

僕の味覚は増毛の海に鍛えられた

○ フランス料理シェフ 三國清三氏



親父が漁師、母親が畑で野菜をつくる半農半漁の家庭で僕は育ちました。僕の故郷の北海道増毛町は、特に豊かな水産資源に恵まれ、ニシン漁によって多くの富がもたらされました。でも僕が生まれる前の年の昭和28年、突如としてニシンの漁獲量が激減しました。磯焼けが起き、魚が卵を産みつけるコンブが育たなくなったことも原因の1つでした。海がしけると舟が出せず、家に食べ物がなくなってしまう、空腹に耐えかねるときがありました。海が凪いだら僕は朝早く浜に出て、打ち上げられた小魚やアワビなどを拾っていました。なかでもおやつ代わりによく食べたのがホヤです。甘味、酸味、塩味、苦味、うま味の五味を備えた海産物を食べることで僕の味覚は鍛えられました。今でも1日に1回は刺身を食べないと寝つけません。磯の香りに郷愁をそえられるのでしょうか。生魚を食べるとホッとするんです。

僕は2000年から全国各地の小学校で食育の授業をしています。それは子どもたちの食の乱れに危機感を持ったからです。便利ではありますが、濃い味で菌ごたえのない食品の普及で、家庭料理がおざなりになってしまったことが背景にあります。食べ物の味を感じる舌の表面にある味蕾という器官は、12歳でピークを迎え、大人になるにしたがって衰えていきます。だから子どもものうちに、しっかり鍛えなければなりません。

子どもたちはいろいろな味を体験することで、脳が刺激され、五感が開花します。自然に想像力が働くようになり、人を思いやったり、感謝したり、物事を深く考えたりする力が身に付き、感性が磨かれていきます。でも味覚は親や祖父母の影響を



受け、子ども本人の努力だけで変えることは難しい。味覚を育てるためには親から子、孫へ三代かかります。食の乱れを今の子どもたちから、また三代かけて戻したいと思い、食育の授業を18年間続けてきました。少しずつですが、良い循環に戻っています。

食の世界は今、和食が世界遺産になるほど人気です。ヘルシーブームのなか、動物性脂肪を使わず、うま味を引き出すことのできるコンブが注目されています。コンブにはグルタミン酸がたっぷり含まれていて、かつお節のイノシン酸、干しシイタケのグアニル酸と合わさることで、うま味の相乗効果が生まれます。日本の素晴らしい食文化が、世界中に広まりつつあります。

こうしたなか、僕の故郷でコンブが生い茂る藻場を再生させ、磯焼けの海を蘇らせる取り組みが行われていると聞いています。コンブは光合成によって二酸化炭素をよく吸収するし、藻場が元気になるればニシンなどの魚も確実に戻ってくるはず。増毛の地名の由来は、ニシンが多い海にはカモメが寄ってくることから、アイヌ語で「カモメの多いところ」を意味する「マシユケ」が転じたものです。その名のとおり故郷の海が再び豊かになり、人々の食生活を潤すコンブが根づくことを願っています。(談)

三國清三(みくに・きよみ)

1954年北海道生まれ。15歳で料理人を志し、札幌グランドホテル、帝国ホテルで修業後、74年駐スイス日本大使館料理長。ヨーロッパの三つ星レストランでの修業を経て83年帰国。85年東京・四ツ谷にホテル・ドゥ・ミク二開店。2007年厚生労働省より卓越した技能者「現代の名工」として表彰。15年フランス共和国よりレジオン・ドヌール勲章、ユヴァリエ受勲。食育活動やスローフード活動にも力を注ぐ。