

長野県革新懇ニュース

2014年6月号
(発行日6月10日)
年会費5000円(送料込)
振替 0510-3-15971

182

発行 日本と信州の明日をひらく県民懇話会
(長野県革新懇) 発行人: 山口光昭 編集長: 高村裕
〒380-8790 長野市県町593 高校教育会館内
TEL: 026-234-1231 FAX: 026-234-2219 メール: yamaguti@trust.ocn.ne.jp

全国革新懇年次総会 & しせぷション

日時 6月28日(土)
11:00 ~ 17:00
会場 東京・学士会館



大町市生まれ。長野市在住。長年、信州の伝統食について、フィールドワークを含めた研究を重ね、地元の食材の良さを生かしたオリジナルレシピを考案。料理教室を開いたり、信越放送やNHKのテレビ・ラジオ番組、講演会などで、「食と健康」の啓発に努める。「作って楽しむ信州の漬物」(信濃毎日新聞社)など著書多数。現在、県伝統野菜認定委員、県観光振興審議委員、おいしい信州ふード(風土)公使、県ベトナム協会理事などを務める

豊かな食文化は 身近な伝統食から

横山タカ子さん
(伝統料理研究家)

幼いころの体験が原点

▽料理研究家としてご活躍ですが、いつ頃から関心をもち、2人の妹、弟1人の長女でしたので、小さいころから母や祖母の手伝いをしていました。その頃から、畑からいろいろなものを採ってくるのが好きで、雑草などもいつも摘んでおいて、鳥小屋に飾ったりしていました。植物に興味があったんでしょね。今もものすごく好きです。母は園芸が好きで、庭一面に四季折々の花が咲いていました。当時、大町には花屋さんは1軒しかなかったもので、病院にお見舞いに行く方が、お花を分けてほしい

と家に寄ったものです。昔は、山野草や雑草の区別はありませんでしたし、園芸種とは別に田圃の雑草や水草をいつも摘んで飾っていました。そんな環境があったので、自然体でこうなつたと思います。だから、他の人が料理は苦手というのが不思議でした。安曇野では年12回餅つきがあるんですが、小学校の頃からあんな餅をつくっていませんし、母は行事を大切に、お正月、節分などの年中行事や二十四節気ごとにならず行事食をつくっていました。実は、うるさい母のそういう生活から早く脱出したいと思っていたのですが、結婚して、子どもができて、伝統食をつくるようになって、友人が関心をもち、それがテレビで報じられるようになったわけです。だから、あくまで自然体の流れです。祖母や母、叔母の時代から受け継がれてきたものをレシピとして集大成したにすぎません。それが注目されるのは、ある意味、時代が私と同じ方向を向いてきたと言えるかもしれません。

日本人のDNAは和食

▽伝統食や郷土食の現状は料理教室をやっていると、年齢を問わず、昔からの調理を知らない方が増えています。豆の煮方を知らないとか、60歳ではじめてお稲荷をつくったとか、ヒジキを水で戻し、山のよう

に膨れてびっくりするとか、おはぎってこんなに簡単にしてくれるのなんておっしゃるんです。どこで途切れてしまつたのかと、考えまいます。私も団塊の世代なんです。やはり日本の社会や経済の大きな変化が個人や家庭にも影響を与えたということでしょう。今は、農家の主婦さえ、パートで仕事に出て、農業は夕方と土日。疲れ切つてしまつて、とても料理の余裕がないという状況です。

そんな時代の流れの中で懲りずにやってきたのが私なんです。けれど二期、とても興味をもつてパンを焼いたりもしました。1970年代には、信州でパンを教える人はいなかったものですから、わざわざ東京まで習いに行きました。でも、後で知ったことですが、終戦当時に「米を食べないとバカになる」という大キャンペーンが張られ、強引にパン食化がすすめられたようです。ともあれ、パン食に一時傾いたのですが、どうも体調が悪いんですね。そこで、改めて和食に戻つたんです。そうしたら、体調も回復しました。実は、洋食も中華も手掛けましたが、やってみて改めて私たちのDNAには伝統食が組み込まれていることを認識しました。

信州の豊かな食材

▽信州の食材については

信州には、実に70種類の伝統野菜があります。私は、長野県の伝統野菜認定委員をやっていますが、圃場調査に行くと、江戸時代にルーツがある野菜がたくさんあります。大手の種子会社が品種改良をどんどんやって、多くの伝統野菜の種はかなり少なくなつてしまつたのですが、長野県人は細々ながらも伝統野菜の種を守つてきています。たとえば、下条ニンニク。これは江戸時代からのものですが、球根、茎、花がすべて食べられています。なかでも茎と淡竹を合わせた煮物はおいしくてびっくりします。須坂の八町きゅうりをはじめ、きゅうりの種類もたくさんあります。松本の稲核菜(いねこぎな)も野沢菜とは違ったおいしさですね。

実は、長野県人は野菜を一番食べ、お肉を一番食べない県民だそうです。塩分の摂取量は多いんですが、野菜をたくさん食べるから一緒に排泄してしまふ野菜との食べ合わせが上手なんです。

発酵食品も優れています。ヨーグルトなどがもてはやされていますが、日本人には植物性の発酵食品が合っている。そういうDNAなんだと思います。特に信州は漬物の宝庫です。一期、味噌汁は塩分を高めるから控えるようにと医療機関などが指導していましたが、先日新聞ではむしろ

コラム

原宿のちっちゃな喫茶店で、RCサクセションのボーカル、忌野清志郎を愛する仲間たちの小作品が展示されている。コーヒを飲みながら展示を見て、20数年前、彼らのLP(「カバース」)が、「素晴らしいので発売できません」のコメントとともに発売中止になったことを思い出した。発売を中止したEMIの親会社である東芝は、言うまでもなく原サプライヤーだ。収録予定の強烈な反核ソング「サマータイムブルース」や「ラヴミーテンダー」は相当話題だった。「人気がないところで泳いだら、原子力発電所が建つていた。さっぱりわかんなえ何のため。あくせく稼いで税金取られ、原子力発電所がまだ増える」「ざけんじゃねえ、核などいらぬ。よせよ、騙せやしない。いくら理屈をこねても、バレてるその黒い腹」。その後、マイナーレーベルから出されたLPは大ヒットした。清志郎は、福島第1原発事故を見ることなく他界。でも、福島第1原発事故の後、その2曲にリクエストが殺到したという。それなのに、電波を通じて耳にする機会ほとんどはなかった。繰り返されたプロパガンダのあのフレーズはいやでも耳に残っているのに。絵本作家の荒井良二さんは、イラストの額をRCの「空がまた暗くなる」の歌詞で書き潰していた。「おとなだろ、勇気を出せよ。子どもの頃のように、さあ、勇気を出すのさ。知つてることが誰にも言えないことばかりじゃ、空がまた、暗くなる」(A)