特　別　寄　稿

『一食一会～地域食材を生かすとは？ 』

食・工房ミイロ代表　トータルフードコーディネーター
髙井　瑞枝（たかい・みずえ）

略歴： 1947年北海道枝幸町生まれ。72年から米国、インドなど数か国で各国料理、調理技術、土づくり、有機農法、スパイス、マネージメントを学ぶ。79年より米国カリフォルニア州の大学でベーキング部長。89年より97年まで米国I.C.E.S.（International Cake Exploration Society）日本支部会長。その後、ケータリング、パーティーコーディネート講師。88年、ケーキデコレーター修士課程終了。90年札幌市で料理講師、食に関する講演活動、食材開発による店作り、工場作り等、食による地域開発指導、企業における商品開発指導などの取り組み。世界保健機関日本財団（WHO－JF）理事、北海道フードマイスター認定制度運営委員（副委員長）、北海道科学技術総合振興センター：クラスター推進部アドバイザーなど公職多数。著書には「グルメルシークッキング」（第三書館）、「食の架け橋～一人旅一食一会」（彩流社）がある。北海道放送（HBC）ラジオ「朝刊さくらい朝の三枚おろし」コメンテーター。

仕事柄生産者を訪ねる機会は多いのだが、食材こそは「一食一会」の源という思いをいつも強く感じている。多くの生産者は子どもを育てるように生命の糧と向い合い、三十年、四十年たっても「毎年一年生」という自然に対する畏れのような謙虚さを持っているようだ。収穫時の様子でほとんどその生産者の生き方がわかる、と豪語する人もいるが、生命を扱っていると実感している生産者は確かに正直な方法で収穫し、より良い状態で消費者に届けることを務めと疑っていない。青い内にトマトを収穫し、消費者の元へ届く頃に赤くなっていれば良いなどという拝金主義の生産者は少なくとも私のつき合いの中にはいない。

そんな地域の食材を果たして我々消費者は正しく知っているだろうか。化学が食の世界に入り込んで以来、より手軽に、より簡単にと消費する側が自分の生命に直接繋がっている食材を御座なりにして来た。その結果、今度は安心して食せる安全な食材を、と叫ぶこととなった。

地域食材を生かして行く為には原点に戻ってみる事も必要かもしれない。食材は食べられてこそ生命の源になる。百人いれば百の生命が、千人いれば千の生命が、食することによって生かされているという事実は誰もが当り前に知っている事（のはずである）。今、口に入れた食材は再び決して同じ物は永久に無い。同じ茎に付いていたじゃがいもも一個ずつ違うのだ。その生命を頂くこと、正に「一食一会」なのだ。北の大地に住む私達は、食べ物に対する発想やつくり方、食材の扱い方等は非常に多彩である。屯田兵時代に持ち込まれた食文化は確実に北海道食の土台を作り上げた。子どもの頃、お正月になると近所の雑煮を食べ歩くのが楽しみだった。祖母から母へ、母から娘へと受け継がれても各家族には独自の味が生かされており、食材の無い冬を乗り切る食に対する知恵は育くまれて来たのだ。加えて北の大地で自在に生活していたアイヌ民族の食文化には北国ならではの知恵と技能がつめ込まれている。おそらく屯田兵達は職にまつわる多くの事をアイヌの方々から伝授されたに違いない。乾燥法や塩蔵法、そして収穫の仕方―資源は育てながら使うもの、必要な分だけ収穫する意義など―も現在に伝わる方法の原点のはずだ。

地域食材を最初に使うのは生産者本人だろう。まず自分がおいしく食する事、それから市場に出たり直売されたりして人々の家庭にたどり着く。食材は単に食べる素材というだけではなく、社会の原動力でもある。七、八年前「親子ごはん塾」で幼稚園児におにぎりのつくり方を教えたところ、五年後に偶然一組の母娘と会い「あれ以来、この娘は毎朝父親のお弁当におにぎりを握るんですよ」と母は嬉しそうで、毎朝会話と笑顔がはじけるのは何にも変えがたいという言葉に伝える事の意義を考えさせられた。娘の行為は確実に社会と繋がっている。お弁当がどれ程父親の仕事に力を与えている事か…。私達が地域食材を知り使うことによって生命を育み経済効果も生むだろう。加工食品の開発をしようが、道外に農産物を大量に販売しようが、まずは家庭の食卓に、学校給食に、老人食の開発に、と身近な一人の食と向かい合うことが第一歩ではないだろうか。一食一会こそその原点である。