

文芸春秋

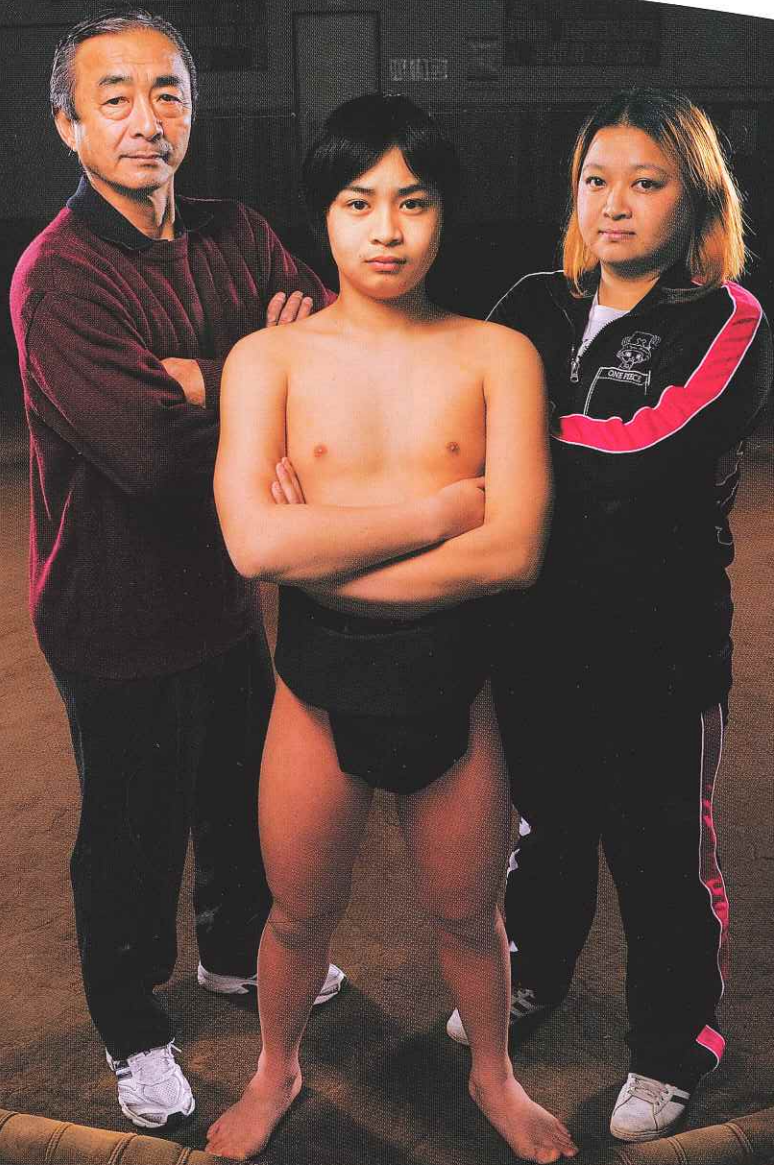
4

立川と語ろう 立川に生きよう

April 2012

Écoutez Bien Vol.30 No.329

相撲三代 (富士見町)



ウドを洋風に食べる

Udo à la grecque



〈ウドのギリシャ風〉

材料 (4人分)

ウド1本、バルサミコ酢、オリーブオイル、塩、こしょう
(普通の穀物酢やサラダオイルでもいい)

付け合わせ用のプチトマト、好きな味のドレッシング
さやえんどうやいんげんなど

作り方

- ① プチトマトを洗って凍らせる。
- ② 凍ったトマトをキュッと指の腹でつまむと皮がむけるので、皮をむいて凍ったままドレッシングに漬けておく。
- ③ さやえんどうなどの青みを茹でておく。
- ④ ウドの皮をむき、拍子木切りにして熱湯でさっと茹でる。
- ⑤ ④をバルサミコ酢、オリーブオイル、塩、こしょうを合わせたものに漬ける。
- ⑥ すぐ味がつくので、そのままサラダやピクルス感覚でいただく。

※ピストロすぎ浦さんからヒントをいただいたレシピです。
※凍ったプチトマトは溶ける間にドレッシングを吸うので、あまり酸っぱくないドレッシングにしておくともおいしいです。

〈ウドのパスタ風〉

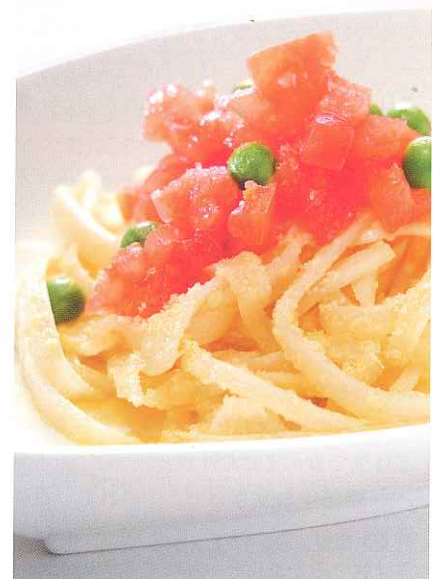
材料 (4人分)

ウド1本、トマト(中)1個、パルメザンチーズ、塩
オリーブオイル適宜

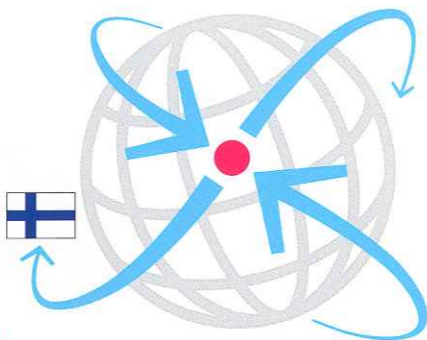
作り方

- ① 洗ったトマトを小さい賽の目に切っておく。
- ② 皮をむいたウドを、細長く麺状に切る。ピーラーを使うと速いが、出来上がりは包丁の方がきれい。
- ③ 細長く薄い(フィットチーネの感じ)ウドを、サッと茹でる。
- ④ 茹で上がったウドにオリーブオイルをなじませ、塩とパルメザンチーズを和える。
- ⑤ 盛りつけた上に切ったトマトをのせる。

※意外におなかがいっぱいになるレシピです。お肉の付け合わせなどにどうぞ。



サンタクロースの国から やって来た 現代の妖精たち



人に優しく接する文化、日本はとっても美しい

2011年10月、錦町の至誠ホームにフィンランドから

2名の研修生(毎年行われている相互交換研修)が来ていた。

ムーミンやサンタクロース、幻想的な国から来たお嬢さんたちに日本の印象を語ってもらった。

—おふたりは研修にいらしているということですが、期間は……?

ミリヤ 10月7日(2011年)ここに着きました。そして28日に帰ります。

—ではもうすぐ帰国されてしまうんですね。いかがでしたか、日本は?

ミリヤ とてもよかったです!ほんとにいい研修でした。楽しくて、過ぎる時間が速すぎました。

パイビ 私たちはとてもラッキーで、普通の観光客とは違い、仕事をさせてもらいながら一般の家庭の生活も経験することができました。お年寄りの生活を始め観光では見ることでできないものを見ることができました。

—美味しいものを、召し上がりましたか?

ミリヤ オイシイ! オスシ〜! お寿司が一番好きです。

パイビ トンカツ〜、テンブラ〜、ミソスープ(笑)。
ミリヤ フィンランドに帰ったら日本のことが懐かしくなるといいます。

—フィンランドでは、生ものを召し上がるのですか?

ミリヤ 私たちも鮭は生で食べます、塩漬みたいなものですが、鮭の卵も食べますので、そういうものには慣れてます。もちろん日本ほどは生で食べませんけれど。

—研修中お食事はどこでされていたのですか?

ミリヤ みなさんと一緒にこちらの食堂でいただきました。至誠ホームのごはんはとっても美味

しいです。お新香大好き。

パイビ 果物も美味しい。私はショウガ湯が大好きになりました。家でもこれから作ろうと思います。

—宿泊もこちらだったのですか?

パイビ はい。この建物の中にゲストルームがありますので、そこに泊まっていたんです。

—こちらからだ景色もよかったですか?

パイビ はい、とても。夕陽や富士山もよく見えます。

ミリヤ 夜の灯りの海は本当にきれいです。

—研修以外にも遊びに行ったりする時間はあったんですか?

ミリヤ シナガワ。

—品川?

ミリヤ 東京見物してきました。シブヤ。

パイビ 富士山。

ミリヤ 温泉にも入りました。2回も。日本の家庭にも招待され美味しいお食事もいただきました。みんなでテンブラを作りました。茶道の経験もしました。低いテーブル、畳に座って。居心地よかったです。何のテンブラ? えびと大葉、しいたけ、さつまいも……。剣道の防具も身につけてみました。重かったです。暑かったし。でも、防具は細部まで丁寧でとても美しい。

—寿司ネタは何がお好きですか?

ミリヤ マグロ!

パイビ エビ、それといなり寿司。

—いなり寿司? 至誠ホームのバザーの時、

立川ならではの「ウドいなり」があったのをご存知ですか?

パイビ 知らなかった。あの日は着いたばかりだったし、忙しかったので。残念です。

—立川の人はフィンランドと言われても、あまり親しみがないんじゃないかな?

パイビ そうですか? 日本の皆さんはフィンランドのことをよく知っているなと思います。フィンランドから来たという「ムーミン」と言いますから。

—ああ、ムーミン! オーロラが見える国でもありますね?

パイビ 北部のラップランド地方では見えます。美しい国です。

ミリヤ 夏も、冬もきれいです。最近は雪が多



パイビ・レヘトネン(Päivi Lehtonen)さん

くて、真っ白で特にきれいです。昨年も1m以上降りました。超有名な人も住んでいます。サンタクロースですね。もちろんオーロラも有名。フィンランド料理も美味しい。トナカイのシチュー、青えんどうのスープ。カレリアパイ。ウォッカと甘草の入っているお酒は、フィンランド風ロングドリンクです。カレリアパイの薄いパイ生地はライ麦で作ります。お米でつくるプディングと牛乳を煮たものを入れて餃子みたいに形を整えてオープンで焼く。食べる時に卵バターを乗せて食べます。

—主食は?

パイビ ライ麦のパンや、ジャガイモも。ジャガイモはオープンで焼いたりマッシュポテトにしたりいろいろです。

—トナカイのシチューのベースは、トマト味とか?

パイビ バターと塩こしょうだけ。お肉の味が出てそれがスパイスになります。マッシュポテトあるいはコケモモのジャムと一緒に食べます。サラダの代わりに。コケモモはご存知ですか?

—はい。この辺りでは青梅の杜にある「木の葉パン」さんでコケモモをいただけるんですよ。

トナカイのスープも、カレリアパイも食べてみたいですね。やっぱり食べ物の話はいいですね、楽しくて。ところで立川で買い物に行ったのですか?

パイビ/ミリヤ (笑)

パイビ リサイクルショップ(笑)。ミリヤは何回も行ってきました(笑)。

—リサイクルショップ?

ミリヤ ええ(笑)、大好きです。何回行ってもいろいろ見つけて買って来てしまいます。何時間いても楽しい。

パイビ もちろんデパートにも駅ビルにも行きました。買い物は大好きです。この質問も簡単でよかった(笑)。

—立川の印象はいかがですか?

パイビ 立川はどこを歩いてもゴミひとつ落ちていない、とてもクリーンな街と感じました。昨夜も2人で話し合っていたのですが、私たちの滞在中、私たちはゴミを見ただろうかと。見えていないんですね。そしてすべてが整っているという印象です。フィンランドから来た私たちにとても規模がちょうどよく入りやすかったですね。

ミリヤ 国の面積はほとんど同じですけど、日本の方がずっと人が多くですね。びっくりしたことは人々の親切さです。お互いに協力している姿とか。

パイビ 連帯感とか助け合いの心などがとても

印象的でした。ボランティアの数が多いのも驚いたことです。

—至誠ホームさんにはボランティアの数、確かに多いですね。地域の方も協力していらっしゃるし。

パイビ ボランティアの方がやっている仕事の内容が、すごく重要な部分だと思いました。

—至誠ホームのバザーも体験されて、いかがでしたか?

ミリヤ とても大きな素晴らしい行事で、地域の皆さんとの連帯感をとても感じました。

パイビ みんなが協力していましたね。職員もお年寄りもボランティアの人もみんな。地域の皆さんも関わってきました。本当にみんな同じ目的を持って動いていた。それがとても印象的でした。

ミリヤ 到着して最初の日だったので、そこに並べられた作品などを通して日本の文化の中に私たちは導かれたように感じました。お年寄りの作った作品とかボランティアの作った美しい小物とか。そういったものの中から日本の中に入ったと感じました。

—この研修で心に残った事は?

パイビ 全てのすてきな人々、新しい友達。お年寄りとも仲良くなりました。

ミリヤ お仕事の方ではいろいろ勉強できましたし、特にボランティアの活動には関心をもっていましたから、帰国してからもこの研修を踏まえて、ボランティアの数が増えるように働きたいと思っています。

—北欧は福祉が進んでいるというイメージですが、日本との違いを感じましたか?

パイビ 違いがあると思いました。日本は福祉に関しても発展している国です。

ミリヤ 両方の国にお互い足りないものや、力があるのに使われていないと思うところがあります。

パイビ 福祉に関してというわけではありませんが、よくわかったのは、日本の文化は豊かで、日本はとても自信の持てる国だということ。日本の文化をずっと捨てないで欲しいし、西洋のものばかりにしない方がいいと思います。

ミリヤ 今日は柏地城福祉サービスセンターで研修していましたが、古くなって使いづらいうところがあるという話をしていました。が、私は「あなたたちの持っている大切なものは、いい職員、いい雰囲気。それを大事にして欲しい」と言いました。

パイビ 私たちはお寺に行きました。神社にも行きました。仏教のセレモニーも、お経も聞きました。パーティーの最後の一本締めも経験し

ミリヤ・エララウコ(Mirja Erälaukko)さん



ました(笑)。すべて素晴らしい文化です。

ミリヤ 面白かったのはスリッパの文化ですね。玄関で靴を脱ぐとスリッパを履きます。そしてお手洗いにいくとスリッパを履き替えます。それぞれスリッパが違うこと。それから、お客さんで人の家を訪問するでしょ? 帰る時に、靴は必ず外を向いていました(笑)。誰かが私の靴を向き変えてくれた。

—ああ……。私たちに当たり前だから。

ミリヤ ここで経験したことは、本当に相手を尊敬しているように感じたということ。感動しました。フィンランドでも是非やりたい。美しいです。本当に相手に優しく接する文化です。

パイビ お店の店員さんもとても親切でした。相手を敬い優しく接する、とてもすてきな文化だと思います。

ミリヤ 日本がとても好きになりました。今は日本のことを知れて嬉しい。フィンランドに来る予定がありますか?

—行ってみたいになりました。トナカイ食べたことないので。

パイビ/ミリヤ 是非、来て下さい。歓迎します。

※通訳: 橋本ライヤさん(至誠ホーム)

[カレリアパイ] レシピ

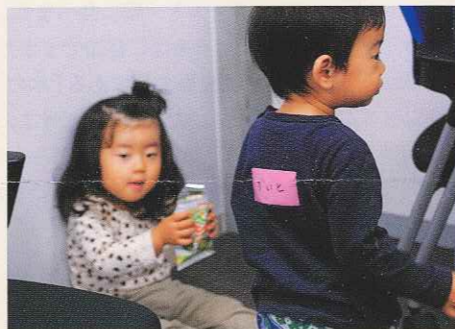
材料 小麦、ライ麦、牛乳、水、塩、米、卵、バター

- ① 小麦とライ麦を合わせて水でこねる。
- ② ①を楕円にのばす。
- ③ 米を牛乳と少しの水と塩で硬めのお粥のような感じに煮ておき、それを餡にして餃子のようにヒダをとって包む。表面は少し餡が見えている感じ。
- ④ ③をオープンで焼く。
- ⑤ 焼き上がったパイに、つぶしたゆで卵とバターを合わせたものを乗せていただく。

ようこそ『シネマのたまてばこ』へ

5回目を迎えた子育て応援企画

みなさん、こんにちは! 本日は「シネマのたまてばこ」ページへようこそいらっしゃいました。
「シネマのたまてばこ」は、シネマのたまてばこ★2011実行委員会が主催する映画上映会です。
みなさまのおかげで5回目の開催を迎えることができました。
子連れだから映画なんか見られない〜と思っている子育て中のママ&パパさんに、
「お互いさまよ」の気持ちでリフレッシュしていただこうと企画しました。
共催は立川市。協力が立川シネマシティ。
そしてこのプロジェクト実現者は、上映会に参加してくださった全てのママ&パパさんとベビーたち。
どうぞ最後までごゆっくりご覧ください。



シネマのたまてばこ★2011実行委員会のシネママさん

「突然ですみません。以下の立川情報をツイートしてもらえませんか? [映画:ステキな金縛り(三谷幸喜)] 赤ちゃんと一緒に映画をみませんか?」TwitterにこんなDMもらった。発信者は「この企画に携わるものです」と記してある。赤ちゃんを連れての映画鑑賞と聞いて、さっそく上映会場のシネマシティに連絡。果たして数年前に取材させてもらった『シネマのたまてばこ』と同一のものであることが判明。いつのまにか5回目を迎えていた。当初はシネマシティと立川市の子育て支援グループ 通称「いれたち」が主体の上映会の様子だったが、いまや実行委員会制になっていて、『シネママ』さんという存在があるのだそうだ。

『シネママ』さんとは、今回のプロジェクトに参加している子育て現役ママさんたち。お子さんの年齢は0歳から3歳。会合に行ってみると、どうもシネママさんの活動が上映会場の大きさに影響するらしい。子育て広場でチラシを配り、小児科にポスター

を貼ってもらう。Twitterもその活動の一環だった。チケットの販売は立川市役所・子ども家庭支援センターが担当する。

やがて来たメール。そこには「完売御礼」と書いてあった。150枚ものチケットを完売したこともあって大きな劇場貸切に! やるじゃない! シネママさんたち。

上映作品は三谷幸喜監督の「ステキな金縛り」。そりゃおもしろい話題作ではあるけれど、0歳~3歳児に2時間以上の我慢が続くだろうか。でも作品を選んだのもシネママさん。会合を重ね、準備をし、そして当日を迎えた。市の担当者もシネマシティの担当者も、通称「いれたち」のメンバーも、そしてもちろんシネママさんたち自身もドキドキの中での幕開きだった。

2時間強の上映が終わった。お互いさまの心は最後までしっかり守られて、充分楽しめた上映会。今回お客様として来ていた方々の中にも、次のシネママさんたちがいるにちがいない。

上映会当日の様子



マイテレビ収録時のシネママさんたち

えくてびあんの輪

えくてびあんはリストのお店にあります。
 今月は 柴崎町・富士見町・緑町 のお店です。

柴崎町

- bottega al forno 595-9071
- あすなろクリニック 529-2756
- 西武信用金庫 立川南口支店 529-1311
- たましん 南口支店 528-2211
- りそな銀行 立川支店 522-4161
- オリオン書房 アレア店 521-2211
- メガロス プラシア立川 548-3500
- ほっとすべーす 中屋 522-2932
- 立川ワシントンホテル 548-4111
- サンカメラ 522-3336
- Coffee Shop LARGO 525-6704
- パッケージプラザ カサイ 522-8601
- (株) けやき出版 525-9909
- 手打ち ぎょうざ工房 522-4770
- みどりっ子 立川店 521-6688
- 喫茶 ギャラリー花 524-3668
- 矢沢歯科眼科 525-6601
- ラ・フリーズ シュクレ 525-3513
- 京王ストア 立川店 540-1131
- 武本測量株式会社 524-7731
- 立川市柴崎市民体育館 523-5770
- NPO 法人 東京 賢治の学校 523-7112

富士見町

- (株) 浅見酒店 522-2823
- 伊藤接骨院 524-7861
- カット・スペース 523-8619
- café こもれび家 526-2506
- 手作りケーキの店 ティ・パニエ 529-8364
- さえき 西立食品館 529-5333
- (株) ヤマダ電機 526-1099
- (株) ダイクマ 立川店 526-1099
- 西村歯科クリニック 519-9501
- 井上レディースクリニック 529-0111
- 中華レストラン 東華園 529-0458
- 榎本調剤薬局 526-2322
- 有料老人ホーム サンピナス立川 527-8866
- 飯塚花店 522-5684
- うさぎ専門店 ラッキーラビット 524-6054
- 株式会社ホーム 522-2220
- カフェ・貸しホール ぱくだん畑 522-2214
- Café Cuisson 090-6935-1227
- 有限会社 白洋舎 522-5952
- 波多野米店 522-2884
- 立川市社会福祉協議会 529-8323
- 桜井電材株式会社 523-5281
- 立川市歴史民俗資料館 525-0860
- 乙黒東洋整骨院 523-1859
- インテリア アイアイ 522-5972
- たましん 富士見町支店 528-1741
- 滝ノ上米店 522-4019
- 酒 ESPOA おぎの 522-4500
- 株式会社 立川印刷所 524-3268
- 調剤薬局 団地の薬局 524-4893
- 手打 もとおか 528-2345
- フラワーショップ コミ 525-5198
- 松栄寿司 524-6958

緑町

- 陸上自衛隊 立川駐屯地 524-9321
- 国立国語研究所 540-4300
- 国立極地研究所 512-0652
- 国文学研究資料館 050-5533-2900
- こもれびの里 569-6277

jorakugajo

真如苑提供番組 (常楽我浄)

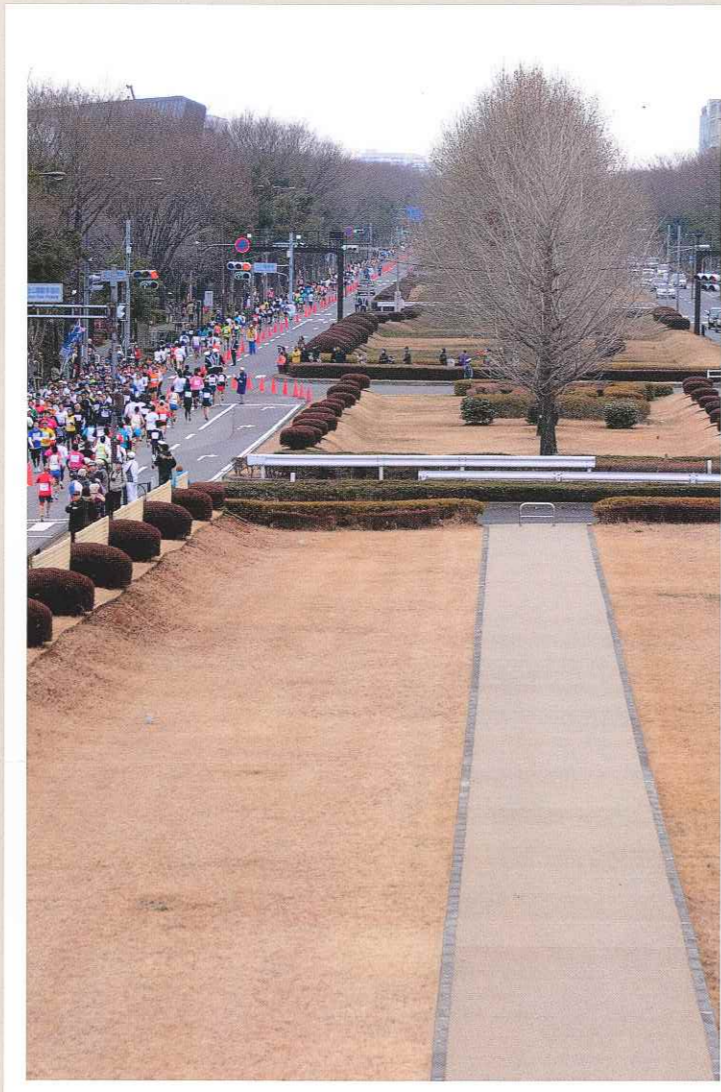
スカパーフェクTV : 216ch
 マイ・テレビ アナログ : 11ch
 デジタル : 111ch

放送時間については番組表をご確認ください。

www.shinnyo-en.or.jp

立川のすごいところ ⑨

「立川サンダーバード」



南北道路は立川を縦断する約2kmの直線道路。
 立川シティマラソンには6500人がここを走った。

非常時には中央分離帯にあるけやき並木が地下に潜り、
 代わりにすばらしく整備された滑走路が現れる。
 スーパーメカを搭載したハイテックロケットが、世界のあらゆる危機を救うため、
 秘密組織「IR」のメンバーを乗せて次々と飛び立ってゆく。
 これが、えくてびあんの考える「立川サンダーバード構想」だ。

街の話題

一緒に頑張ろう！
 西立商店街に福島応援館オープン

2月2日、福島県のアンテナショップ「福島応援館」が西立商店街にオープンした。安心、安全かつ安価な野菜や果物が多く販売されるとなれば、立川市民にとっても嬉しい話。福島応援と同時に、商店街の活性化に向けて、みんなで心ひとつになりたい。



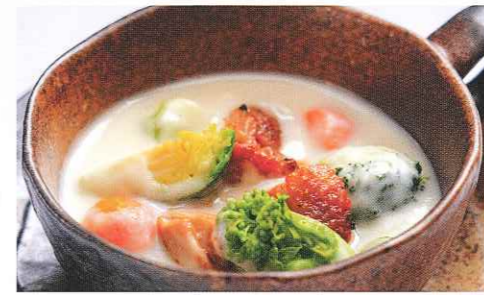
大和雪原到達100周年！
 極地研敷地内にモニュメント

2012年1月28日(土)は、日本の南極観測の偉大な先駆者 白瀬日本南極探検隊の突進隊が、初めて南極大陸に足を踏み入れ、大和雪原(南緯80度05分、西経156度37分)に到達してから100年という記念すべき日。極地研で記念モニュメントの除幕式が行われた。



東京シャモ、
 食べたことありますか？

3月31日(土)まで柴崎町2丁目のピストロすぎ浦で。東京シャモは多摩地域で生産されているにもかかわらず、地元ではなかなか味わうチャンスがない。しまった肉質、弾力のある中にギュッと旨味がつままっていると言われる東京シャモをこのチャンスに是非。ピストロすぎ浦 TEL 042-525-9929



天空の不思議 ③
 2月の空には帯の彩雲

やっぱり立川の空は不思議だ。2月にも日暈や彩雲が多く現出。2月13日には鮮やかに流れる彩雲が見られた。



2月13日の空

おじゃましま〜す! [2]

re-karada 進盟ルーム・立川
 調圧健康ルームです

オープンして1年以上経ちました。「健康」というとなんとなく「だまされそう」とか「気休め」っていう気がして敬遠しがち。でも「調圧」って気になるじゃないですか。1度試してみたかった。だから行ってみました。普段着のままドームに入るんです。中ではくつろいでいいんです。気圧を下げて戻ると、50分間入室中に何回もそれを繰り返す。飛行機に乗った時みたいに耳がピンとします。元の1気圧に戻される時もそんな感じがします。この繰り返しがいいらしい。本人が意識しないところで細胞内にたくさんの酸素が取り込まれるのだとか。試してみたら脈拍も呼吸数も増えないのに体温が上昇。ただ座っていただけなのに? 初めての方にはとても丁寧に説明してくれます。全国に14店舗。料金は1回1500円。回数券を買うと1回1250円。混み合う日もありますので行かれる方は是非ご予約を。



立川市高松町 3-16-1 高木ビル 1F TEL 0800-800-1405
 営業時間 9:00 ~ 20:00
 ドーム入室時間 平日の最終は 19:00 ~ 19:50
 土日、祝日は 18:00 ~ 18:50
 ◎途中入室はできません ◎年末年始を除いて年中無休



表紙の人

石田 守さん、^{アツ} 環美和さん、^{アツ} 環和輝君
 (錬成館にて)

石田さんは3人の子とも全員に相撲をさせた。次男は尾上部屋の浜栄光。でもお姉さん、美和さんがすごい！
 4年前子育て中に再び相撲を始めて、東京都重量級優勝、無差別級2位に！
 和輝君はお母さんに勝てるのか？

かたこと

◆国立極地研究所での除幕式。白石和行所長のお話が心に残りました。100年前の白瀬中尉から私たちが学ぶこと。それは「諦めないこと」「初志貫徹」だと。当初北極を目指した白瀬は、軍人として千島で3年越冬、ビアリーが北極点到達後は南極を目指し、最初の年は失敗。シドニーで期を待ち翌1912年ようやく南極に。決して諦めなかったからこそ初志貫徹できたのではとおっしゃいました。◆日本の南極観測は1957-8年のIGY(国際地球観測年)の一環として1955年11月の閣議決定によって国の事業として実施開始。一時中断したものの今日の第53次隊に至るまで継続されてきました。敗戦国日本が国際協力事業の南極観測を始めるのは難しかった。それでも多大な国民の支持を受け、1956年第1次隊が発進。その難事を成し遂げた大きな推進力の1つに、白瀬中尉の存在があったのではと所長。◆今年の南極の海水状況は厳しく、流水域で約2週間動けず、氷厚約5mの上に約1mの積雪がある定着氷での砕氷航行に時間を要し、燃料の保有状況を考え砕氷船しらせは昭和基地への接岸を断念。まさに100年前の白瀬中尉、あるいは「宗谷」時代の困難が。自然の力はいつの時代も偉大であり、その中であきらめない白瀬中尉を思い出すにはいられないとも。記念モニュメントは、二重の螺旋構造。白瀬中尉の遺伝を引き継いでほしいという作者の意図があります。現在の南極観測事業の中核的実施機関である極地研で、将来の南極観測隊を励まし続けるのですが、立川はこれですますパワーアップですね。

えくてびあん ㊿

4月号 第30巻 通巻329号

平成24年4月1日発行
 発行 有限会社えくてびあん
 〒190-0023
 東京都立川市柴崎町2-1-10 高島ビル4F
 TEL 042-528-0082
 FAX 042-528-0065
 URL www.tamatebakonet.jp
 発行人 黒須 環
 企画・写真・編集 えくてびあん編集スタッフ
 デザイン 池田隆男
 (WATER DESIGN ASSOCIATES)
 印刷 三浦印刷株式会社

無断転載を禁じます。



ここから見える富士山 ③

峡北の富士 甲斐大泉（山梨県北杜市）

中央線が誘うままに富士を観に行く。勇壮な八ヶ岳を背に眺めると、ある大徳の文章そのままに富士はあった。「峡北の盆地が摺鉢の底にすべり込み、はるか前方の山々が、うす霞の中に、重々とたたみこむ、その上に、富士は、驚くほど高くそびえている。」