



# いきいき通信

vol. 15



## 自分で作るの面白い

10歳 芥川叶輪くん

お母さんの作るものは何でもおいしい。一番好きなのは、からあげ。料理は1年生の時からしてる。お母さんがカレー作ってる時、にんじん切ってるのを見て「俺もやらせて」って言った。自分で作るの面白いと思ったから。学童のクッキングクラブに入って、だしまきも作れる。はじめはくずれてぐちゃぐちゃになったけど、最後の



現在、当センターでは、様々な世代の方に「食」についてのインタビューをおこなっています。そのインタビューから浮かび上がる《食＝人生》。懐かしいあの味、忘れられない食事など、誰にもでもある身近な「食の物語」をこの通信でも特集いたします。また、「食」は時代とともにどのような変遷を遂げてきたのでしょうか。こちらも当館利用者みなさんにご協力いただいたアンケートと共にご紹介します。

文・インタビュー：梶川貴弘・細見佳代

# 食と人の物語

## 母が作ったお弁当

84歳 竹村壽美子さん



「他の人のお弁当は品数が多いのに、こんなもんじゃない」といつも子供達に怒られました。卵焼き、魚肉ソーセージ、漬け物の3品。けど、これには訳があってね。私の小学校・女学校時代は、戦時中で給食がなく母の作ったお弁当でした。食糧がなくなって来たと感じたのは、小学4年生の頃。でも家が農家だったので、母は毎日生みたての卵を焼いたものと漬け物をお弁当に入れてくれていたんです。戦時中の母のお弁当を、私はそのまま子供達に作っていたんですね。その時代は魚など減多に食べられませんでした。母は時には田に放していた鮎を取って炊いてくれました。それが骨まで食べられたんです。あの鮎だけはもう一度味わってみたいですね。



## 食とからだ

39歳 帰山玲子さん



高校生の頃、母が単身赴任でいなかったこともあり、家のご飯の記憶はあまりないです。繁華街に住んでいたので「伊勢丹の地下に行けばなんかあるやろ」みたいな…。だから家庭の味は、伊勢丹の味。7年前に介護の仕事始めた時、料理ができないまま高齢者のお宅に行き「あんた何しに来たん」と言われ、逆にその方に料理を教えてもらうありさま。当時ひどい食生活のせい、体調

が悪かったんですが、菜食主義の方の介護をすることになり、一から食を見直すように。今は、よく友達にタイの焼きそばやカレー等を振る舞いますが、ルーはもう買いません。なるべく自分で作った物を食べるのが大事だと思います。食は体とつながっていますから。

ここに紹介しきれなかった様々な世代の「食」のエピソードと写真を当センターで展示します。

「わたしの食べ物ごたり」展 日時：3月15日(日)～3月23日(月)

入場無料

## 食の年表

今回ご協力いただきました88歳(1927年生まれ)～10歳(2005年生まれ)・計84名の方を対象に約100年の食の変遷をまとめてみました。

◎年表参照ウェブサイト：「食から見たこの100年」<http://homepage3.nifty.com/takakis2/syoku.htm> 「戦後昭和史 | 食の年表」<http://shouwashi.com/shoku.html>

1922 江崎商店が「グリコ」(キャラメル)を発売。	1939 「日の丸弁当」が流行。 ご飯に梅干しだけの「芋パン」が登場。	1943 代用食として「芋パン」が登場。	1945 日本火薬「ズルチン」(砂糖の代用品)開発。	1946 全国で大量のヤミ米が流通。	1947 学校給食が再開される。	1958 日清食品「チキンラーメン」を発売。	1960 森永製菓が国産初の「インスタントコーヒー」を発売。	1962 「コカ・コーラ」全国発売。	1968 大塚食品工業が国産初の「レトルト食品」「ボンカレー」を発売。	1971 マクドナルド1号店がオープン。	1974 31アイスクリーム1号店がオープン。	1975 「ポテトチップス」発売。 カルビー	1976 「ほっかほっか亭」1号店がオープン。	1980 「ポカリスエット」発売。 スポーツドリンクブーム。	1986 おにぎりブーム。 ライスバーなどの専門店やおにぎりコーナーが登場。 大塚製菓	1987 「六甲の美味しい水」発売。 おいしい水ブーム。	1994 平成の米騒動。国産米を求め、人々が米屋やスーパーに殺到。	2001 BSE感染牛が日本で発生。	2002 「アミノサプリ」発売。 キリンビバレッジ	2004 日本で79年ぶりに鳥インフルエンザ発生。
-------------------------------	---	-------------------------	-------------------------------	-----------------------	---------------------	---------------------------	-----------------------------------	-----------------------	--	-------------------------	----------------------------	------------------------------	----------------------------	--------------------------------------	--	------------------------------------	--------------------------------------	-----------------------	---------------------------------	------------------------------

Q1  
おやつは？

	80代	70代	60代	50代	40代	30代	20代	10代
1	駄菓子屋のお菓子(どんぐり飴・冷やし飴など)	芋(ふかし芋・焼き芋・干し芋)	果物	ホットケーキ	ブルボンのお菓子	チョコレート	果物	スナック菓子
2	せんべい	手作りのアラレ・かき餅	芋(ふかし芋・焼き芋・干し芋)	芋(ふかし芋・焼き芋・干し芋)	スナック菓子	パン類(菓子パン、総菜パンなど)	駄菓子屋のお菓子(氷飴・満月ボン・イカなど)	チョコレート
3	(車関係者からもらった)チョコレートなど	飴(切り飴、水飴など)	手作りドーナツ・はったい粉・ボン菓子	果物	手作りパン・クッキーなど	スナック菓子	スナック菓子	アイスクリーム・果物

Q2  
お弁当の具は？

	80代	70代	60代	50代	40代	30代	20代	10代
1	ご飯のみ(サツマイモ入りご飯も)	ご飯のみ	卵焼き	卵焼き	卵焼き	卵焼き	卵焼き	唐揚げ
2	干し芋	梅干し・のり・紅ショウガ	ウィンナー	鮭	ウィンナー	晩ご飯の残り・ウィンナー	ウィンナー	ハンバーグ・卵焼き・ブロッコリー
3	炒り卵	卵焼き	漬け物(沢庵など)	ウィンナー	スパゲッティ	ハンバーグ・ミートボール	グラタン・ミートボール・唐揚げ	トマト・ウィンナー・ミートボールなど

# 左京西部イキセンの 数字

FOUR YEARS OF DATA

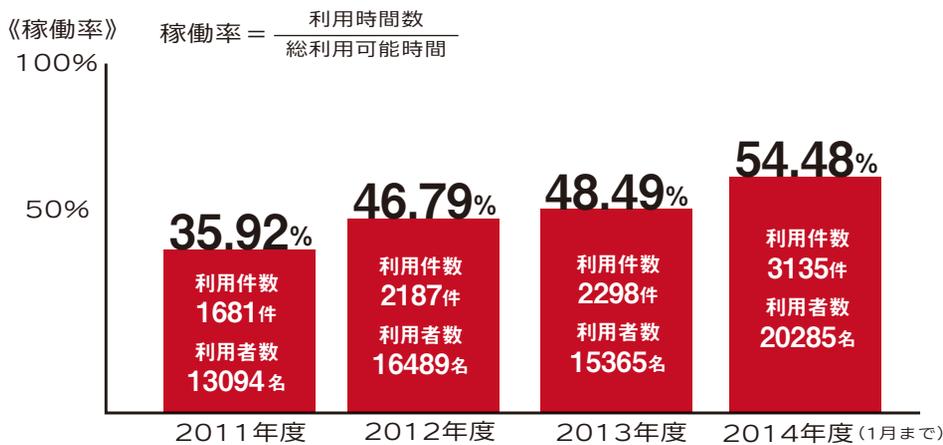
NPO劇研が指定管理者として、2011年の4月にスタートさせた当センターの運営も、この春で4年が過ぎようとしています。これまで市民活動を応援する貸し館事業の他に、アート・文化を通じた市民活動の活性化を図る事業をおこなってきました。今回は、4年間の振り返りとして、「イキセンの数字」を堂々公開。これからも豊かで活力ある地域社会を目指して、その橋渡しをできる施設として運営していきます。

## 事業件数・内容

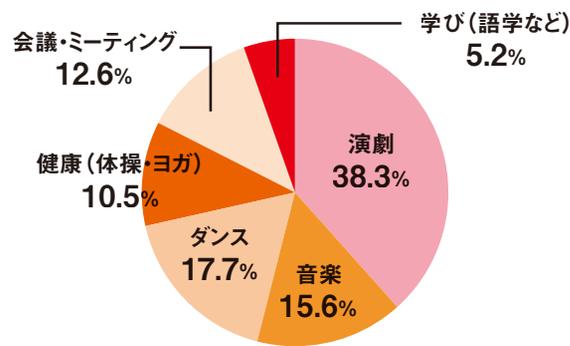
総件数 **35** 件  
[2011年度～2014年度]

アート・演劇・文化に関する事業	8件
高齢者対象の事業	4件
中学生との交流事業	4件
健康(ヨガなど)講座	4件
まちづくり事業	4件
展示会	4件
聞き取り・インタビュー企画	4件
音楽イベント	2件
園芸事業	1件

## 貸し館件数・のべ利用者数・稼働率



## 利用者の活動ジャンル



### 拡大版

い  
き  
い  
き  
こ  
ら  
む  
。

「4年の活動の中から」

11月に当センターでは、音楽を通じたリハビリをテーマにした「いきいき秋の音まつり」を開催しました。沢山の子どもたちが打楽器のリズムに合わせて思い思いに身体を動かして楽しむ姿がとても印象的でした。もともとはコミュニケーションの道具として始まった音楽。それは障がいの有無や年齢・性別・国籍を越えて人と人を繋ぐ大きな力を持っています。大きくなるにつれ他人の目を気にして色んな殻に閉じこもってしまいがちで、子どもの頃は当たり前になっていた事が、大人になると簡単でなくなることが多々あるように感じます。普段の生活の中で、素直さを心がけ、当たり前のことを当たり前に行うことが、自然にお互いを支え合う社会への第一歩となるのではないのでしょうか。この4月からは左京東部イキセンでも音楽事業を担当します。ピアノや大きなホール等、施設の特徴を活かした楽しい企画をお楽しみに。



長谷川 健一

自身のミュージシャンとしての活動を活かし、センターの音楽イベントを担当。4月からは左京東部いきいき市民活動センターの運営スタッフとして勤務します。



梶川 貴弘

開館当時から、シニア世代を対象にした企画を担当。2年前には、ヘルパー2級の資格も取得し、高齢者も安心して利用できるセンターを目指します。

先日、子ども達と当館の階段に絵を描くといったアートワークショップを実施しました。その事業では、大きなキャンバスに絵を描く楽しさを知ってもらおうと同時に、子ども達の手でセンターを美しくし、そこに新しい価値を与えるという側面を持っていました。近年、「リノベーション(\*)」という言葉が耳にする機会が増えたように思います。特に京都が町家などを改装し、カフェやアートスペースとして運営している場所をよく見かけます。いきいきセンターで出来ることはとても小さなことでは限りません。しかし、流行が一周回ってまた戻ってくるように、都市一極化の時代は終わりを告げ、地域の人が地域のために何かを起こす。それくらいのミニマムさが大事な時代がこれから来るでしょう。そのため種を蒔く、そういった活動をこれからも続けていくのが、これからのいきいきセンターの使命なのだと感じます。

\* リノベーション(renovation)とは、既存の建物に大規模な改修工事を行い、用途や機能を変更して性能を向上させたり付加価値を与えることである。(Wikipediaより抜粋)

年間4回、1500部を発行する本紙は、主に近隣にお住まいの方、当センターの利用者さんを対象に、当センターの活動紹介や周知を目的にスタートしました。はじめは、お年寄りが多い地域ということで、できるだけ「文字は大きく」「読みやすく、見やすい」をモットーにしていたものの、回を重ねるごとに、記事分量が増え、センター内を取り上げた記事以上に、センターの外にある情報や出来事を中心にした内容へと…。このような変化は、私たち(記事作成・編集はすべて当センター職員がやっています)が「地域」の出来事や抱える問題、魅力に足を止め、見て、聞いて、確かめていったことが自然と紙面に反映されていったのだと思うのです。ある取材で、地域の方にインタビューを求めた際、「私の話のどこが面白いんや?」という恥ずかしさ交じりの言葉が返ってきました。地域の中にある小さな出来事や、日々の営みの中には必ず「ここにしかないもの」が存在し、そこに光を当てていくこと。これが、当センターでしか出来ない紙面づくりなのかもしれません。

Nさんに初めて出会ったのは、私たちがこのセンターに入って間もない頃、ご近所の迷惑行為を訴えに来られた時だと記憶しています。そのときの一方的な話し振りに、対話するのが難しい方だと感じたのを覚えています。「自治会を立ち上げてはどうか」と提案すると即座に行動され、みごとに自治会を立ち上げてしまいました。自治会の運営のことなどで、頻繁にお話をするようになると、Nさんの人となりがわかってきました。市営住宅の公共部分を何年にもわたってお掃除していたり、独居のお年寄りに無償で食事を届けていたり、障がいを持つ子どもさんやお年寄りも集まれる交流会を催したり、その奉仕の精神と、弱者に対する愛情の深さ、そして行動力は驚くべきものがありました。初対面での偏見を恥じつつ、こうした方こそ地域の宝だと感じました。Nさんが病気になる前は、入院して手術を受けること。私たちのわずかな励ましに、退院すると、たくさんの差し入れを持ってセンターを訪ねてくれました。やさしい気遣いと、万全でないのに努めて元気に振る舞う姿に、胸が熱くなりました。地域づくりは人で支えられます。そして、支える人には多くの負担があります。反対者や協力的でない人はどうしても存在します。色々な意見を調整することは一筋縄ではいきません。自分が思う「理想」に人はこだわりの持ちがちです。私達もついつい「したいこと」をしようしがちです。しかし、そんなとき指針とすべきは、Nさんのような減私の「思い」であり、その純粋な問題意識なのだと思います。そうした声に寄り添うことを原点に、これからも私たちの活動を考えていきたいと思っています。



脇田 友

勤務歴1年の期待の若手。体力と軽やかなアイデアで街と人をつないでゆきます。



永尾 美久

本紙の二代目編集・デザイン担当。地域メディアの在り方を本紙を通して模索してゆきます。



杉山 準

左京西部いきいきセンター長。NPO劇研事務局長・副理事長。現在は地域×アートの可能性を探り、当センターの他に、綾部奥上林での取り組みにも力を入れています。

イラスト 脇田 友

