

いのちを食べて生きている私たち。私たちの生活を支えている農のこと、そして自給自足の暮らしについて、もっと身近に感じてみてください。



ヘルシーエコライフ 山崎葵さん 百姓なんて嫌や

いつも泥のついた作業着と、洗っても土色をした父や母の手。早朝から田畑に出かけ、時には夕食もままならず夜なべで野菜の出荷の準備をしていました。折にふれ「百姓ほど割に合わん仕事はない」そう聞かされて育った子ども時代でした。その「割に合わない仕事」の手伝いのために日曜日は返上、子ども心に理不尽な重苦しさを感ず「百姓にだけはなるまい」と心していたものです。またカッパを着てマスクやメガネ、ゴム手袋をつ



け、防御しながらの、米や野菜を消毒する作業も、ふてくされながらやっていました。幼い時は親の言動が

“自分を完成させていく情報の全て”だった私は、迷いもなく憧れのOLとなりました。

そして、今から16~7年前、アスファルトとコンクリートに囲まれた街で働き始めて10数年が過ぎた頃、『地球村』や高木善之さんとの出会いがありました。せっかく農村の暮らしから離れて念願の“農業以外の仕事”

に就けたにもかかわらず、なんとなく落ち着かない。まるで砂上の楼閣で生きているような頼りなさがずっと心のどこかにあるのはなぜなのか、高木さんの講演を聴き合点がいきました。

兼ねてから人間の健康状態と地球環境の実態はイコールで、現在のように罹病率(りびょうりつ)が高くなってきたのは環境悪化と深い関係性があると感じていた私が始めたことは、土にダメージを与えない農法で作物を作ることでした。あれほど避けてきた農業だったのに、嬉々として鋤を振る自分があり、その感覚といたらまるで体中の細胞がプチプチとはじけながら喜んでいるようで「これこれ！ これやんか！」と、大事な探し物を見つけたような気分でした。

自給と循環

それからの興味はひたすら「自給」と「循環」に向かい、会社員をしながらも結構大胆な自給自足生活を数年続けました。そのうち、27年余りのサラリーマン生活にも足りなさがふくらんでいた夫も仕事を辞め、私たちは岡山の山深いところにある民宿で、百姓体験やエコマネーを採用しながら、お客さまや、心に課題のある研修生なども迎え、環境負荷が少ない商いを模索する生活を選んでいました。穀物&菜食だけのお料理を提供するなら食材から作ろう、お酒を飲みたいならそれも手作りで、パンやうどんも食べたいから麦の種を蒔こう、繁殖力旺盛な竹は間引いて竹炭を作り燃料に、竹さく液は防虫に、生ごみは堆肥に、糞尿もリサイクルで何とかならないものか・・・などなどチャレンジの日々を送りました。



4年近くそのような暮らしをした後、私たちは「平和と環境」に関するテーマがぎゅっつまった沖縄へ移住。夫は戦跡の発掘、私は NPO を主宰しながら、今なおアメリカ統治下の色濃い「沖縄」を体験しました。ここでも「自給と循環」を目指し、内地では思い



つかなかった塩の自給もしました。道具はソーラークッカーを使い、太陽の傾きに合わせパネルを動かす作業

をしながら、その手間を愉しむ余裕が心にうまれてきたことに気づきました。満月の満潮時に近くの海で海水を汲み、太陽の光で塩を作ることが沖縄での日課となり、住む土地に合わせて自給できるものが変わってくることも楽しい体験でした。

海に囲まれた島では真水が貴重なこともあり水田が少なく、それならばと陸稲に挑戦するも、その年は極端に降雨量が少なく、植えた状態のまま苗はほとんど成長せず失敗に終わりました。様子を見ていた島の年寄りたちが、雨乞いの儀式でヤギをいけにえにした「アマダボリー」をやらうと提案してくれたり(お気持ちだけいただきました・・・)、芋を持って慰めに来てくれたり、失敗したからこそ有り難い体験もありました。

都会のなかの農的暮らし

地球村と出会い農的暮らしが始まり、生業としての農業にチャレンジをした時期もありましたが、専業で農業をしていく能力に乏しいことがわかり、現在は沖縄からUターンし、50歳を過ぎて再び街暮らしをしています。定着性のない私たちは今の社会でいうと中年フリーターの様相そのものです。“不合理的現実の壁”を自分ながらに解決しながら生きていくと気が付いたらこうなっていました。

今は、心理相談と予防医学に関する『セルフケア・サポートネット』を主宰しながら、まとまった休日には和歌山の実家の百姓仕事を手伝うといった生活をしています。

都会のなかでもその気になれば、十分に農的暮らしの幅も広がります。土のないマンションでもプランターで野菜を作り、生ごみはベランダで堆肥に、季節の野菜をまとめ買い



した時は手間ひまかけて保存食を作る。早寝早起き、物を大事に使いきる、何でもすぐ買うのではなく自分の手で作れないかを工夫することなども“百姓”に通じるところがあります。都会暮らしであっても、ほんの小さな一歩から、一人から、そしてお金や時間が限られていても、それなりに始められることはたくさんあります。

ここ15年間のライフスタイルは、自然の営みに合わせ、その恩恵に感謝しつつ、快適で健康な暮らしを生涯において愉し

む“ヘルシーエコライフ”です。このようなライフスタイルを、今住んでいる環境のな



かでぼちぼちと始めていく人が増えていけばいいなぁとほのかに願っています。

今は、自分が思い描いたライフワークを実行できることが奇跡のように有り難く思う日々であります。

山崎葵さんのブログ

『ヘルシーエコライフ』 <http://self.ikora.tv/>

healthy(健康) + ecology(生態学) + life(生命、生活)
自然の営みに合わせ、その恩恵に感謝しつつ、快適で健康な暮らしを生涯において愉しむこと。

このコーナ - に登場していただける方を募集しています。自薦他薦を問いません。メールでご連絡ください。
『地球村』事務局 mail: tusin@chikyumura.org