



NETWORKING NEWS LETTER



CONTENTS

ポランの新たな取り組み【その1】

暮らしに発酵 取り戻そう!

…ウエダ家のマイグルト開発ストーリー
片山雄介さんに聞く

「酒母」に発酵の新しい可能性を見た
植田夏雄さんとの出会いに心が震えた
「ウエダ家のマイグルト」誕生!
暮らしに発酵取り戻そう!

[トピック&ニュース]

取り引き、そして取り組み

…ポランの取り組みに寄せて
八木澤商店会長 河野和義さんからのメッセージ

盛況! カマレポカフェ@青梅れば

7.12原発いらない!
エネルギーシフトウォーキング

[INFORMATION]
事務局からのお知らせ
●8月の活動予定
●活動短報

NEW
STAGE
2014 8月号

取り引き、 そして取り組み …モノづくりのプロセスを分かち合おう

ポランの取り組みに寄せて
八木澤商店会長 河野和義さんからの
メッセージ

醤油屋の私はこれまで、売った買っただけの「取り引き」だけじゃあ寂しすぎると思って、「取り組み」っていう言葉を使ってきたんですが、この「取り組み」で大事なのは、最初の農産物をつくる生産者も、それを加工する人も、売る人も、それを買って食べていただく人も、すべてわかっているということだと思っています

もっと、もっと…

「取り引き」とはそういうもの

もっと安く、もっと早く、もっと色をきれいに、もっと長持ちさせろ…。「取り引き」というのは、いちばん最初に値段の話がくる。大量に買うからもっと安くしろって。これが「取り引き」。でもね、急いでつくろうとするから、添加物が入るようになる

たとえば、混合醤油という代物がある。化学調味料の残液に塩ぶちこんでカラメルで色つけてつくる、いわば「醤油もどき」です。発酵させてないんだから私は醤油とは認めないけど、こういう「もどき」も、2年間手塩にかけて造った醤油も、売り場では肩を並べて醤油として売られている

アミノ酸って書いてあればホンモノと思ってる人も多いけれど、「調味料(アミノ酸)」って、あれは化学調味料。化学的につくったアミノ酸をぬるま湯で溶いて飲めるかていったら絶対飲めません。ウエっ! てなるから

良いもろみづくり 良い土づくり

良い醤油粕はね、良いもろみからできる。良い醤油粕は塩分があるのに良い肥料にもなる。今の田んぼはコンバインだから、田んぼに残したワラが腐ってドブ臭くなるんだ。ある人が醤油粕を混ぜたら良いって言うんで入れたのに全然効果がなかったという。ところがウチの醤油粕を入れたら良い香

りが出てきたと。違いは何かって? そりゃあ混合醸造の醤油粕を使えばダメなんです。発酵菌が弱くて。もともと化学的につくったアミノ酸なんだから、ほんもののもろみの発酵過程でできたアミノ酸とは違うわけです

「取り組み」の本質は プロセスを分かち合うこと

私は、やはりかけるべき時間をかけて造られたまともな発酵食品こそが究極の健康食品だと思っています。それは「取り引き」だけではできない。プロセスがとても大切なんです

添加物というのは、その食品ができていく過程でこうこう、ここまできたからと、その結果、積み重ねがあっちはじめて、添加物を使わないで済むようになるわけです。農薬だってね、使わなきゃ無農薬だなんてカンタンなことではなくて、その前には土づくりがあるでしょう

その土づくりは発酵食品とまったく同じ理屈なんだよ。良い醤油もろみをつくるのと、良い土づくりするのは同じことなんですね。有機の野菜も、ホンモノの醤油も、そんな過程(プロセス)を踏まえて、つくられている。モノづくりの過程(プロセス)には、そんなすべてがある

だからこそ、そのプロセスを生産者も、それを加工する人も、売る人も、それを買って食べていただく人も、すべてわかっていることが、とても大切なわけです。「取り組み」とは、そういうことだと思っているんです

●河野和義(こうのかずよし) 岩手県陸前高田市。1807年創業の老舗醤油醸造元、八木澤商店8代目現会長。ホンモノの醤油造りを徹底して追求するとともに、「食の地元学」を提唱し、けんかセタ、太鼓フェスティバルなどでホンモノの地域づくりにも貢献。講演依頼も多く、全国に和義ファンは数多い。東日本大震災の津波によりすべてを失うも、現在9代目河野通洋社長が先頭に立ち復興に向け精力的に活動中



特集] ポランの新たな取り組み その1 暮らしに発酵取り戻そう！

ウエダ家のマイグルト
開発ストーリー…(株)片山 片山雄介さんに聞く

味噌に醤油にお酒、お酢も、パンも、お漬物も、ヨーグルトも…。私たちの食生活は、微生物が豊かにしてくれているという過言ではないでしょう。「ウエダ家のマイグルト」は、そのまま食べてよし、発酵のタネとして万能。いわば発酵の原点のような商品です。その開発の経緯や、これからについて、(株)片山・代表の、片山雄介さん(神奈川県川崎市)にお話をうかがいました

「発酵」は、太古の昔から連綿と続く自然の営みを生活に摂り込んできた、人間の知恵です。ただ、その知恵も、近年では純粋培養と大量生産が繰り返された末、自然界から簡単には取り出すことができない単一の菌で占められていきました。だから、それが地球上のどこにでもある「乳酸菌」と「酵母」から生まれたことも気づかないし、誰もが使える、身近な「生活の知恵」として、暮らしに採り入れようと思える人は少ないのではないかと思います

■「酒母」に発酵の新しい可能性を見た ……自然酒から飲むマイグルトへ

片山さんは、「質よりも量」の時代が長く続いてきた酒造業界にあって、業界に「自然酒」という分野を創りだしたパイオニアです。その原点は、お酒の発酵のタネといえる「酒母」を、野生の乳酸菌や酵母菌から取り出すという、古来からの技術にあります。江戸時代からの技術で、片山さんは長い間、人の健康や、自然環境を良くする秘密はここに隠されているのではないかと考えてきました。それは現代のように乳酸や人工培養の酵母を添加せず、野生の乳酸菌を育てながら雑菌を抑え、その中で酸に強い野生の酵母だけを増やすことでつくられる、力強い「発酵の素」でした。お酒はこの「酒母」が、蒸米のでんぷんをこうじ菌が転換した糖をアルコールに変えるはたらきによって造られるのです

この「酒母」から発想し、開発したのが、「飲むマイグルト」(※)です。片山さんは、2008年、自然酒の蔵元との試行錯誤のすえ、「モト」の中で酵母が増え始める直前の、アルコールゼロの甘くて酸っぱい「もろみ」をヒントに、新しい健康飲料「飲むマイグルト(※)」を商品化しました。それは、お

酒を飲めない人、飲まない人に、酒造の伝統技術でどんな発酵・醸造食品が提供できるか？そんなテーマから生まれた、大胆かつ斬新な試みでした。お砂糖も乳製品も一切不使用、甘くて酸っぱいお米由来の新しい健康飲料「飲むマイグルト」は、開発から5年を経て、全国の自然食品店で人気の健康飲料に成長。日本伝統の「酒母」の中に、お酒造りだけではない、新しい可能性を開花させたのです

この成功は、「発酵は人と自然が調和する原理に直結している」という、片山さん独自の着想を裏打ちするものでした。それはお酒だけでなく、食を含めた生活全般に広がっていくはずの世界。そして、着想が構想として片山さんの中に育っていったそのころ、なんとその構想に、その後の具体的で、しかも楽しく、広がりのある「かたち」を与えてくれる人物との出会いが待っていたのです。それがウエダ家代表・植田夏雄さん。2011年のことでした

(※) 飲むマイグルト(仁井田本家)



■心が震える出会い ……ウエダ家のマイグルトは、「観察」という基礎研究が生み出した

この年の6月、あるNPO主催の「ぶくぶく発酵術」という年間プログラムに講師として招かれた片山さんは、同じく講師だった植田さんと出会うことになります。植田さんのテーマは「野生の菌に生き方を学ぶー酵母からCOBOへ」。野生の乳酸菌・酵母を旬の素材といっしょにビンで育て、それを発酵食品をはじめ様々な暮らしに採り入れながら、食や生活、環境のことを考えていこうよ！という、手づくりでス

テキな講座。12月、その植田さんが、片山さんを訪ねてきたのです。片山さんは、この初めての出会い、植田さんの話す内容に「心が震えた」といいます

本職がデザイナーという植田さんが発酵の世界に関わり始めたのはバブル以降のこと。きっかけは2002年発行の『旬の酵母で作るパンBOOK』の制作からだそうです。酵母と初めて関わり、天然酵母パンのおいしさに病みつきになり、「野生酵母」の存在に魅せられて、いつしか家族5人(ウエダ家)で本格的に研究を始めるようになりました。専門家はまったく介在せず、野生酵母の変幻自在なふるまいを観察し、育て、使い、学びながら、ただひたすら、野生酵母に向き合い続けてきたのです

醸造の技術など知らず、ただひたすらに、あるがままの姿で、野生の乳酸菌と酵母の世界を観察し続けてきた植田さん。お米と米麹と水だけで野生の酵母を引き寄せるその手法は、図らずも日本酒の酒母造りの原理と同じものでした。しかしその発酵タネは「酒母」ではなく、まだお酒になるか、お醤油になるかの役割を与えられていないのです。そこには乳酸菌と酵母が、雑菌もなく純粋無垢に共生し、まるで神話の世界のように息づいていました

長年自然酒に取り組み、発酵と醸造の現場を見続けてきた片山さんは、植田さんが模索し探求してきたこの世界こそが発酵の原理、原点だということを直感したといいます

「マイグルト」でマヨネーズも！

「ウエダ家のマイグルト」は発酵の原点。そのものが人や環境により働きをします。しかも、人が手を加えることで、「発酵食品」と呼ばれるものなら、味噌、醤油、お酒にヨーグルト、甘酒、パンも、何にでも変化してくれるのです。調味料としての用途も広く、片山本店では、マイグルトのマヨネーズを販売しています。全卵、酢、塩、白胡椒、そして「ウエダ家のマイグルト」をひと振り。ミキサーにかけて、菜種油を少しずつ足して頃合いの固さで完成。塩力もなく、酸もまろやかで上品な味わい。お近くにお住まいの方はぜひお立ち寄りください！



【片山本店】〒212-0052神奈川県川崎市幸区古市場1-34
TEL: 044-522-6233/FAX 044-544-2445
ホームページ: <http://www.kuranamoto.com/>

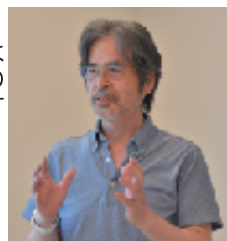




ウエダ家のマイグルトって何？

「ウエダ家のマイグルト」は乳酸菌や酵母菌などを凍結乾燥させた万能の「発酵のもと」。顆粒状で、お米と玄米麹と水だけを低温で長時間発酵させてつくられました。そのままでもおいしく、体調を整える働きをするだけでなく、お料理に使えばその潜在能力が様々な発揮されます。ウエダ家は、代表で父の植田夏雄さん以下、長女の亜弥(あみ)さん(広報・制作)、次女の好(よしみ)さん(料理研究・講座)、長男の遊(ゆう)さん(発酵研究)がチームとなって運営しています

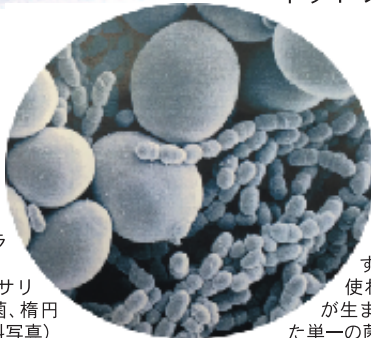
乳酸菌が創ったのは酵母との共生のネットワークです



お米を中心にした雑多な菌環境で、2カ月以上をかけて、低温で乳酸菌を育てるんです。様々な拮抗作用が雑菌類を自然に淘汰するのをイメージしながら、最後には乳酸菌と酵母が良いバランスで共生する状態をつくり出します。培養菌や糖類など使わず、とても強い、良質な菌叢(きんそう)が生まれました。これは人工的に純粋培養された単一の菌とはぜんぜん違うんです(植田夏雄さん)

乳酸菌と酵母菌

微生物の力をひきだすことで、雑菌が繁殖する余地のない、人にも地球にもやさしい、乳酸菌と酵母だけのバランスが生まれます
※電子顕微鏡写真。クサリ状に連なるのが乳酸菌、楕円形の球体が酵母菌(資料写真)



植田さんの研究にはもうひとつの意味もありました。そもそも酒造メーカーはお酒を造るのであって、発酵・醸造の原理を探究することは領分を超えること。基礎的な研究が得意ではありません。これに対して、植田さんの探究は、純粋な「基礎研究」という側面を備えていました。研究の武器は、専門外であればこそ、自然の姿ありのままに捉えるピュアな観察眼。固定観念を持ち込まず、そのありのままに、美しさ、楽しさを添えて再現性を与えていく独自の経験則と感性です

そこには、これまでに生み出された、発酵食品と呼ばれてきたすべてがここから生まれただろう、宝物のような研究と実践がありました。しかもそれは大学の研究室のような密室ではなく、料理教室などのかたちで、手作りの楽しさと共に、暮らしに向かって開かれていました

■「ウエダ家のマイグルト」誕生！ ……変幻自在、無限の「生きた菌体群」

植田さんが示した発酵ダネは、密閉したガラス瓶で育てた「もろみ」状の菌体でした。それは乳白色で、甘くさわやかな、心地良い香りがしました。材料はお米と米麹と水だけ。そこには野生の乳酸菌と酵母が、複雑な発酵過程を経て、あるバランスを保っています。伝統的な酒母と似ていますが、違いは、それが「お酒を造らせる」という「人間の作為」が入り込む手前のバランスだということ。それはあたかも、様々な専門機能を備える前の、これからどのようにも進化できる「幹細胞」の

ような状態とっていいでしょう。この「発酵の原理」とも言える状態は、まだ未発見の、無尽蔵とも思える可能性を秘めていて、それは探究を進めるほどに見出されていくはずです……

2人は意気投合。プロジェクトがスタートしました。植田さんは研究と実践には経験と感性をお持ちでしたが、商品化には一日の長、片山さんのノウハウが発揮されました。ただし、拙速に商品化してビジネスに走るより、このすばらしい世界を伝えて、使って、知ってもらうことが大切ではないか？



ウエダ家のマイグルト。この1包1gの粉から、暮らしに発酵を採り入れていきませんか？

片山さんの発案により、取り扱いが難しい「もろみ」を、常温保管できる顆粒で個包装にする。こうすれば誰もが気軽に使えて試せます。何より広がり大切にしました。話はとんとん拍子に進み、生産する仕組みは片山さんで引き受け、2012年、ウエダ家では基礎研究と普及を柱にした法人「C0B0」を立ち上げ、出会いから1年後の12月に、「ウエダ家の生きているマイグルト」(※2)として、(株)片山での試験販売にこぎつけたのです



動物たちが知っている
最上の食べごろは、
健康にも最上です

野鳥が果物を食べに来るタイミングが、ちょうど乳酸菌と酵母の状態がいちばん良い状態。植物は動けないので、なんと動物を使って移動します。動物を引き寄せ、タネを食べさせ、運ばせるために、自分の体内にもとからある乳酸菌群と酵母菌群を使って、食べごろ、おいしい、という状態をつくるんです。動物はその状態になった果物が一番おいしく健康にも良いことを知っています。マイグルトは、乳酸菌と酵母菌のそんな状態を、ビンの中で、見極めていくんです(片山さん)



■暮らしに発酵取り戻そう！ ……広がる楽しみ方3段階！

「ウエダ家のマイグルト」から広がる楽しみ方、関わり方は、実は無限です。その1つは、そのまま「なめる」。…今まで味わったことのないような、やさしい、なつかしいような甘酸っぱさ。そのままでもおいしく、多くの発酵食品同様、整腸作用など体に良い方向で働きかけてくれます

2つめは、「使う」。…調味料として使うことで、味わいがまろやかに、深みが生まれます。発酵ダネに使えば、パン、味噌、ぬか漬けなど、応用次第であらゆる発酵食品をつくることができます。カンタンなものから熟練が必要なモノまで、使う人次第でどのようにも変化できる面白さが広がります

3つめは、マイグルトそのものを「つくる」。…「ウエダ家のマイグルト」は、自分で増やすことも可能です。たった3gのマイグルトを使って、12ヘクタールもの面積のぼかし肥料をつくることだって可能です。大きな規模の設備は必要なく、原理的には、原料と、保存瓶、冷蔵、冷凍の設備などがあれば増産も可能です

片山さんの構想は、各地に小さな拠点をたくさんつくって、みんなでわかちあい、広げて、暮らしに共にあった発酵の世界を取り戻すこと。「ウエダ家のマイグルト」は、そんな「生活提案」です。ポランの新しい取り組みとして協力し、応援していきたいと考えています。ぜひご参加いただきますようお願いします！

見て、知って、伝える

カマレポカフェ@青梅 6月15日(日) 開催レポート



6月15日午後1時、会場の青梅市民会館会議室。3部構成の「カマレポカフェ」は約60名の来場者でにぎわいました

第1部は「キッズウィークエンド@青梅5 ～福島子ども保養ツアー～」報告です。4月に開催したキッズウィークエンド@青梅5の様を、写真パネルやスライドショーをまじえて共有しました

第2部は『カノンだより Vol. 2』上映会。2014年秋公開予定の鎌仲ひとみ監督新作『小さき声のカノンー選択する人々』は、その製作現場からの最新動画レポートである『カマレポ』を定期刊行していますが、さらにそれをDVDにまとめたものが『カノンだより』です。今回は、カマレポNo. 4～No. 7を収録した『カノンだよりVol. 2』を上映しました

第3部は、鎌仲ひとみ監督お話しとして、核を巡る鎌仲監督のドキュメンタリー三部作(※)から『内部被ばくを生き抜く』、そして『小さき声のカノンー選択する人々』に至る監督の思いや活動の軌跡。チェルノブイリ事故後、放射能汚染と闘い続けるベラルーシ・ウクライナの人々の経験、福島原発事故の被災者の現状、子どもたちの保養ツアーの意味などについてお

話していただきました
カフェ形式の上映会。中身が濃いのに気軽に開催でき、各地で小さな草の根のネットワークが広がっています。ご興味のある方は、webサイト「カマレポカフェ」をごらんください

(※)ドキュメンタリー映画、『ヒバクシャ(2003年)』『六ヶ所村ラブソニー(2006年)』『ミツバチの羽音と地球の回転(2010年)』



共振する思いをつなぐ…今、子どもたちを守るうとする母親たちの声に耳を傾けていただきたい。母親たちが格闘している現場から今を生きている私たちが向き合うべき本質的な問題が見えてきます (鎌仲ひとみ公式サイトより)



今秋公開予定!

小さき声のカノンー選択する人々(仮)

共振する思いをつなぐ……今、子どもたちを守るうとする母親たちの声に耳を傾けていただきたい。母親たちが格闘している現場から今を生きている私たちが向き合うべき本質的な問題が見えてきます (鎌仲ひとみ公式サイトより)

原発は、いらない! 7.12さよなら原発 エネルギーシフト ウォーキング(16)

昨年4月から開始した「毎月11日に近い土曜日のウォーキング」の16回目。今回は7月12日、13時に集合、神明児童公園～神明台交番前(右折)～市役所通り・柳通り～福生東町～福生東町公園のコースでした



事務局からのお知らせ

引き続き、賛助会員の拡大にご協力をお願いします!

●ポラン広場東京は、2011年施行の「新寄付税制」と2012年4月施行の「改正NPO法」に基づき、「認定NPO法人」の取得を目指しています。●認定NPO法人への寄付には、寄付者への所得税・住民税控除、会社等法人への損金算入枠拡大などの税制優遇措置が設けられました。この「新寄付税制」を活用し、補助金助成金と自主事業収入中心の不安定な資金調達とする法人運営へと発展さ

せる事がねらいです。●認定取得の主な要件は「年平均100名以上の寄付者がいること」です。賛助会員の年会費(5千円)は寄付金とみなされるので、賛助会員100名以上で要件を満たします。●会の運営の健全化、安定化を万全のものとするため、**賛助会員の募集は今後も進めてまいります**。引き続きご家族、お友達などにお声がけいただき、賛助会員の入会拡大にご協力いただきますよう、お願いします!

活動予定

- 8月 2日(土) 作り手と流通・販売・生活者がネットワークする生産地訪問(2) 栃木・浜田農園 有機ブルーベリー摘み
- 8月 9日(土) さよなら原発 エネルギーシフト ウォーキング(17)
- 8月22日(金)～24日(日) キッズウィークエンド@青梅6 ～福島子ども保養ツアー

活動短報

- 4~7 福島、岩手訪問
- 10 福島二本松市「青空市場」に義援物品をお届け
- 12 さよなら原発 エネルギーシフト ウォーキング(16)
- 19 作り手と流通・販売・生活者がネットワークする生産地訪問(1) 茨城・ハーブスマンズ農場、要ファーム・磯山農場
- 20 福島二本松市「青空市場」に義援物品をお届け

7月

じむきよく
NOTE



今年もキッズウィークエンドの夏がやってくる。「キッズウィークエンド@青梅6～福島子ども保養ツアー」は、8月22日(金)～24日(金)に実施の予定で、6月21日にこれまでの参加者に募集要項を発送し、ウェブサイトでの募集を開始した。これに数日間で40名を超える新規問合せ・資料請求が殺到。しかも資料が届くやいなや、

参加申込書が返送されてくる。その結果、なんと受付後わずか10日間で定員の40名を突破してしまった。なんとかお応えしようと、バスをもう一台追加チャーターし、70数名すべて受け入れる事に。子どもが倍なら予算も倍に…。皆様何卒ご支援ご協力のほどを、よろしくお願いします(佐藤)

NPO法人ポラン広場東京
ネットワークニュースレター

8月号



2014年 8月 1日発行
(毎月1日発行)

特定非営利活動法人 ポラン広場東京
〒198-0052 東京都青梅市長淵4-393-11
TEL: 0428-22-6821 FAX: 0428-25-1880
E-mail: office@polano.org