

第二回「マクロビオティック料理の神髄は 身土不二」と「一物全体」!

千葉県いすみ市にあるブラウンズフィールド。マクロビオティック料理の研究家、中島デコさんとご主人の写真家エバレット・ブラウンさんが家族や仲間達と共に運営するコミュニティでもいえば分かります。下北沢でマクロビオティック料理の教室「ワンダー・マミー」を開いていたデコさんがここに移住したい理由は「家族が増えすぎて(子供がら)東京が狭くなったから」。広い敷地内には古民家の母屋、木造のカフェやゲストハウス、ツリーハウス、そして田んぼや畑があり、日本人にとって典型的な田舎の風景が広がっている。デコさんが推奨するマクロビオティックとは根柢如一先生が理論付けた食事療法。昔の表現でいうなら「玄米菜食」。それが欧米で流行って日本に逆輸入され、ちょっとお洒落な言い方になった。デコさん曰く

「マクロビオティックでいちばん大事なのは、身土不二、自分の体と土はふたつに分けられないという考え方。あとは、一物全体、どうせ食べるならホールフード、食物の全体を食べましょう。そうすれば体が活性化され、免疫力も高まる」とのこと。自給自足を目指し、家族や仲間達がわいわいやりながら仲むつまじく暮らすブラウンズフィールドは LOVE & PEACE に包まれていた。(ザ・フリントストーン構成作家・栗原賢治)



上: HAPPYが遊んでいる中島デコさん。  
下: ブラウンズフィールド (http://www.brownsfield-jp.com/)。多彩なワークショップも開催。左側の建物はライステラス・カフェ。マクロビオティック料理もいただける。(写真: 栗原賢治)



「中島デコのマクロビオティックライステラスカフェ」  
パルコ出店(税込¥1785円)

bayfm78

「ザ・フリントストーン」  
\*ベイエエムの自然環境番組「ザ・フリントストーン」(毎週日曜日の夜11時~12時の放送。FM78MHz)の公式ホームページに中島デコさんとブラウンズフィールドの記事が掲載されています。ぜひご覧ください。  
www.flintstone.co.jp

放鳥後のモニタリングも順調に進んでいます。

前号でご紹介した通り、9月25日に10羽のトキが佐渡の上空に放鳥されたわけですが、今後の環境整備や放鳥計画を考えるうえで必要な調査をするために、この10羽の「モニタリング」(追跡調査)が行われています。環境省によって招かれた専門チームによる確認作業やGPSを使った調査、さらには事前に研修を受けたトキモニターボランティアによる確認作業は連日続けられ、この成果は「放鳥トキ情報」として毎日発表されています(http://toki-sado.jp/fanclub/)。また、

住民からの目撃情報も毎日のように寄せられ、たとえば10月6日付の情報のなかには、ボランティアスタッフががんばって作ってきた「ピオトープ」で歩行していたことが報告されるなど、これまでの積み重ねが確実に実を結んでいるようです。そして、トキの位置情報は佐渡市の地理情報サービスで確認できます(http://toki-sado.jp/fanclub/0400/post\_152.html)。こうした調査によるデータの解析が進むことによって、いよいよトキと人間が一緒に暮らせる環境が整えられていくことになるわけです。



写真提供  
「環境省放鳥トキ情報」



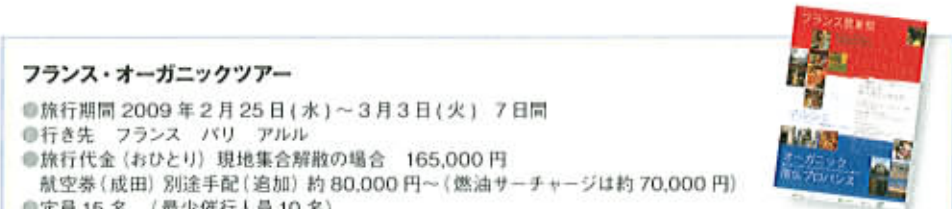
「誰も知らない四万十体験モニターツアー」



グリーンツーリズム・プロデューサー 志岐健一郎さん(エコツアリエージェント「リボン社」代表)に誘われたこのツアーは、エコツア界に常に新風を送り続ける彼が四万十の皆さんと何回かのグリーンツーリズム勉強会を開いた中から出てきた地元発の企画。この旅をなんとカレキュラー・ツアーに、という地元の方や志岐さんたちの思いを込めて、その魅力をいち早くお伝えしましょう。

参加者はエコに何らかの関わりを持つ6人で、プロデューサー役の「四万十相去(あいざれ)自然体験塾やませみの里」代表の中町博信さんとリバーマイスターで民宿がわせみと工房を経営する吉良文雄さん達などにたっぷり面倒を見てもらい、高知、四万十川の上流山間部にある集落の日常生活をまんま味わわせてもらいました。

四万十川というアユ釣りやカヌー下りの広々とした清流のイメージが強いですが、山間部になるとまた少し様相が違います。源流と森、田んぼや畑の里地里山に煙が細くたなびく、とても懐かしく心休まる風景がそこにはありました。



フランス・オーガニックツアー

- 旅行期間 2009年2月25日(水)~3月3日(火) 7日間
- 行き先 フランス パリ アルル
- 旅行代金(おひとり) 現地集合解散の場合 165,000円  
航空券(成田) 別途手配(追加) 約80,000円~(燃油サーチャージは約70,000円)
- 定員15名 (最少催行人員10名)
- 申込締切 定員になり次第締め切り

詳細、申込は <http://www.reborn-japan.com>