

米づくりは日本の伝統文化



中国産冷凍餃子の中毒事件があり「食」に対する関心が高まっています。奥出雲講座(5/6-9)では日本の伝統文化をテーマに食文化にスポットをあてます。料理研究家の中村成子さんに話をお聞きしました。

カルチャーショックを うけた野菜づくり

オーガニックの野菜をつくりたいと考え、郊外に移り住み、農家のおばさんに弟子入りして、一から野菜づくりを教わりました。25年ほど前のことです。カタクリやユリ、桃の花が咲き、戸板を張った荷車で野菜を売りにくるような田園風景が広がっていました。ところが1~2年すると、あっという間に森が切り崩され里山が破壊されていきました。小さな村が大きな街になっていったのです。さらに野菜づくりはカルチャーショックの連続でした。土を消毒するのでミズがいなくなります。キャベツは農薬漬け。そうしないと育たない。土に有機もない。農業は害になると言っても「知ったことじゃない」という農業者もいました。

ホンモノの「水」と「塩」を求めて

農薬を使うと水がだめになる。よい水を求めて岩手県を訪ねました。昔から「水が病気を治す」と言われますが、ミネラルが豊富な水は身体によいのでしょう。

ところが、いくら水がよくても塩がよくないと梅干がうまく漬からない。NACLでは発酵しないのです。そこで次はホンモノの塩を求めて沖縄を訪ね、生成り色の塩をつくる人から塩づくりを学びました。

人間が生きるために水と塩は不可欠な要素です。ところがどんどん環境が悪くなり、本物が手に入りにくくなっていきました。

自己矛盾のなかで 出会った「仁多米」

雑誌の取材で、イギリスやフランス、トスカーナ地方(イタリア)を訪ね歩いたとき「食」のもつ風土性に感動を覚えました。どこもその土地に根ざした食文化が息づいていたのです。当時NHKテレビの料理番組や新聞・雑誌などでいろんな料理を紹介しながら、自分のやっていることが「何かおかしい」と感じていました。旬でない素材で料理をつくり、雑誌に写真を載せている自分に矛盾を感じ、「食が大事にされていない日本とはどういう国なのか?」と考えるようになったのは今から14~15年前のことです。

そんなとき「仁多米」にであったのです。宝物のようなお米でした。すぐ奥出雲に行きました。そして地元から請われ2000年から「一味同心塾」を開いて、食文化の奥深さや、食をとおして日本人の生き方を考えることをはじめました。さらに海を隔てた海士でも、塩づくりとオーガニックの梅干づくりをスタートさせました。奥出雲と海士で食文化の深さにふれ、日本人の生き方を考えていただければと思います。

中村成子

Nakamura Shigeko

1942年、東京生まれ。東京・渋谷で料理教室を主宰。NHKテレビ「きょうの料理」や「クワッソ」、「レタスクラブ」など女性誌で活躍。家庭料理の著書多数。素材の質を見分け、「食の本質」へと情熱を傾ける。「仁多米」が縁となり、「一味同心塾」の館長に。奥出雲と東京を半月ごとに行き来しながら、地元素材を生かした料理講習会や、有機の土作りによる自然農法に取り組んでいる。

