

食から生まれる「絆」とは

産地と子供たちとともに紡ぎ出すもの

みく に き よ み
三國 清三
ホテル・ドゥ・ミクニ オーナーシェフ

わた な べ ま り
渡辺 真理
フリーアナウンサー

日本の「食」の生産地では、生産者の高齢化や後継者不足など多くの課題を抱えています。さらに3月の震災は、地震・津波による直接的被害に加え風評被害など、東日本の生産地に大打撃を与えました。そのような状況の中、世界に誇れる日本の「食材」を生かした地域活性化の可能性、未来へつなげる子供たちの食育について、「食」の第一線で活躍されている三國シェフにたっぷり語っていただきました。



おいしさは
科学だけではない

渡辺 農業や漁業の重要な拠点を襲った東日本大震災以後「食」がますますクローズアップされています。

三國 1985年頃から「スローフード」や「食育」といわれはじめました。僕たち料理人にとって「食」とは素材のことです。昨年、日本の食料自給率は40%に上がったのですが、3月の大震災でまた30%台に戻ってしまいました。フランスの元大統領のシャルル・ド・ゴールの持論では、自給率が100%でないとい先進国ではないといっています。

あう、いわば絆で結ばれた食材のひとつでしょうね。

渡辺 フランスやイタリアは以前から政府が食に取り組んでいます。1985年頃からイタリアは地産地消のスローフードを唱え、いわば食と地域を結ぶ絆づくり、フランスは国の財産である子供たちに味覚の価値を教える、美食の国フランスの誇りを幾世代にわたって持ち続ける、いわば時間を超えての絆づくりでしょうね。

三國 そうですね。フランスで子供たちに教えるのは、甘い、酸っぱい、塩っぱい、苦い、の四味です。日本はうま味を加えて五味。このうま味というのは世界でも認められた味覚なのですが、イタリアやフランスは自分が一番だと思っていて、判っていないわかない(笑)。僕は五味で教えています。

渡辺 うま味は、鰹節や昆布からとった出汁ですね。

三國 そう、うま味はグルタミン酸です。池田菊苗先生が100年前、ドイツ人の身体が大きいと驚き、まず身体づくりをと食生活の研究をされました。ソーセージや

渡辺 まだ日本は食料の危機管理ができていないということですね。

三國 僕たちは素材がなければ仕事ができません。いまはバターがない。お菓子屋さんやパティシエは切実です。これも震災の影響です。

渡辺 今回の震災で「食べる」ということがとても大事だとみんなが改めて気づきましたが、食材についても教育が基本だと実感します。

三國 僕はフランス料理ですからとくに感じますが、いま丸の内での評判の「エシレ」はすごいバターです。農家が手間暇かけて育てた牛から生まれる牛乳を素材に、昔から続く素朴で古典的なバターづくり。生産者と料理人とが信頼し

ジャガイモも美味しいけど何か足りない。先生は京都の人で、ふと湯豆腐には必ず昆布を敷く、美味しさの元は昆布ではないかと昆布の研究をはじめられたそうです。

渡辺 思わぬ気づきがあったのですね。

三國 研究の結果、昆布からグルタミン酸が発見されました。チーズやトマトにもグルタミン酸は入っているけど、昆布のグルタミン酸含有量は圧倒的で、それで初代の味の素の鈴木社長に商品化を頼むのです。それで味の素ができました。

渡辺 日本人は、知らず知らずうま味に馴染んでいたのですね。

三國 そう、出汁には昆布だけではなく鰹節を入れる。鰹節はイノシン酸で、それを漉してもとをつくる、さらにお吸物には海老とかシイタケを入れます。海老はイノシン酸、きのこはグアニル酸をもっていますから、相乗効果で倍々になり、味にまったり感が出るのです。これらは最近になって判ったことで、昔の人は勘だったのですよ。ただ日本も1985年から

※2 京都府出身の戦前日本の化学者。東京大学教授。日本化学会会長。理化学研究所の創立に参画。昆布からうま味成分のグルタミン酸ナトリウムを抽出。(1864-1936)

※1 「エシレメン」デュ・プール」2009年に東京の丸の内ブリックスクエア1階に outlets。フランス伝統発酵バター専門店。エシレはフランス中西部にある優れた乳製品の産地として知られる村。

CONTENTS

01 特集対談 Think Now 第8回
食から生まれる「絆」とは
産地と子供たちとともに紡ぎ出すもの
ホテル・ドゥ・ミクニ 三國 清三
フリーアナウンサー 渡辺 真理

07 特別寄稿
手と心で結び合う人とまち
「絆」が育む まちづくり 地域づくり
日本NPOセンター代表理事
法政大学大学院人間社会研究科教授 山岡 義典

11 Theひと いま、輝くあの人を訪ねて
囲碁を若い世代に広げたい
広く深く 一対一で「絆」を生む世界
ダイヤモンド囲碁サロン
囲碁インストラクター 稲葉 禄子

13 現場eye
被災者と共に
東日本大震災報道・岩手の地元紙として
岩手日報社編集局報道部 次長 太田代 剛

17 TownScope タウンスコープ 第8回
世界遺産になった平泉
—東北復興のシンボル 私のおふるさと—
岩手めんこいテレビ
アナウンサー 千葉 絢子

19 URのしごと
3つの新しい暮らしをつなぐ
「たまむすびテラス」
多摩平の森 ルネッサンス計画2

21 URからのお知らせ

22 編集後記



三國 清三 みくに きよみ

ホテル・ドゥ・ミクニ オーナーシェフ
 1954年北海道生まれ。15歳で料理人を
 目指し、札幌グランドホテル、帝国ホテルに
 て修業。20歳の若さで駐スイス大使館の
 料理長に就任。数々の三ツ星レストランにて
 修業を重ね、1985年、東京・四ツ谷に「オテ
 ル・ドゥ・ミクニ」を開店。1999年、ル・エ
 シヤット協会の世界5大陸トップシェフに選
 ばれる。翌年、九州・沖縄サミット福岡蔵相会
 合の総料理長を務める。料理人の育成や子
 供の味覚教育にも取り組むなど、料理界の
 発展に力を注いでいる。



科学的に安全安心の説明が必要と
 なった、結果はどうかというと、
 賞味期限の数字を見ただけで捨て
 てしまうようになりました。昔は
 舐めてなんともない、いやおかし
 いという風に、ごく自然に判断し
 ていました。僕は北海道人で腐り
 かけを「あめてる」といいますが、
 人の五感に頼っていたのです。グ
 ルタミン酸とかイノシン酸がと
 いうと味気ないじゃないですか。
 科学で飯食っているわけじゃない
 (笑)。でもそういう時代になって
 しまいました。

8歳から12歳頃までに
 味で「絆」を結ぶ

三國 僕たちが育った時代は無口
 な料理人が優れた料理人といわれ
 ていました。能ある鷹は爪を隠す
 といいますが、いまは優れた料理
 人は爪を出す(笑)。とにかく喋る、
 テレビには出る、喋ってなんぼと
 という時代です。業界にも抵抗勢力
 がありますが、僕はバッシングに
 強いのです。

渡辺 それは風雲児、フロンティ
 アだからでしょう。

6年前、食育基本法案が成立す
 ると企業が最初に参入してしま
 した。食育といっても前例がないの
 で、僕がモデルになって5、6年、
 ノウハウが生まれ、子供たちの反
 応など成果が出てきました。例え
 ば手が不自由な子も参加したいと
 いうことで、まな板と包丁を持た
 せたら動かなかった手が動いたの
 です。みんなびっくりしました。
 また小麦アレルギーの子供は、粉
 が風で舞って体に付着するとそれ
 だけで救急車が必要だと、授業中
 もお母さんが注射器を持って待機
 していました。しかし全くアレル
 ギーが出ない、お母さんも驚いて
 いましたね。子供たちから学んだ



三國シェフの原点をつくった北海道増毛町
 山も海もある自然の宝庫で、魚介・果樹・米などが豊富
 写真提供：増毛町



小学校高学年を対象に、食の楽しさ、地元の食文化の素晴
 らしさを学んでもらう味覚の授業「KIDS-シェフ」



生産者の名前をメニューに記載したのは三國シェフがはじめて
 右下：メニューに書かれている青森県弘前市の成田さん夫妻
 右下 写真提供：松木直也(MIKUNI GOGOGO!)

のは、ハンデを負った子もみんな
 で助け合って普通に扱うこと、や
 んちゃで手がつけれられない子供に
 はこちらがぐつと睨みつけて、彼
 が目をそらすようだともうこっち
 のもの(笑)。最後はその子がリー
 ダーシップをとるまでになりました。
 た。感動ものですよ。

渡辺 子供の溢れるエネルギーを
 良い方に向けるのですね。この取
 り組みはこれからも続けられます
 か。

三國 ライフワークになるでしょ
 うね。

三國 例えばメニューに産地、生
 産者の名前を載せるのは僕がはじ
 めたのです。アラプロバンス、プ
 ロバンス風というのが通常の書き
 方でした。僕はだれがどこでつく
 ったと書き加えたのです。最初は
 「何でそんなことを書くのだ。」と
 料理評論家から相当バッシングさ
 れましたよ。

渡辺 どうして書くかと思われた
 のですか。

三國 自分の名前が出ると農家の
 人が喜び、やり甲斐ができる、三
 國さんのメニューに載ったと。そ
 れをデパートが追随し、農家の写
 真や名前を出すようになり、いま
 はもう主流になりました。つくる
 側、買う側、食べる側それぞれに
 安全安心の信頼感、つまり絆がで
 きたのでしょうか。

渡辺 それまでにないことをやる
 と批判が出るものですね。

三國 批判がないと生きていけな
 い、それが僕の栄養素です。くそ
 っと思う性格で、評価されると逆
 に頑張れない、ダメなのです。

渡辺 いま『子供の間に味を』と

増毛が育てた「うま味」の味覚

渡辺 三國さんは北海道の増毛ましげの
 ご出身ですね。

三國 母が農家で父が漁師です。
 農と漁の産品は料理人にとってま
 さにルーツなのでですね。増毛は、
 高倉健さんの映画『駅 STATION』
 のロケ地で、本家は網元でニシン
 漁をしていましたが、昭和28年に
 増毛の沖にニシンがいなくなり、
 僕の父親は三男で手漕ぎの船でさ
 さやかに漁をしていました。海が
 しけると漁に出られず、食べもの

いう先駆的な主張をされています。
 うま味を実感させ、昔からの味を
 途切れなく伝えていく、いわば味
 覚による世代間の絆づくりですね。
 でも一般に食への関心や意識は良
 くなっているのですか。

三國 世の中は基本的に理不尽で
 正義が勝つとは限らない。しかし
 勝つためにはぶつかりながらも結
 果を出し続けることが大事だと思
 っています。

僕と服部幸應はつべゆきお先生で、十数年前
 から「日本の子供たち8歳から12
 歳頃までに、甘い、酸っぱい、塩
 っぱい、苦い、そしてうま味を教
 えたい、でないと将来の日本を背
 負う立派な大人になれない。」とい
 う思いを持ち、活動をはじめまし
 ました。しかし多くの学校に無視され
 ました。家庭科の教室をパソコン
 教室に変えようという時期で、「と
 んでもない」「なに、お料理？」と
 いうわけです。しかしひるまずに
 全国の小学校に根気強く打診して
 いたら、女性の校長先生が「それ
 は大切よね、ぜひうちに来て。」と
 応じてくれ、そこから動き出しま
 した。やってみると子供たちがい
 きいきとなる、先生たちも成果が
 出ると喜ばれる、給食の食べ残し
 も減ったのです。

がなくなると干したニシンとかス
 ケソウダラをしゃぶり飢えをし
 のです。しけのあとの浜にいく
 と新鮮な魚や海藻が打ち上げられ
 ています。ホヤはおやつ、洗って
 10個も食べればおなかいっぱい、
 そのホヤが現在の僕につながって
 います。ホヤはその形状から「海
 のパイナップル」と呼ばれますが、
 甘い、酸っぱい、塩っぱい、苦い、
 そしてうま味もあり、僕の味覚は
 その時にできたと思うのです。

渡辺 ルーツをお聞きしましたが、
 それ以来、三國さんが辿られた道
 はどんな道だったのでしょうか。



三國 弘前をはじめ10ぐらいの観光大使ですね。北海道のニシンがいなくなつた翌年の生まれなので、「おれはニシンの生まれかわり、おれが北海道をなんとかすべえ。」といつていたら、カナダ政府からカズノコ親善大使に任命されました。10年前からは気仙沼のホヤ大使で

三國 弘前をはじめ10ぐらいの観光大使ですね。北海道のニシンがいなくなつた翌年の生まれなので、「おれはニシンの生まれかわり、おれが北海道をなんとかすべえ。」といつていたら、カナダ政府からカズノコ親善大使に任命されました。10年前からは気仙沼のホヤ大使で

国内外に広がる絆づくり

根をはることに努めました。根をはらないと行く所がないからです。好かれることはゴマをすることではない、相手に必要とされることです。20歳で入った東京のスイス大使館では2年の約束なのももう2年いてくれとなった。大使館の料理長とは聞こえはいいけど実際は大使ご夫妻のお世話役でした。



アジア12ヶ国最優秀シェフアボンラック・グレート・シェフズ・オブ・アジア賞を日本代表の最優秀シェフとして受賞(1996年)



シンガポールの「ラッフルズホテル」にて(1996年)



タイの「ザ・オリエンタル・バンコクホテル」にて(1992年)

三國 ひとつは国内の食育です。先だって、弘前でめんこい女の子が僕に話しかけてくれました。「覚えてますか。三國シェフの『キッズシェフ』に参加し、いま弘前大学の大学院生です。食物科の研究員になって社会に貢献していきたい。」というのです。感動しましたね。食育が10年経つていま一代目、その子たちが結婚し子供が生まれ、3つのジェネレーションで

三國 トマト、キュウリ、キャベツ、どう選べばいいのとよく聞かれます。作物はいわば結果論で、物を買つてはいけません、人を買うのです。すばらしい人がつくるものはすばらしいはず、形に惑わされてはいけません、土壌だつて人がつくりますからね。

渡辺 それが顔の見える関係になつていくわけですね。さて10年後20年後に向かつて三國さんのビジョンを教えてください。

渡辺 大使役は、まだまだ増えそうですね。ところで、作物選びは人につぎるとおっしゃっていますか、これはどういうことですか。

もあります(笑)。

引き継いでいくことが僕の夢です。ファーストフードもいいでしょう、でも半分はキッチンとした食事も必要。バランス良く、自然に普通に、甘い、酸っぱい、塩っぱい、苦い、うま味の五味を教えてください。

もうひとつは海外で、この秋に上海の外灘(バンド)にある唯一戦前の日本がつくつた西洋建築に、フレンチとイタリアンのレストランを開店します。まず上海で一番有名に、1年以内に中国で一番有名なレストランにしたい。三國の発音は「サンコン」、中国では古典に三國志があるので覚えられやすく、そこで日本の西洋文化とそのパワーを中国人に見せたいのです。みんなは、中国での事業は難しい、別にチャレンジしなくても…と忠告してくれますが、三國は僕一代でつくってきたもの。失敗しても構わないと思つています。前に攻めるのは楽しいじゃないですか。

渡辺 三國さんたちが耕してこられた日本の食が、国内だけでなく海外にまでひろがり、お互いの絆が深まっていくのですね。いいお話が伺えました。本日はありがとうございました。



ホテル・ドゥ・ミクニ (HOTEL DE MIKUNI)
 TEL 03-3351-3810 東京都新宿区若葉1-18 定休日 日曜日・夜、月曜日
 営業時間 12:00~14:30(L-O) / 18:00~21:30(L-O) <http://www.oui-mikuni.co.jp/hoteldemikuni/>

渡辺 真理 わたなべ まり
 フリーアナウンサー

1967年神奈川県横浜市生まれ。国際基督教大学(ICU)教養学部卒業。1990年に入社したTBSを1998年3月に退社。同年5月よりテレビ朝日「ニュースステーション」のキャスターとして出演。その後、フジテレビ「熱血!平成教育学院」、テレビ東京「地球VOICE」、TBSラジオ「JOMO presents 渡辺真理のコトバ遺産~未来に伝えたいあの一言~」等に出演。他にも雑誌連載、コラムなど執筆活動も行っている。



三國 職人は技術といいますが、技術の習得は真面目に10年やるとみんな同じレベルに到達します。そこで技術を越える行為が必要になる、料理人でも僕より高い技術をもっている方はたくさんいる、しかし技術の先にある向上心とか探究心、さらに大切な人に尽くす心は、技術ではありません。お相手さんは、心・技・体といえますね。それと同じで、よく「俺は修業を重ねた一流の料理人なのにあの客は俺の味をわからなかった。」といいますが、なぜ自分の料理が気に入らなかつたのだろうという謙虚な心と、人に喜んでもらうという謙虚な心と、人に感動を

与えられる料理はできないと思えますね。

渡辺 帝国ホテルの村上シェフは、三國さんがまだ料理をつくつていない段階なのに、食器の洗い方塩のふり方を見ただけで、「彼はできる」と見抜かれたそうですね。それは生まれながらのものなのか、努力して感覚を研ぎすました結晶なのでしょう。

三國 僕は1954年生まれで、増毛第二中学校では僕と友人の2人だけが貧乏で高校へ行けず、2人で札幌の米屋に住み込みの丁稚奉公に入りました。とにかく学校

へ行きたいので夜間の調理学校へ、それが料理との出会いです。16歳でその米屋さんの紹介で札幌グランドホテルに入りました。正社員はみんな高卒以上です。とにかく好かれたいといけない、どうやったら人に好かれるか、本能的に覚えていきました。技術は北の迎賓館といわれる札幌グランドホテル、そして日本で超一級の帝国ホテル、フランスの三ツ星の店を5軒まわつたのでなんとか身に付きました。三ツ星のレストランの1軒でも働ければ、それで一生食つていけるといわれるのがフランス料理ですが、それらの名店では、どこも技術以上にホスピタリティが勝つて

渡辺 それを三國さんは軽々と成し遂げてらっしゃる。

三國 いや、ニコニコやっただけ、笑わないと福が来ない(笑)。よく弟子には「100歳まで生きるかも知れんが、今日1日は戻つてこないぞ。もつとニコニコやらないと勿体ない。」といっています。

渡辺 三國シェフの笑顔には引きつけられますね。

三國 僕はこれまでに行った、札幌、東京、ヨーロッパ、それぞれで