手とこころ

座談会

小原孝　ピアニスト

小林隆児　精神科医

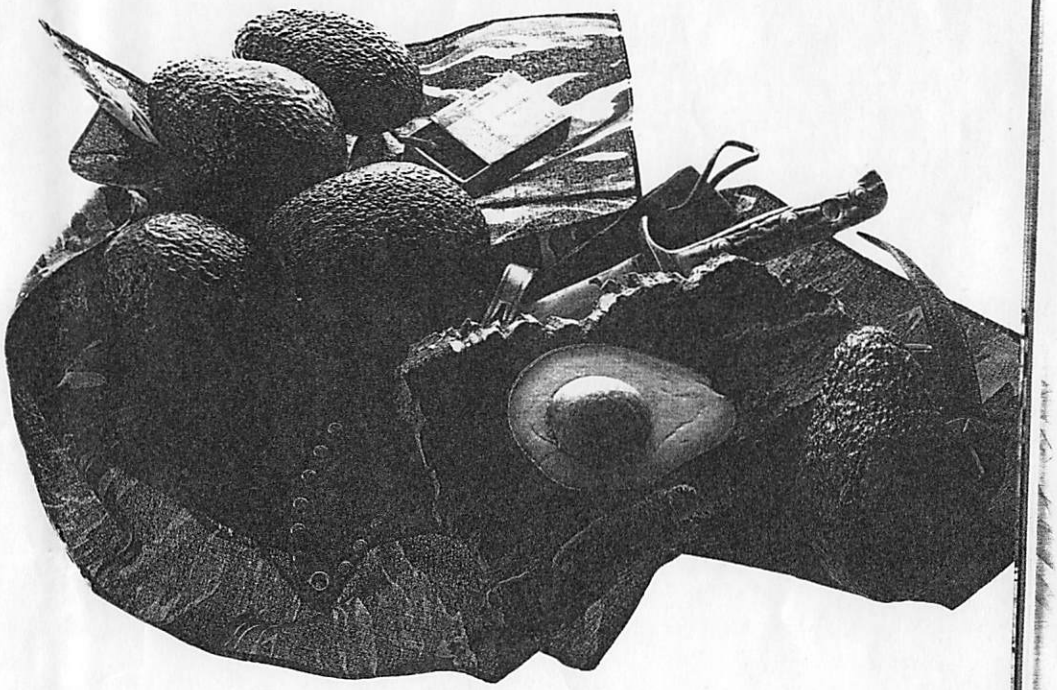
成田恭子　主婦

宮迫千鶴　画家・エッセイスト

近岡善次郎 画

栄養価の高い果実、世界第一位。

“旬の詩”【アボカド】
クスノキ科の常緑高木。



甘くもなくすっぱくもなく、まったくフルーツらしくない不思議なフルーツ、アボカド。でも、正真正銘、トロピカル・フルーツの仲間です。ギネスブックには世界一栄養価の高い果実として収録されました。100g中のカロリーは191kcalもあり、「森のバター」といわれています。脂肪の8割はコレステロールの心配のない不飽和脂肪。たん白質、ビタミン、ミネラルもバランスよく備わっているため、ヘルシーなくだものとして注目のマト。そのまま食べるというより、野菜のように調理して使う場合が多く、おいしい食べ方がいろいろあります。刺身のようにわさび醤油で食べると、マグロのトロによく似た味わいで、なかなかいけると好評です。バターのようにパンにぬったり、刻んでサラダにも。マヨネーズとの相性は、もちろん大吉です。

コールドサーモンとアボカド　材料2人分
❶生鮭の切り身2切れは塩、こしょうして鍋に入れ、白ワインと水をひたひたになるまで加え、蓋をして蒸し煮する。❷アボカド1コと湯むきしたトマト½コは角切りにし、小玉ネギ4コは薄く輪切りにして水にさらす。❸①は熱いうちに取り出し、②と一緒にセパレートドレッシングで和え、冷やしておく。❹皿に③を盛り、キューピーマヨネーズを絞り、香草を添える。

〈赤い網目〉がめじるし
キューピーマヨネーズ

コミュニケーションの始まり

記者――ともすれば、身体や手を充分働かせなくても、何とか暮らせるように思いがちな今日ですが、手をつかうことが、日々の暮らしの目にみえる部分ではもちろん、私たちの成長にとって、どんな意味と作用をもち、よろこびをもたらすか、あらためて考えてみたいと思います。

小原――ピアニストという職業なのに、ぼくは指が悪いんです。ほら、左手の薬指が曲がっているでしょう。関節が動かない。でもピアノが好きだったので、物心ついたときからずっと弾いていました。今も、ほんとに楽しくやっています。ところが一昨年、演奏会の最中に小指の腱が切れたんです。突然左手の小指を間違えたんで、おかしいな、なんでこんなところでと思って見たら、小指がブラブラしてる。次の日に病院で腱がズタズタに裂けていると言われて、二ヵ月くらいギプスをしてた間に、初めて手というものを意識したんですよ。それまで、ピアノが弾けない生活なんて考えてみたこともなかったのです。仕事の予定もたくさん入ってたし、お医者さまに相談したら、「君の場合は指の腱が生まれつき悪くて、もうちゃんとは治らないから、小指だけは使わないようにして、やりたいようにやりなさい」といわれたので、それからずっと、小指を使わないで弾く練習をしました。そうしたら、思いがけずこの三十年間使わなかった薬指が、何とか使えるようになったんです。貴重な体験でした。

宮迫――私が、絵かきになろうと思ったのは、おそくて、成人式の頃だったんです。それまでは文学青年だった父の影響で、詩のようなものを好んで書いていました。思春期は、辞書をみているだけでうっとりするくらい、語源の美しさに魅かれたり、いつも言葉の方が先に入ってきていた人間で、そのまま大人になれば、多分私は、手をそれほど意識しなくてすんだと思うのですが、どういうわけか途中でブレーキがかかってしまったんですね。身体の中につまりにつまった言葉が、自分からどんどん離れていくような実感があって、急に絵を描きたくなったんです。〝赤い花があった〟という一行の文字の前で、私はどんな赤だろうと考えこんでしまう。多分、絵を描くことが自分を解放すると思ったわけです。持っていた本も、ちり紙交換に全部出しちゃって(笑)、すごく気が楽になりました。五、六年たったら、おもしろいことに自分の感性は、多分色で最もよく表現されるのではないか、という肌触りも分かってきて、そのころから、文章を書くことと、絵を描くことが、同時にできるようになりました。ですから、現在の私にとって、手は言葉が出ていくメディアであり、絵が出て行くメディアでもあるのです。

成田――さっきから、お隣にいて、小原さんの手があまりに美しく(笑)、それこそ白魚のようなので、私のごつごつした手をどうやって隠そうかと(笑)思っていました。平凡な家庭の主婦として四十年。着ることと、食べることに充分この手を使い続けております。パンも手作りを心がけ、もう何十年も食パンは買ったことがありません。今日も朝早く目が覚めたものですから、庭の畑のえんどうをちぎりまして、ゆでて朝食にいただき、名古屋の家を出て参りました。

小林――いいですね。私は主に小さい子どもの心の発達についてみているのですが、赤ちゃんは、一日中眠っていて、目もまだよく見えない頃から握った手を力一杯伸ばして、世界を知る手がかりを、掴んでいきますね。手を使って何かを掴むというのは、人間が人間たるゆえんで、やがて七、八ヵ月頃になると、指さしが始まる。指さしとは、あれが欲しい、あれ取ってというだけではないんです。ある対象物について大好きなお母さんと興味や関心を共にしたい、つまり、コミュニケーションの芽生えなんです。自閉症のお子さんの場合は、この指さしがなかなか出てこないことが多い。

赤ちゃんは、お母さんとの信頼関係が深まる中で、大人の仕草を真似て〝おつむてんてん〟や〝にぎにぎ〟をしながら、心や頭の働きを活発にしていきます。人間の学習は模倣から始まりますが、不思議なことに赤ちゃんは、信頼している人の真似しか、しようとしません。乳幼児期に、子どもが親の真似をしたいと思うような関係をつくることが大切で、そこから、手や体の動きが活発になり、脳の発達も盛んになる。そして豊かな心が育ってゆくと考えられています。

手を使って創作活動をしたり、年をとっても、手を働かせている方が若々しいというのは、心と脳と体の働きが相互に高め合うからなのですね。

口八丁手八丁というけれども、口や手の動きに関連する部分が脳の中では最も広い領域を占めているのです。今日の皆さんは、どうも大へんな手八丁の方々らしい(笑)。

楽しみから創造へ

小原――実はぼく、大学ではじめてレッスン受けた時、先生にすごく怒られたんです。ピアノには、きまった指づかいがあり、技術習得のマニュアルがあるのですが、先生の言われるとおりにやればやるほど、うまく弾けない(笑)。

あるとき先生がレッスン中に、ぼくにくるっと背中を向けたんですよ。気分を害されたのかなあと、とても不安になっていたら、「私はきょうから後ろを向いて聴くことにします」とおっしゃったんです。「あなたの手をみていると、イライラしてしょうがないの(笑)」って。「でも、私と同じように弾

小林隆児氏

児童精神科医。東海大学教授。特に自閉症の治療と研究に携わる。

宮迫千鶴さん

伊豆高原に移り住み、自然の中で絵を描き、著作をつづけている。著書に「ママハハ物語」「緑の午後」など

きなさいと言っても無理だとわかったから、手の形については、もう何もいいません。ただし、私が要求するような音楽を、自分のやり方で作りなさい」と、レッスンの方針を変えて下さった。それから自由にのびのび表現できるようになった感じがします。

記者――今は、お弟子さんもずいぶんいらっしゃるようですけれど、どのような先生なのですか。

小原――子どもたちには、こういうのがマニュアルだという風には教えません。人の表情や顔も、手の形もみんな違うけど、ぼくはその音楽がいい表情になるようにお手伝いをする。でもね、ピアノを弾くってすごく大へんなんですよ。毎日毎日、何時間も練習して、指が完璧に動くようになっても、音楽的感動がないこともある。国際コンクールでは、小柄な日本の女性たちも、一九〇センチを越す外国人たちと競うわけですから。ぼくみたいな手のピアニストは、恐らくコンクールには通用しないでしょう。

記者――五本の指の中で薬指が使えないとしたら、どうカバーしていらしたのですか。

小原――なるべく使わないですむように、小さい時からお手本にあることを自分で変えていったのです。学生時代は苦労しましたけれど、今では、自分流のやり方を身につけたことが一つの強みになっていると思います。もう一つラッキーだ

小原　孝氏

由紀さおり姉妹の童謡コンサート、テレビ、ラジオにも出演。近作CDに、“ねこふんじゃったスペシャル”

成田恭子さん

機織り歴7年。山歩きで採集した葛の繊維のタペストリで、昨秋「国展」に入選。名古屋友の会員。

ったのは、指が長くて、とても広がるんですよ。普通の人だったら届かないところを、だからカバーできたんです。

成田――私の場合は、子どもたちも成人し、ようやく若い頃からの夢だった機織りをはじめて、七年になります。自由学園工芸研究所の家庭用の織機で手ほどきを受け、その後、染織家の先生に入門をいたしました。美大出の若い方々の中で、文字通り六十の手習いですが、人の何倍の時間をかけても、私だけにしかない世界と、ものを作りたい。今日も五年ほど前に染めから織りまで、すっかり自分でした服を着て参りました。どこにも売っていないものを着るのは、一ばんのぜいたくではないかと、ひそかに思っています。

そろそろ公募展に出品してみたらどうかと先生にお薦めいただき、自分らしい作品を創りたいと考えておりましたときに、葛に出会い、それからは葛ひとすじ。葛は、日本の山野どこにでもあるんです。

三年前の婦人之友の「創作工芸展」に初めて葛布を出品。昨年は、国展に入選して、天にも昇るうれしさでした。

記者――葛を繊維にするのは大へんな作業なのでしょう。

成田――ええ、草丈の伸びる六月の終わりから七月にかけての繊維が一番きれいに光沢が出るのです。長靴をはいて鎌を持って山にゆき、刈り取った茎だけを大鍋でぐつぐつ煮てから、一、二週間庭の穴に埋めて腐らせ、繊維だけにして、洗

い流します。それを紡いで、糸にします。葛の花は可愛らしくて香りもよい。葉はいい染料になりますし、根の澱粉が葛湯の葛ですね。風邪かなと思った時には、私は葛根湯を飲みますので、葛はまさに命の恩人のようなものです。

家族のためにひたすら働いてきた私の手に、〝楽しみ〟の要素が加わってきたということでしょうか。

小原――ぼくの場合は、仕事も楽しみもピアノです。嫌なことがあってもピアノに向かっていると、弾いているうちに音楽に没頭して、忘れちゃう。練習が終わるころには、非常に元気になっているんですね。

成田――私も、こころ屈する時には、織り部屋にこもって、ひたすらタンタンタンタン。織っているうちに、だんだん気持がおちついて、まわりのことが見えてきます。

小原――演奏会が多くなると、練習の時間が減る。演奏会でピアノを弾いているだけだと、とてもストレスがたまるんです。だから、仕事がストレス解消というのもおかしいけれども(笑)、ぼくにとって、練習時間は最高の気分転換。

宮迫――よくわかります。私も、展覧会が多いと神経が疲れます。展覧会は、自分の中に築きあげたものを、ぜんぶ出さなくてはいけないので、試行錯誤する余裕がない。小原さんも練習のときに、いろいろな発見をなさるわけでしょう。試行錯誤の最中は、人に見せるわけではないから、とっても伸びやかな時でもあるんですよね。それが実は、一番楽しい。完成した時には、そうした時間はもう終わっている。

小林――発表の時には人の目ばかり気になるということ？

宮迫――そうでもないけど、さまよっているほうが、クリエイティブな楽しい時なんです。

手は最上の探知機（センサー）

宮迫――東京にいた頃から、私は民芸品や生地を見にエスニックのお店にしじゅう出掛けていました。美術館や展覧会へ行くよりも、エネルギーがもらえるし、とても心が和むのはなぜだろうと考えてみると、こぎれいで均質な先進工業国の織物からは感じられない肌触りがあるのです。中にわらが混じっていたり、時には石ころが編みこまれていたり、織り目も粗くて、もちは悪いけれども、その荒っぽさや、素朴としかいいようのないものの中にあるパワーというか、気のようなものは、機械製品には絶対にないものですね。そういうものを身近におくことで、私は都会の肌触りのない生活とのバランスをとっていたような気がします。

小林――宮迫さんがさっきおっしゃった色の肌触りという表現は面白いですね。色を、触覚的にとらえるのはちょっとふしぎな気がするけれど、人間が物ごとを知覚する方法は、視

覚、聴覚、味覚、臭覚、触覚……というように次第に分化していくのです。しかし、乳児はもっと全体的に大まかにとらえているんですよ。人間は本来、あるものに対して、見る、聞く、触る、という知覚の方法ではとらえられない知覚の仕方を同時にしているのであって、これは赤いという視覚だけの受け止め方ではない。先ほどパワーという言葉で言われた激しく感情を揺さぶるような力をも感じとっていると思うのです。その感情は、人間の中の原始的な部分なのかもしれません。都会の生活に埋没していると、本来人間がもっている本能的部分が弱くなってしまうのではないでしょうか。

小原――音にも、色があるんですよ。オリビエ・メシアンというフランスの作曲家は、この曲はブルーとか、この音階の旋律は何色系といって追及しているんですね。ぼくはそこまでいかないけれど、明るいとか暗いとか、キラキラしているとか輝いているとか、湿っているとか。音色と言ってしまえば身も蓋もないけれど、各々の音の、色の耳触りというのが、弾いていても作曲していてもとっても楽しい。

小林――手の働きのもう一つの面は、物ごとを感じとるセンサーの役割でしょう。

小原――「ET」という映画で、人差指がピカーっと光ってパワーがでてくるところ、あれは印象的でしたね。

宮迫――ちょうど、伊豆に移ったころ、父を亡くしたのですが、仕事にかまけてまともに悔やむ時を過ごさずにいたもので、身体の方が耐えられなくなったんでしょうね。心臓の具合が悪くなりました。病院で、たくさん薬をもらい、注射しても、はかばかしくなかった時、近くの東洋医学のお医者さまに出会ったのです。私は、その先生に手はすぐれたセンサーになるのだということを教わりました。ご存じですか？Oリングテストという面白い方法で薬のチェックをしようということになったのです。自分の利き手の親指と人差し指で輪をつくって、もう一方の手のひらに薬なりなんなりチェックしたいものを置く。輪を作った指に力を入れてくださいといわれ、力を入れた指を引き離そうとするときに、チェックするものが、自分の体に合えば、力がぐっと入るし、合わなければ、力が抜ける。ほんとうに手がセンサーの機能を果たしているみたいなんです。

小原――手にのせるものは何でもいいんですか？

宮迫――そう、体に合うものだとぐっとOリングに力が入って、指が離れない……。これまでは、もっぱら道具として、あるいは創作とか、気持を表現するメディアだった手が、これからはもっと人間の多面的な能力を受け止める機能、癒す手であったり、何かふしぎな働きをするものとして、見直されていくんじゃないかと思いました。

小林――癒す手といえば、むかしは手当といっていたよう

に、診療するとき、医者はまず、患者さんの手をみるし、脈を取るところから始まる。精神科医は、聴診器はほとんど使わないけれど、患者さんと向かい合った時にその人から感じ取れるものがたくさんあります。音楽家の場合も、聴衆と奏者は通じ合うものがあるでしょう。

小原――ええ、同じプログラムでもその場のお客さまによって、音楽会の雰囲気は全く違ってきます。手がセンサーになるというのは、ぼくも実感するところです。ピアニストは、自分の楽器を持ち歩けないから、コンサートをするホールの音響や、楽器の状態を、――ボロいとかどんな音が出るとかリハーサルのとき、いろいろ手と耳で察知しなければならない。そこで楽器と仲良くなれると、その日の演奏はうまくいく。それが、この楽器ど機嫌が悪いなとか、意地悪しているなと感じるときには、演奏ももうボロボロになってしまうんです。

人のために働く手

記者――悲しみに沈んでいる時、気持が落ち込んでいる時に無心に動く手が、立ち直りをうながしてくれることがあります。手をそのように活用できたら、幸せですね。

小林――手作業を通して自分を立ち直らせることができるのは、エネルギーがある人だと思います。そうしたエネルギーすら失ってしまった人たちが、しばしばわれわれのところに治療を求めて来られるんですよ。

成田――からだを動かすことが不自由であっても、そうしたエネルギーは、誰もが持っているのではないでしょうか。たまたま、知多半島の中ほどで、重度身体障害者のための「ひかりのさと」という施設をしていらっしゃる方から、織りをぜひ教えに来てくださいと言われたのです。はじめは私一人でうかがったのですが、障害がさまざまなのでしることが沢山あり、先生にもお願いして、二人で行くうちに、若い方々も自発的に参加して下さるようになりました。今は、月一回朝からお弁当持ちで参ります。とても楽しみに待っていて、着いたとたん「こんどはいつ来てくれる?」って、まずカレンダーを持ってこられるんです。

記者――何人くらい教えていらっしゃるのですか。

成田――織りができる大人は十五、六人くらいです。大きな部屋に織機がずらりと並んでいて、午前と午後、農作業と織物を交替でするのです。教えるというより一緒にするのですが、五十過ぎの男の人で、筬(おさ)で五十べん叩かないと気がすまない人がいます。知多木綿の本場でもあり、その人には木綿地を織ってもらう。ふわあっと空気を入れながら織らなくてはいけないマフラーなんかは、向かない(笑)。

どにかく一人一人に合わせて整経したり、糸を染めたり。生徒はただただ織るだけです。身体はすごく疲れますが、その日一日、気持ちがとても晴れ晴れするんですよ。

小林――いわゆる自閉症という障害をもつ子どもたちは、言葉でうまくコミュニケーションができないので、われわれも言葉以外の手段を通して、いろいろな働きかけをするのですが、織物は彼らを非常に情緒的に安定させることが知られています。基本的には反復作業なのだけれども、物事にこだわりやすい彼らの性分に合っていますし、できあがった結果が目に見えるのがいいんですね。

成田――私どもも、今年の暮れには、「ひかりのさと」の人たちと合同で、名古屋市内で画廊を借りて、展覧会を計画しているのですよ。

小原――人のためといえば、ぼくも社会福祉協議会から頼まれて、時々老人大学に行っているんです。講師というと、ふつう演壇に立ってしゃべるけれども、代わりに真ん中にピアノを置いて、弾きながら曲について話したり、皆さんに歌っていただいたりするんです。

はじめは演奏を聴いてもらおうと思って、ぼく自身が、童謡とか、日本の唱歌が好きだったので、なにげなく弾いたら、客席の人たちが自然に歌っていたんですよ(笑)。たとえば「おぼろ月夜」とか「ふるさと」とか、ピアノに合わせて皆さんが自然に口ずさむ。ふるさとには、一人一人全部違うイメージがあって、それがぼくのピアノを通して湧いてくるのでしょう。ぼくにも集まってこられた方々のパワーから、曲のイメージが返ってくるのが、とっても楽しい。オペラ歌手の朗々とした歌に、うまいなあと思ってもイメージがわいてこないこともあるのですが、会場のおばあちゃまのしゃが

人が生きて行くうえで直面する様々な問題に即し、人生のベテランや信頼できる識者・専門家が平易に説き下ろす洞察的なエッセイ・評論集。
[内容案内進呈]
◉人生のベテランによる洞察的な評論エッセイ
シリーズ 生きる〈全14冊〉
第一回/5月6日2冊同時発売
心をたがやす 浜田晋 B6判・二七二頁・定価二二〇〇円
地域医療のパイオニアである硬骨の精神科医が、人生において何が最も大切かを自らの経験を通して語る。
患者にまなぶ 宮内美沙子 B6判・二四〇頁・定価一九〇〇円
さまざまな生と死を見守り続けてきたベテラン看護婦が、患者との触れ合いを通して描く病棟の人間心模様。
岩波書店 東京・千代田・一ツ橋
(定価は税込)

れた歌声に、思わず涙が溢れるような、感動を受けるんです。
手の表情にもその人らしさが現れているものでしょう。家族や人のために働いてきた成田さんの手も、とってもすてきで美しいとぼくは思う。

成田――ありがとうございます。爪の中に染料が入り、もう取れなくなってしまって（笑）。

小原――でもそれも、わざと入れようとしたって入らないものでしょう（笑）。

それからぼくは、星野富弘さんの詩や絵が大好きなんです。口で描かれたあの絵をみていると、勇気がわいてくる。群馬県の吾妻村にある美術館まで出掛けて行って、ときどきぼーっとみとれていたりするんです。高校の先生だった星野さんは、体操の授業中の事故で、手足の自由を失ったんですね。

小林――手の機能を失うことは、取りかえしのつかない損失ですが、人間の生命力には、代償能力というものがあるんですね。そういう人間の生命力に観る人は感動するのではないでしょうか。ボランティアで施設に行かれたり、ピアノを教えたりされると、周りの人とのコミュニケーションが広がるでしょう。いくら器用な手をもっていて、何かが巧みにできたとしても、人と共有する喜びがなければ、生き生きできないんじゃないかと思いますね。

精神科の治療を求める人が最近ふえている一つの原因は、言葉に傷つき、人や言葉に対して不信感を募らせていることが多いからです。人間に対する信頼を取り戻し、自分を取り戻すためには何か行動することが必要だといわれるのは、そこに人とのつながりが生まれるからではないでしょうか。

人間性の回復へ

記者――宮迫さん、何につけて便利な東京を離れた暮らしの中で、手の使い方は違ってきましたか？

宮迫――いえ、生活はそれほど変わりません。駅の近くにはスーパーもあり、山奥に住んでいるわけでもありませんから。でも東京にいた頃は、自分が大地のそばにいるという実感はなかったのです。コンクリートの上の落ち葉はただ腐るだけですが、大地の上なら養分として、また土の中に帰っていくんですね。すぐ腐るものはゴミだというとらえ方でなしに、すべてのものは、循環して存在しているという実感が、はっきりしてきたといったらいいかしら。そうした循環の一部に私の毎日の食生活があり、着るものがあり、それらを一つながりに考えるようになりました。

伊東市というのは、人口七万なんですよ。東京の一つの区より、はるかに少ないんです。

小原――町全体が一つの美術館になったり、喫茶店が画廊に

なったり、あれは面白いですね。ちょうど、伊豆に行ってたとき、朝のテレビでやっていて、「近そうじゃない？」というんで、行ってみたんです。

宮迫――「わたくし美術館」運動というのがありまして、それは、家にちょっとの壁があれば、そこはもうギャラリーです、という発想なんですね。それこそ手を使ったあらゆるもの、陶芸から、手芸、写真、クラフトなど、ありとあらゆるものを小さなスペースでいいから展示して、展覧会をしましょうと呼びかけた結果が、「伊豆高原」という町全体を美術館にしたということなんです。

小原――一定の期間だけなんですか。

宮迫――五月だけです。雑木林が一番きれいな季節ですから。でも緑を見にいらっしゃいませんかといっても、なかなかそういう意識の切り替えはできないものですから、いい環境を作るためには、緑を大切に思うことが大事だし、そうした気持ちを育てるために展覧会をしましょう、ということになったのです。自然こそ最高の芸術だから、人の手が作り出したものよりそちらを見てほしいというのが、われわれ仕掛人の気持ちだったんです。残念ながらスペースがないので、音楽会はやってないんですけどね。

成田――大室山のサボテン公園に行くロープウェーの下あたりは、染色に使うカリヤスがどっさりありますね。

宮迫――あそこは、昔、入会（いりあい）の茅場で、そこで刈ったものを村中の屋根の葺き替えに使ったんですって。毎年三月に、今も山焼きをするんです。

成田――それで新芽がいっそうすうっと伸びるんですね。すごくいい黄色が出るんです。

宮迫――染織家は、草を見れば染め上がった色が見えるそう

新作絵本

ハンネリおじさん
文／きどのりこ 絵／すずきやすまさ
うさぎのハンネリおじさんは、わなに掛かった子うさぎを助けた時の大けががもとで、両目が見えず、右足と右耳もありません。その話を聞いた子うさぎのミトは、怒ってその子うさぎを探し始めて…　1400円

いい人生、いい出会い
川崎正明　かかわりを求めて
中学校教師としての歩みの中で出会った人々、とりわけハンセン病の患者さん。人との関わりの中に神の愛が見えてくる。1300円

信徒の友　6月号 550円
特集＝福音を伝える
今何が求められているか…編集部／私の伝道者生活…妹尾活夫／〈エッセイ〉見えない手…森禮子
■連載　祈りの中の手工芸…久家道子／マンガ説法…春名康範

日本キリスト教団出版局
169 東京都新宿区西早稲田2-3-18
TEL03-3204-0422 FAX03-3204-0457

ですね。草は枯れた時期がいいんですか。

成田――いいえ、樹木は花が開く直前が一番エネルギーを蓄えているんです。草も、穂がでる前がいい。六月の終わりから、七月の終わりの勢いのいいのを採ってきて、その日のうちに処理しませんと……。

宮迫――ずいぶん量がいるんでしょう。

成田――ええ。去年は翠翠のような澄んだグリーンが出るクサギの実を一日採りに歩いて、収穫はたった二〇gでした。苔もいい色がでるんですよ。ウメノキゴケという梅の古木についている苔をアンモニアで発酵させる、と見事なピンクが出ます。自然の色って、本当に素晴らしいんですよ。

ところが梅の木につく苔でも、ぜんぜん色の出ないのもあるんです。やっとこの頃、そういうことが見分けられるようになりました。

宮迫――お話を聞いていて思い出すのは、昔の人の生活の知恵ですね。私は、もう四十代の半ばですけれど、小学校に入るまで祖父母に預けられて育ちました。明治式の暮らしの中で、お味噌も作りましたし、畑もあり、お風呂も薪で焚きました。七輪に火を起こすのは私の役目。要するに大がいのものは家庭で作っていた暮らしの中で、何とはなしに家事の基礎を仕込まれていたんですね。ところが、大人になってからの二、三十年は、そうしたノウハウをどんどん忘れて行く過程だったような気がします。自分の仕事をする時間も作らなければならない。どこを合理的にするかというので、専業主婦だったらしなかったと思うことも、平気でやっていた時期が長かったのです。

伊豆に住むようになって一番に思い出したのが、祖父母との暮らしの記憶でしたが、それを再現するのは、並大抵の努力じゃすまない。といって、合理的に暮らしを処理することも空しい、という宙ぶらりんの状態で、どこで折り合いをつけるかが、目下の私の課題でもあるわけです。

小林――われわれは、世代的には過渡期ですよね。見ては育っているんだけれど。

宮迫――七輪やお風呂も薪で焚いたけど、大人になって自分の番になるとガスと電気になっているんですね。でもこの冬、陶器の湯たんぽを使い始めたんです。手間暇かかるけど、暖かさがものすごく柔らかいんです。電気ゴタツだったらスイッチポンですんじゃうけれども、お湯を沸かして詰めて蓋をして、でもこれだけ違うんだなということが分かれば、そちらの方がずっと気持ちがいい。

小林――やっぱり身体で覚えたものじゃないと身につかないし、失われた記憶があれば、人は取り戻したくなる……。

宮迫――東京生まれで東京育ちの男の友だちが、ついこのあいだ、山梨県の友人のうちの休耕田を借りて、仲間五、六人

で稲作の共同経営を始めたと、電話してきたんです。その友だちのお父さんが指導し、面倒もみてくれるそうなんですけど、まったく大地に何の関わりもなしに大人になった人が、四十近くになってそういうことをしてみたい心境になったのは、とてもいいことだと思うんです。

彼は、ちょっと前までコンピューターの仕事をしていたんですよ。そういう仕事をしているとすべてが情報になってしまう、だからなおさら地に足をつけた生き方がしたくなる。自分が作ったっていい米はできないかもしれないけれど、やってみたいという。コンピューターから農業へ、両極端なところが、現代に象徴的なことだと思うんですね。大都市に暮らしている者の一ばん揺れているところじゃないかなという気がしました。私自身も手を使う暮らしをしたいという気はあります。ただ、いざやろうとすると、技術が備わっていない。子どもの頃基礎的なことを教わってきたとはいうものの、主婦の手わざや知恵の集積は、まともに継承されているとはいえないような気がします。

小林――最近博多から町田へ引っ越しました。家のスペースが四分の三になって、どうモノを処分するか考えざるを得なかったんです。ところが、何百年たっても飽きがこないようなものは、わが家には何ひとつないわけですよ。丹精込めて手で作られたものがないんです。悲しくなりましたね。今日、のわれわれの身の回りには、生身の人間の手によって時間をかけてつくり出されたものはごくわずかしかない。同様に、実感の伴わない言葉が、人と人の間にただ飛び交っている。

それに対抗するには、手を使って何かを作ることで自分を取り戻すしかないと思うんです。手とこころの関係は、もっともっと考えられなければならないと思いますね。

新刊 好評発売中

庭しごと花しごと I
草花・芝生の手入れ
平城好明著　定価1300円
四季折々に美しい花の咲く草花の植え方や組み合わせ、木の下や日陰を上手に生かす工夫など。

自由学園の手紙
――卒業生の歩んだ道――
自由学園出版局編　定価2000円
羽仁両先生の教育によって世に出た卒業生達の社会での歩みを三十五編収録。

定価は消費税込み。詳しくは巻末に。
電話注文が早くて便利です
注文専通 ☎03-3971-0102
婦人之友社

好評発売中！

家庭の園芸シリーズ4

庭しごと 花しごと I
草花・芝生の手入れ

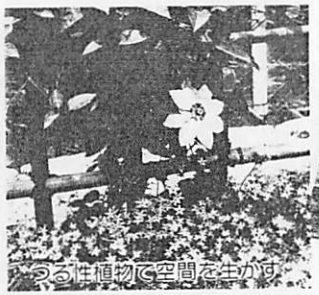
平城好明著　定価1300円

庭・花壇を美しく彩る植物の植え方と組み合わせ、家庭で扱いやすい草花約100種の栽培法、四季折々の作業と手入れ法などを豊富なカラー写真とイラストを使って解説します。初めての人から、庭をきれいに保ちたい、もう少しおしゃれに工夫したいという方まで、楽しんでいただけます。

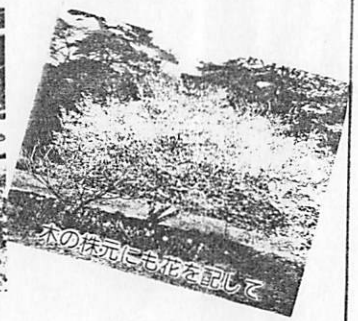
移動花壇は庭のアクセント

II 花木・果樹・庭木の手入れ

は'94秋発売です



つる性植物で空間を生かす



木の株元にも花を配して

家庭の園芸シリーズ

1 無農薬でつくるおいしい野菜
婦人之友社編　定価1240円

2 はなの本 鉢花と観葉植物100種手入れのこつ
渡部　弘著　定価1340円

3 ばらに贈る本　鈴木省三著　定価1200円

新刊！

自由学園の手紙
卒業生の歩んだ道

自由学園出版局編
定価2000円

羽仁吉一・もと子両先生の手づくりの教育によって、世に送り出された男女卒業生たちの社会へ出てからの歩みを35編収録。卒業生たちがそれぞれの年代、それぞれの場所でいかに生き、いかに励んで来たか、自由学園の教育の真髄がここにつづられる。

編集室日記

JUNE 6 1994

政局はここ連日、国民の気持からますます離れて混迷を深めているようです。政治に理想を求めることは出来ないのか。私たち有権者はあきらめず、目を外らさず、正しい選択が結集できるよう備えなくてはならないことを、高畠通敏氏の解説は示唆しています。

この十年、子どもたちの日常に深く入り込んでいるテレビゲームの問題を取りあげました。勉強や生活時間とのバランスについても、親子で話合って各々の家庭のルールを考えましょう。

「この夏の別れ」の和田亜紀さんは、辻邦生氏の「街角の歌、こころの歌」（一九九一～九三）に、繊細でシャープなカットを添えて下さった方です。美しく常に前向きだった在りし日を思い、夫君俊氏のご寄稿に感謝いたします。

「子どもの食事」のシリーズ、「探し物のない家」等、小さいお子さんのいる忙しい家庭でも、ぜひ読んでいただきたい記事です。

婦人之友編集部

4月2日（土）夜来の雨も上がり、連続講座「子どもの健康は食卓から」の二回目。馬場實先生（同愛記念病院）の講演「最近のアレルギーの傾向と食べものの関係」に〝明るい展望に救われる思いがした〟〝除去食に苦労していたが前むきな気もちになれた〟など、お母さんたちは勇気を与えられたよう。

創立九一年目を、志を新たに歩みはじめた婦人之友社に、村田みどりさん、小林恵子さん、久保美奈子さん、並木万里子さんの四人が加わった。

エプロンをつけての託児係が、初仕事となった。（野上）

4月4日（月）年々拡大しているサハラ砂漠に緑をふやそうと、大きな夢の実現に汗する「緑のサヘル」のスタッフは総勢八人。東京の湾岸に近い事務局で、口絵の写真を選ぶひとときにも、彼らの熱気が伝わってくる。

一本の木がつくる木蔭が、人々にどんなに大きな喜びをもたらすか、ノノちゃんの名前の由来がスタッフの一人、野々山富雄氏であることからもよくわかる。私たちも、この働きに協力したい。

問い合せ先　東京都江東区南砂二ノ二ノ七「緑のサヘル」電話03―五六三二―三〇二九

（澤井）

4月14日（木）利根山光人氏の突然の訃報に驚く。表紙絵や、カットの依頼のお願いの電話のたびに、「元気ですか！」と力強い声をかけて下さった。メキシコやマヤの人々と文化を愛し、アトリエには、いつも色鮮やかなお面や珍しい置き物がたのしげに並べてあった。また、かつての学徒兵の思いをこめて『核時代とわたしたち』の装幀を快く引受けて下さったことも、感謝とともに思い出す。（深沢）

4月16日（土）東京第一友の会の「若い女性の生活講習」の開講の集いに、講師の一人として出席した。友の会員たち手作りの昼食のあと、受講生65人の自己紹介。大学生、仕事をもっている人、最近結婚した人とさまざま。本屋さんで婦人之友を見て申し込んだという人もあった。発刺とした雰囲気の中にも、生活の基礎を身につけたい、生活を見直したいとの強い願いが感じられるこれからが楽しみ。（荻原）

4月62日（火）「日本で働くイラン人」の筆者岡田恵美子さんは、NHKの国際放送のために通りぬける代々木公園で、ある日「先生！」と呼びかけられた。テヘランから成田への機内で隣り合わせたイランの青年だった。ペルシア語で話せる日本人に出会った周りの若者たちは、ロ々に日本での仕事、住居、賃金について語り出した。「むどい日本人、親切な日本人、涙なくして聞けない話ばかり。当分、日曜日は彼らの話を聞くことになるでしょう。」と今日も電話で。（村本）

7月号　予告

座談会自分らしさとゆとり　本川達雄〝ふ
特集　育つこと育て合うこと
　障害者と共に　訪問記　辻村みよ子
女性と憲法　松本仁一
新生南アフリカへの道のり　益巌
聖書にみる人間像
バングラデシュの若い世代にきく
子どもの食と健康　坂本元子
安全を食べたい〝水道水〟　島津暉之
旬の味　鰺　松本忠子
献立　乳製品をつかって　宮嶋京子
グレープフルーツゼリー
台所を清潔に　熊本友の会
下降した純生活費　全国友の会家計報告
若い人にみられる脚気　橋詰直孝
知っておきたい〝献血〟　西野由紀子
中国の短篇　砂山清
映画の楽しみ　大森黎
連載　山本道子　藤本和子
ロイス・レンスキ　川崎泉

6月12日発売

©婦人之友　第88巻第6号
定価650円（〒100円）
1994年6月1日発行
編集人　宇都宮雍子
発行所　婦人之友社
171 東京都豊島区西池袋2―20―16
☎03―3971―0101
印刷所　大日本印刷株式会社