



「鮫川村」というところ

阿武隈高原の南部に位置する鮫川村は、心がほっとする里山の原風景をとどめた村です。野に咲く草花や山々の木々。清流の織りなす自然美は季節の移ろいを教えてくれます。

これは鮫川村のパンフレットの始めに書かれている文章です。御縁があって鮫川村に視察に行く事になり、夢プロジェクトの3人と共に8月27日にお邪魔いたしました。人口3700人の村ながらとても活発な活動をしている所です。

「手・まめ・館」という情報発信の直売所や「すまいる」という商工会の宅配事業の実態を学ぶべく、また夢プロジェクトの今後を探るのに良い先駆者です。

「手・まめ・館」は、東京農大や宇都宮大学とのコラボによって村の問題点を浮き彫りにして、それらをひとつひとつクリア。現在売上一億円を超すまでに成長しました。また、「すまいる」ではコンスタントに利用者が増えていったそうです。

「すまいる」の良し所はサロンを作り、村民の憩いの場を提供し、さらに今までに無かったコンビニと宅配機能を加えたこと。何よりも従業員の皆様が生き生きと使命感を持って働いていらっしゃることに。

鮫川村を全国に知らしめたのは「大豆」。

村では「まめ」で達者な村づくりとして大豆の生産を奨励しています。主に作付けをなさっているのは村内の高齢者の皆さん。生産した大豆は全量を村が買い取るシステムを作りました。それにより農家は安心して大豆を生産できるとともに雇用も生まれました。元気に農作業をしている高齢者が増え、村の医療費の削減につながりました。

こうして出来た鮫川産の大豆は村内で味噌、きな粉、豆腐、醤油などの加工品を製造販売し全国にPRしています。

さまざまな工夫をして、鮫川産の大豆を盛り上げています。

「自立する元気な村づくり」を目指し「手・まめ・館」で生産者の後押し。商工会は「すまいる」で商業の後押し。両者とも中々に難しい事も多々あるのですが何よりも「元気」と「やる気」があるので。羨ましい限り！「筋トレではないかな」この村の根拠地でした。



手・まめ・館
福島県東白川郡鮫川村赤坂中野巡り作1-16

村民（みんな）の店 すまいる
鮫川村大字赤坂字新宿64番地1

一品！
タイ料理「豚バラブロック肉の唐揚げ」
(ムー・トゥー(トウ))

【材料】

豚バラブロック

ソイソース(タイの醤油)

砂糖、塩少々

にんにく、ひとかけ

片栗粉

米粉

揚げ油

【作り方】

豚バラブロックは調味料に漬け込む。(にんにくはすりおろす) 二時間ほどたったら肉を一口大に切る。

片栗粉、米粉を混ぜ合わせたものをまぶして油で揚げる。



อร่อย มาก!

アローイ・マー!
タイ語で「とっても美味しい!」
という意味です♪





関心事 「赤毛のアン」展



思いがけず「赤毛のアン」展を見る事ができました。8月22日から9月1日まで福島市での開催でしたので半分は諦めていたのです...

「赤毛のアン」はNHKの連続テレビ小説で放映されている「花子とアン」と共にまた新しいファンを得ているのではないのでしょうか？
30年ほど前「赤毛のアン」の絵本のような料理本を見つけてから、今でも時々引っぱり出して来てはそのレシピの中からお菓子を作ったり、手芸をやったりしています。
元々好きな物語ではありましたがこうやって作者やその翻訳した方の生涯がドラマ化され、おかつたりすると本と作者、翻訳者の生き方がとても良くリンクしている事に気付かされました。私には無い向上心のある二人を羨ましく思っているが、またその生活ぶりに憧れながら本を読んでいるのです。

作者モンゴメリが赤毛のアン「アン・オパ・グリーン・ゲイブルス」を世に出してからその44年後、1952年（昭和27年）に村岡花子さんによって翻訳されました。戦時下をくぐり抜け戦後7年を経ようやく日本の子供達はその物語を読む事ができるようになったそうです。
「赤毛のアン」シリーズは数多くの漫画やアニメになり、時代を超えてたくさんの子供達に夢を与えてきたのではないのでしょうか。

「赤毛のアン」展では、少しの時間モンゴメリと花子の世界観の中に入る事が出来てとても良い空間を過ごす事ができました。

なんてすばらしい日でしょうね。

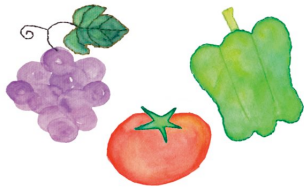
こんな日に

生きていくということだけで

しあわせじゃないこと？

きょうは

二度とこないんですもの



「いのちを養う食」は、幸せの食卓の為の50のメッセージが綴られています。今回はわたしの好きな章を紹介します。

著者の佐藤初女さんは、苦しみを抱え救いを求めて訪れる人達を受け入れ、食事を共にして寄り添う「森のイスキア」という活動をしていらっしゃる方です。多くの著書や講演会などで食の大切さを訴え続けています。
数年前、NHKのカルチャースクールで佐藤初女さんにお会いする機会がありました。初女さんはとてもゆっくりお話なさって、初めてなのに懐かしい人に会ったような感覚に陥ったものでした。終わってから山並みなど人達全員に丁寧にサインをくださり、かく言う私もちゃっかりいただいていたのでした。その頃は声がかまなくってちゃんとお話出来なかったのが心残りではありましたが...



わたしのお気に入りの冊

「いのちを養う食」 佐藤初女

第八章
おいしく感じられる塩分が「適塩」

体にとって塩分は欠かせないもの。適度な塩を取らないと体がだるくなってくるので、昔は塩が足りないとい体が多まると言われたものです。講習会などで塩の量を聞かれると「自分でおいしく感じられる塩分が「適塩」なんです」と答える事にしていくのだそうです。

第十章

食材と向き合うのが料理の第一歩
料理は食材の「いのち」をいただくことなので、いい食材を選ぶ事はとても大切。食材は安全で新鮮なものを信頼できるお店から買う。生鮮食材は地場のものをがおすすめですね。

第十五章

おむすびはどいても誰にでも喜ばれる
初女さんのおむすびが注目されたのは映画「地球交響曲」がイアシンフォニー第二番に出演なさってから、とか。
初女さんのおむすびは、食べて自殺を思いとどまった青年のお話が始まりでした。お米の文化圏だけでなく、どこの国に行ってもおむすびは喜ばれるのだそうです。



初女さんのおむすびは、まるくて海苔が全体に巻かれています。

