。もちろん、会社が東京なので、アースデーがらみの諸イベントはほとんど欠かさず、年間、30本ぐらいになるが、それも「自分発」で消費者と直接接して、説明販売して、体験者を増やし、お店に貢献している(つもり)。

そんな折り、エコ研会員であった高島千晶さんが山口県のお店を閉じて、京都でなんと「豆」屋を始めるとい噂を聞いて、まさか、粘土なんかとあきらめつつも、置いてくれそうな感触があった。これは、絶対お礼に行かねば!とって1年経って、今日行きます、と電話してからお店へ向かって歩く時の心のときめき!そして棚の隅に置いてあるのを見たときの感動!でも、びっくりしたのは、お店の中心に置かれた、何種類かの豆を置いてあるだけの簡素な直径90センチの円形テーブル。

豆で世直し、というコンセプトで新規に豆の専門店を始めた楽天堂。店を始めてしばらくしたら、近くの市場でいつもは豆を買っていたお客さんが立ち寄ってくれ、豆だけを中心に売る店なら、自分は豆が好きだから、同じ豆でも、ここで買うことにする、と言ってくれ、常連ができた、と千晶さんが教えてくれた。モノと人って、こうあるべき?

(3P下段へ続く)



## 新連載 往復書簡・川内たみさん&高島千晶

### 商売の楽しみ その1

高島千晶より（2009年8月9日）

キャンプから帰ってきました。大人二人で子ども4人（息子の友だちを二人連れていく）をキャンプに連れていくというのは、なかなかたいへんなことでした。32リットルの水に、24合の米、テント2、水着や浮き輪、花火に釣り具、寝袋やら食器、、、最初の日は炎天下の中、運ぶだけでクタクタでした。無々々が大半を運んだのですが、中の日は余裕。帰りの日は雨で、雨の中、テントを片づけて帰ってきたので、やはりなかなかハードでした。帰ってきてから、テントを干したり洗濯物をしたりと、また後片づけが一仕事。今、やっと一息ついているところです。

キャンプの間中、なぜ今回、たみさんにメールを書こうと思ったかということ思い出していました。それはある対談で、鮎川誠さんが、「バンドをやっている何が良いか」と、全部自分たちで決められるところ」というようなことを言っていたのを読んだからです。鮎川誠さんは、だから最初のうちは東京に出ていこうとしなかったし、東京に行っても、売れたらそれが一番うれしい、というのとはちょっと違うんだ、ということ言ってた。

その鮎川さんの言葉を読んで、わたしと同じだ！と思ったのでした。商売をやっている、どうして商売を始めたか聞かれても、なかなかそうと答えるチャンスは少ないし、他の人の商売についてのインタビューを読んでも、そんな文章を読むことはほとんどない。でも、考えてみれば、わたしが何でこんな風な仕事をやっているかという、一番の所は、全部自分で決められるところだなあと思ったんです。

やるからには、やりたいことをやるし、社会的な意義みたいなことも言うんだけれども、それは後からついてくるもののような気がします。

だから誰かから、「これは売れそうだよ」とか「これは有名な人のものだよ」とか「これが流行ってるよ」とか「これからの時代はこんな経営の仕方がいいよ」とか言われて、それを言われたとおりにするというのは、いくらお金が入ってくるのが保証されようとも、したいことではない。

自分の思い通りに生きてみたい、というのが自分の仕事の根元にあるような気がしました。そして、その文脈でたみさんのことが思い浮かんだんです。たべものやの仕事にしても、ボディクレイの商品開発の仕事にしても、自由な発想、今までわたしたちをしぼってきたものがあるとしたら、そこから自由になる着想があって、わくわくしながら仕事をされてきたんじゃないかと思ったんです。

こういうことが一番、たみさんに書きたかったことです。数年前、「NPOと社会企業家」ということがテーマのきょうとNPOセンターの催し物でパネリストのひとりとして呼ばれたとき、会場からの質問で、「あるスペースにどうやったら人が呼べるか、何を企画したら人が集まるか」という問いがあったのですが、わたしは違和感を感じ、「わたしはやりたいことをやります、人が集まるか集まらないかなんて考えない」と思わず言いました。これから社会的な活動をしようという方に対して、それは不親切な答だったし、他のパネリストがもっと親切な答をされて場がおさまったような記憶がありますが、それでも、その答はその時のわたしの素朴な実感でした。すごく不思議な気がしたのです、どうやったら人が集まるかという問いの立て方が、

ハードだったけれどキャンプに行ってもよかった。大事なことを思い出しました。鮎川さんの言葉を読んでそしてたみさんにメールをしようと思ったんだし、こういう大義名分でないことを商売の話でちゃんと書いておきたいし、そういう文章を読みたい。最近、マクロビオティックを学んでいる、それを仕事にしたいという人によく出会います。そしてなんだか違和感を感じることもある。誰かが既にオーソライズしたものを安心して学び、それによって仕事にしたいというのは、なんか違うな、と感じるんです（もちろんすばらしい仕事をされている人はいらっしやるんですが）。

川内たみさんより（2009年8月12日）

千晶さんのメールを読むと、刺激されて、いろいろと引っ張り出されて来ます。いつも読んだ直後は、いっぱいいいいたいことあるのに、しばらくすると、、、端的に言うとか、忘れちゃうのね。最近、ことに、やばいかも。すっかり、省エネモードに入っていますが、これも老人力というべきか。

「やるからには、やりたいことをやるし、社会的な意義みたいなことも言うんだけれども、それは後からついてくるもののような気がします。だから誰かから、『これは売れそうだよ』とか『これは有名な人のものだよ』とか『これが流行ってるよ』とか『これからの時代はこんな経営の仕方がいいよ』とか言われて、それを言われたとおりにするというのは、いくらお金が入ってくるのが保証されようとも、したいことではない。」

まさに！わたしも全くそうです。

「自分の思い通りに生きてみたい、というのが自分の仕事の根元にあるような気がしました。」

そうよね。わたしも社会に出た最初は、大企業のOL(今で言う)だった。東京に出てきて、別の大会社に転職したのだけど、自分の時間を切り売りするような会社勤めは、たとえ、給料がよくても全然満足できない気分、もっと沢山もらわないと合わない、と言う気分だったことを思い出しました。

社員が気持ちよく働いていない、というのは、雇っている会社にとっても効率悪い話ですよ。働くモチベーションが低いと能力も発揮できないし、発揮できないとますますつまらないし。

そういう経験を経て、私も主体的にというか、もっと楽しく(というのも誤解招きそうね)もっと自分にぴったりフィットしていきたいという欲求が強くなったんだと思います。

子供たちが小さい頃、うちでできる仕事として、アクセサリーを作って当時の最先端というかトレンドのお店に卸していた時期があります。

ファッションも好きだったし、作ることも大好きだったし、仕事は順調だったのだけど、私の関心事は、女としての自立した生き方、自由な生き方、やりたいことをやれる生き方だった。

そういう本もあまりなくて、ポーヴァワールの『第二の性』なんか読んで、むしろ女性の置かれた状況の悲惨さががっかり来ることの方が多くて、一人で悶々としていたものでした。

まだ、ウーマンリブが出てくる前だったけれど、私の個人的な関心事がそういうことだったと言うことは、いまだ連帯していなかったけれど、そういう女性がたくさん点在していたということだった。ウーマンリブがでてくるのも時

間の問題だったのだと思う。だから、ウーマンリブが出てきたとき、私はとても嬉しかったし、駒尺喜美さんの「魔女の論理」にはわくわくしました。それまで、たった一人でウーマンリブをやっている気分だったから（勘違いしてるような団体もいたので、マスコミは、それをいいことにウーマンリブそのものが揶揄していました）。

東京西荻の たべものや だって、単に安全な食材を使って、、とかいうだけだったら、それなりの存在価値はあるかもしれないけれど、私はやる気にならなかったと思います。女の人たちが、男社会の中で自分らしく仕事ができない状況だったので、もっと生き生きできる働き方を考えたかったのです。

どんな仕事だってよかったのです。結果的に たべものや をやることになったのは、みんながやりたいこと、やれることを考えたとき、誰にとっても等距離の、いちばん身近で関心もてるのが食べることだったからでした。

女性ばかりで、たべものや を運営しているうちに、関心事は、共同で働く、コミュニティとしての働き方、に移ってきました。多分、だれでも、自分にとっていちばんリアルなことをやろうとするんじゃないかしら。

それぞれ対等な関係で、自立して、みんなでやりたいことをやる、多数決じゃなく、意見を出し合って、納得しながら決めごとをしました。

無農薬野菜とか玄米とか出していたので、外から見ると、いいことしてるみたいなイメージでみられていたかもしれないけれど、私たちは自然食と言われることにも抵抗あったし、自分たちの感覚に沿ったことしかしたくなかった。時代もあったのでしょうか。今思うと、ずいぶんわがままなやり方です。よく12年間もやってこれたなあ、と感心します。

千晶さんがマクロを仕事にしたい人に違和感を感じる、というの、とても健全な気がします。

仕事を通じて何かを表現したり、伝えるには、社会的な目的だけでなく、自分の中にリアリティというか、エネルギーというか、必然性があるんだと思っています。



話は横道にそれますが、ゴダールの『勝手にしやがれ』を初めてみたとき、どんなに興奮したことか。感動とか、共感とか同感とか、どんな言葉を使っても、私を感じた気持ちとはぴったりじゃない。誰かと、他の誰かとこんなにも同じ感覚を共有できたのは初めて、と思いました。あの時の気持ちは忘れられません。

でも、それから、何年も経って、この映画をみても、同じ気分にはなりません。あの時代、誰とも同じ感覚を共有できなかった孤独な状況の中でみただけこそ、感じたのだと思います。

多分、駒尺さんの本も、今読むと誰もがいってるようなことかもしれない。ああいう、新しい概念は、世の中に浸透していくと、なんでもないことみたいになっていくでしょう。

\*川内たみ（1939年生まれ）高島千晶（1963年生まれ）

ポップアートを初めて、上野の美術館でみたときも、すごく自由な気分になって、解放されたのでした。

ウーマンリブも、ヌーベルバーグもポップアートも、あ、これでいいんだ、と自分を肯定できた。

「そして、その文脈でたみさんのことが思い浮かんだんです。 たべものや の仕事にしても、ボディクレイの商品開発の仕事にしても、自由な発想、今までわたしたちをしぼってきたものがあるとしたら、そこから自由になる着想があって、わくわくしながら仕事をされてきたんじゃないかと思ったんです。こういうことが本当は一番、たみさんに書きたかったことです。」

ありがとう。昔、ねんどの歯みがきのことをエコ研（エコロジー事業研究会）の会報に書いたことがあるのですが、その時、主宰者の加藤哲夫さんが 私がやりたかったことを的確にコメントしてくれて、とても元気づけられたことを思い出します。・・・何か今までとは違ったセンスや、大げさに言えば違った生き方につながる感覚をこの粘土の歯みがきは伝えてくれます。・・・

私が、仕事を通じてやってきたこと、やりたいことはまさにこういうことだったので、そういう風を感じてくれる人がいた、というだけでとっても嬉しかった。

ボディクレイは、手塚昭雄さんが手にしていたジェル状の粘土をみて、ピンと来た、というか、引力を感じたことは確かだけど、化粧品とか、スキンケアとかだけじゃ本気にはなれなかったと思う。

私の中では、この粘土を介して、オルタナティブな提案ができるんじゃないか、と思えたんです。当初から、世の化粧品と競争する気は全くなく、宣伝に振り回されたりしない、主体的なユーザーを想定していました。

最近、それに答えてくれるようなユーザーも徐々に増えてきてるようでうれしいです。今年のアースデイでのお客さんの反応は、今までとはずいぶん変わってきたとかんじます。商売って面白いなあと思うのは、売っているものを介して伝えることができるし、つながることができるということです。私の経験では、経済的には一番大変だけど、一番面白いのは 最終ユーザーに直接対応できる小売店だと思ふ。

たべものや もその前にやっていた ジャムハウス という“なんでもや？”も経済的には、やり続けられる最低ラインだったと思うけれど、あの頃の毎日は、楽しくて、刺激的だった。自分たちの売ってるものを通じて、思っていること、望んでいること、今の消費社会に対するアンチテーゼを表現できるから。それで、自分たちの食い扶持をなんとか確保できていたのだから、なかなかいい仕事だと思えます。

私自身は、社会性がなく、個人的なところからしか考えられないから、いまだに運動と一緒にやりたいなのは苦手なだけで、自分の仕事を通じてやってきたことは、けっこう社会的なことだったのかな、と思います。

お店として、社会に顔を出しているわけだから、いやでも社会的な存在になりますね。ジャムハウスは75年のミルクキーウェイ・キャラバン(各地の拠点でワークショップやコンサートをしながら沖縄から北海道まで行進するという平和行進)の拠点の一つとなり、その後の「ほびっと村」立ち上げにつながっていきます（ほびっと村は当時のカウンターカルチャーの中心地になり、大勢の人が通過していきました）。

文学とか音楽とか美術とかみたいに直接的ではないけれど、ビジネスだって商売だって、その人の表現だと思っています。