

little forest
×
Cafeハッカ with cinemanma!



- Thank you from Cafeハッカ -

映画を観た後、なぜか自分の人生がちょっと良くなったような気分になることがある。
映画の中に見る人生はきっと誰かの毎日にヒントをくれるはず。

cinemanma!を体験したあなたの人生が、映画を観た後のようにほんの少しhappyになりますように…。

2018/06/21,23

1st dish

《漬ける》

- 地元野菜のみかん酢漬け -



このピクルスは、石川県で生まれ育った食材だけで作りました。
マリネ液には、昭和8年から静岡市で製造されているみかんのお酢
「延命酢」を使用しています。普通、酢というのは鼻を刺すような
香りと強烈な酸味が特徴ですが果実酢はまるやかさが特徴。
公式ホームページのこの文章を読んで皆さんにも「延命酢」をお伝
えしたくなりました。

これからも社長以下従業員一同、皆様に喜んでいただけるお酢造り
に日々精進し、お酢造り一筋で努力いたしますので何卒お願いいた
します。

(近藤酢店 公式ホームページより)

静岡県は大きな台風もそれ易く、気温も穏やかでとても過ごしやす
いですよね。

そのせいか、この土地が好きで生まれも育ちもここだ！という人は、
なんだかのんびり屋さんや穏やかな人が多いかもしれません。

どうかな、この土地で育った素材は優しさのある味ですか？



— みかんのお酢『延命酢』 —

静岡県産のみかんを酢酸発酵させた手作り果実酢に蜂蜜・果糖ブドウ糖等
を加えた飲料にもなる調味酢。
合成甘味料・保存料を使用しない安心安全なお酢です。
製造者/有限会社近藤酢店

2nd dish

《漬ける》

- 皮を脱ぎ捨てたトマト -



『私のトマトは露地栽培。大概は病気にやられて収穫はほんのわずか。（ビニールハウス栽培ならば健康に育つが）ハウスを建てたらなんだかずっと小森に居ついてしまうような、それが決まってしまうような気がしてずっと先延ばしにしている。』

（リトル・フォレスト夏 いち子の台詞より）

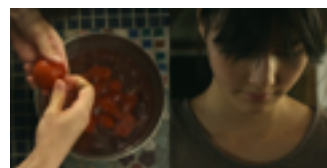
この台詞には、今のままでいいのだろうかと悩む若者の葛藤がありました。

トマトの皮はしっかりと張っていて、意外と強い。でも湯剥きすると驚くほどに味が浸透しやすくなります。静岡県の名産「三ヶ日みかん」のジュースに、石川県産のミニトマトを漬けてみました。みかんの風味がうつったトマトはまるで甘い果実のような新しい味に変わります。

どこで生まれ育っても、張り詰めた皮を脱ぎ捨てその地に浸かってみれば、きっと新しい自分に出会えるのではないのでしょうか。

生まれ育った街を出るのは、勇気がいること。
生まれ育った街に戻るのは、もっと勇気のいること。
もう一度出て行くのは、覚悟のいること。

悩むべきはどこに住むかではない、どう生きるかです。



3rd dish
《炊く》
- 夜の訪問者／巻き寿司 -

『うちは、沢と森と田んぼに囲われた一軒家。そのせいで夜の訪問者が後を絶たない。』

(リトル・フォレスト夏 いち子の台詞より)

Cafeハッカにも、コンコンと窓ガラスを叩く夜の訪問者がいます。彼女はいつも何かを手に提げこちらを覗き見る。慌てて駆け寄ると、グイッとそれを手に渡す。それは新聞紙に包まれた青々みずみずしい旬の山菜や野菜。どうこしらえると美味しいだとか知恵袋も授けてくれるのです。今日の訪問者はお向かいの奥様。“かたは”をたくさん頂きました。

ハッカがオープンを抑えたある日のこと…

「あんたっ、ここで何する気や?！」そう言って誰かがじっとこちらを見つめていました。お隣の中川さんです。ぎょっと、しつつも「喫茶店をします」素直に答えた私。「こんな所で開業したらつぶれて死んでしまうぞ」と、この土地の先輩からの辛口アドバイスでした。なんてオーバーな人だろう、まあ気楽にやろう、そんな風に思ったのを覚えています。

そうしていよいよCafeハッカはオープンしました。中川さんは、お客様第1号でした。お得意の祝い唄を贈って、私、矢野羽瑠果の門出を祝福してくれました。その日から半年がもう半年が経ちます。Cafeハッカにはご近所さんたちがたくさん来てくれるようになりました。本当ならば私からご挨拶と思っていたのに、毎度頭を下げずにはいられません。すると皆さん言うんです。

「若者ががんばってやろうとしてるのに、応援してやらんなん！行ってきなさい。そう中川さんが言って回ってるのよお。」と。

ハッカの夜の訪問者はこうして増えていきます。

やりたいことをやりたい放題やっているだけの私に

「この街にお客様が来てくださるのは嬉しいことなの。お店を始めてくれてありがとう。」そう言って惜しみなく、優しさをおすそ分けしてくれる人たちがいる。

今の私の夢は、「私みたいな幸せ者を増やすこと」です。

4th dish

《茹でる》

- 緑の侵略者／緑を食べるそば -

『田畑の雑草は生命力をえる。昨日掘り起こしたヨモギの目からも新しい芽が吹き出していてゾッとする。緑の侵略者。畑も道も雑草に覆い尽くされていく。』

(リトル・フォレスト夏 いち子の台詞より)

東京に行きたい。27歳だった私がそう思ったのは何でも与えられすぎているような気がしたから。

東京で暮らして食の現場で見たものは、新鮮とは言えないのに妙に綺麗な野菜と「体に良い」というフレーズに高いお金を払う人々。

職場と自宅の往復で見たものは、お金を使って馬鹿になった人と疲れ果てた人。人を押しのけ、弱った人にも差し伸べられず自分を守るのに必死な人々と、私でした。

そんな私が一日の終わり、ご褒美にしていたのは母の作ってくれた料理でした。

「はるか」と名札が貼られ冷蔵庫に入った煮物や酢の物。お金はそんなになかったけれど、人への愛情を惜しまなかった両親にはご近所さんやお客さんがいつも良くしてくれた。皆さんからの新鮮な野菜に、我が家の食卓は飾られていました。

それが「ごちそう」

好きな食べ物は何？と聞かれた時、ステーキ・ハンバーグ・パスタ・・・洋物を口にする時代？

いやいや、もっと美味しいものがあるでしょう？きっと身近すぎて気づいていないだけなんです。

あなたのお家の食卓に並ぶ“菜っ葉”。くたくたに煮たり、茹でたり炒めたり。菜っ葉のない食卓の味気なさたらない。おじいちゃん達が畑仕事を続ける理由は、スーパーでは新鮮な菜っ葉が買えないからかもしれない。だって毎日美味しい菜っ葉が食べたいじゃないですか。私もこれから石川県に根付いて、いつか菜っ葉を作るのだろう・・・ぼんやりそんなことを思っています。

鶴来は昔、北前舟が運んできた海産物を加工し山へ運ぶ中路地だったそうで、発酵の力を使って保存食を作ることに特化した街。酒、味噌、醤油、粕漬けなどが有名ですよ。その名残でこのあたりの家には今も石倉があり、伝統を受け継ごうと手間をかけて作り続けている人たちがいます。

この手間は決して利己的な想いで作り続けられるものではないと思います。自分の精一杯で人を喜ばせようとする。その生き様がこのパスタの魅力。でもそのパスタが外国産ってなんだか悔しい。。

だから！そばでやってみました。

5th dish
《焼く》
- 丸鶏のロースト -



『俺はさ、他人に殺さしといて殺し方に文句つけるような、そんな人生は送りたくないなって思ったよ。こっち出て初めて小森の人たちに会ってさー、尊敬できるなあって思ったよ。中身のある生き方してきたんだなあって。』

(リトル・フォレスト夏 ユウタの台詞より)

主人公の親友ユウタも都会から小森に戻った若者。彼もまた自分の人生としっかり向き合うために帰ってきました。

この台詞、ああ確かに悔しい思いだろうなって思いますよね。でも多くの人たちは、殺し方を知ってしまったらもう肉なんて食べることはできなくなるんじゃないかな。これは持論だけど、私たちが知っているべきなのは、何気なく食べるもの全てにイノチが宿っているということです。。

「食べる」という行為はイノチを頂いています。頂いたイノチは、血となり肉となり私たちの生命を繋いでくれる。
だから口に運ぶ前に「(イノチを) いただきます」と感謝を伝えるんです。

難しい味付けをしなくても、塩だけで十分美味しい。こうしてシンプルに味わうことは、頂いたイノチへのリスペクトな気がします。

それではみなさんご一緒に、いただきます。

6th dish

《煮る》

- 煮詰まった豚の角煮 -



考えが“煮詰まる”と言いますが、これは本来「十分に考え抜いてもう直ぐ答え（結論）が出る！」というときに使う言葉です。それが最近ではどうも逆の意味に捉えられています。

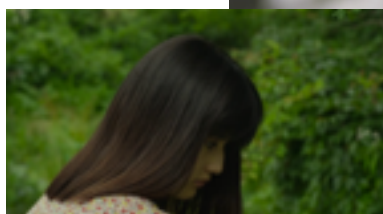
じっくり煮て、答えを探す。だからこそ濃くて深い味わいになるんです。

私たちはいくつ年を重ねても、また新しい壁に直面します。悩んでは克服し、そしてまた次の壁にぶち当たる。未来に希望を抱いて生きる限りはずっとその繰り返しです。もどかしいかもしれないけれど、それって人間として深みが増すってことなんじゃないでしょうか。

どれだけ達成したかよりも「どんなことに悩みどう乗り越えたか」どうやらそっちの方が大切そうです。

深く悩んだ時には豚の角煮を食べて、

「よおし、まだもう少し考えぬくぞ！」そう思い出してください。



7th dish
《和える》
- マイヒーロー・アグリファイブ -



Cafeハッカの野菜はアグリファイブにお願いしています。アグリファイブの州崎さんはなぜお店を始めたのかを話してくれました。

「僕の夢は世界平和」と、まずひと言。
「・・・？」全く意味がわからなかった。

でも、最近ようやく分かってきました。
今、世界が平和ではないと感じることを頭の中で紐解いていくと、分かっ多様な気がします。まだできていないことを「夢」としてやり続けていくと、その目的は「幸せ」になる。みんながそう思って夢に向かっていったら・・・ほら、世界は平和に向かっていく。きっと、そういうことなのだと思います。

アグリファイブで買える野菜は生産者から直接お店に届けてもらったり、ファーマーズマーケットで直接消費者のもとへ届きます。だから防腐剤は必要ない。

「野菜が美味しいと、野菜を好きと言ってくれる人が増える。野菜嫌いが健康のため、なんて無理をして食べるのではなく野菜を好きになってくれる。だから美味しい野菜を作りたい。」アグリファイブは生産者さんのそんな正直な想いをちゃんと伝えてくれます。

世界平和って、本当は思うよりも難しくないのかもしれないですね。

8th dish

《焼く》

- ハッカ焼きコミュニケーション -

矢野家のホットケーキはちょっと変わっています。

ふかしたサツマイモやナッツ、レーズンやおからをホットケーキミックスにごちゃ混ぜにします。それをうちで一番大きなフライパンに全部流し込んで、石油ストーブの上で一時間も焼く。もちろん出来上がるのは大きくて分厚いケーキみたいなものです。それを家族で切り分けてマーガリンを塗って食べるんです。

何枚も重なったシンプルなホットケーキなんて絵本の世界の食べ物だと思っていた私は、ある日友人との会話でそっちの方が普通なのだと知ってとんでもなく驚いてしまいました。映画「リトル・フォレスト」でもそんな母と娘のやり取りがあったので思い出さずにはいられませんでした。

母は、私が「甘い玉子焼きを作って！」というオムレツにブルーベリージャムを包んでしまうような人で、娘ながらに変わった人だなあ・・・とっていました。でもある日、なんで？と聞いてみたところ、

「外国の料理みたいでお洒落で美味しそうですね？」って。そうか、この人は何かしてあげたい人なんだって気づいたんです。娘を笑顔にしたい、その想いが大きすぎて当時の私には嫌がらせのように思ってしまうほどでしたが。そんな私、年々母と似てきたように思います。

だけでも、やっぱり母親って超えられないものですね。お母さんのやってたことを自分もやってみるって大事です。見えない想いに気づくことができるもの。

というわけで、母から受け継いだ栄養たっぷり、愛情たっぷりのホットケーキを「ハッカ焼き」と名付けます。

これからお店の看板メニューになるかな♪

9th dish
《煮る・冷やす》
- 煮豆のカッサータ -

カッサータは、口どけの良いアイスクリーム。このメニューは羽瑠果と嶺子の思い出の味です。私たちは、東京で出会い、年齢は違えどカフェのことを勉強する専門学校で一緒に学んだ仲間です。あの頃は右も左もわからず、先生やバイト先の先輩料理人に怒られてばかりの毎日。できることなんて何ひとつ何のではないか、めげてばかりなひよっこでした。学校へ行くと、いつもは先生から指示されたレシピを元にチームで調理を行います。私たちは大抵いつも一緒のテーブルだったなあ。真面目にしっかりと、やっていたつもりですが他愛のない話もつきません。そんな私たちが自分たちでレシピを考えて商品としてつくったのがこのメニュー。

あれから5年の月日経ち、この味もちょっとだけ「大人の味」を目指してみましたが…やっぱり甘ちゃんかな。笑



- DRINK -

10th dish 《割る》

甘酒の豆乳割り

「飲む点滴」と言われる日本の伝統的ドリンクが、近年は海外でも注目されています。リトル・フォレストでは自家製甘酒を冷やして飲むのシーンがとても美味しそうに見えました。少し飲みづらくて苦手だったけど冷やして豆乳で割って見たら結構いけちゃう。食欲増進の効果もあるのでウェルカムドリンクにどうぞ。

11th dish 《割る》

レモンの延命酢漬けサイダー

レモンをみかんのお酢につけるってどういうことだ？と思われそうですが、まるやかな「延命酢」とレモンの酸味がそれぞれの役割を果たしてさっぱりさせてくれる。お酢には健康効果もあるので、この夏はこれで乗り切りましょう。

12th dish 《淹れる》

水出し緑茶

この土地で生まれ育つとお茶は定番ドリンクですね。急須で入れるお茶も好きだけど水出しで飲むのもスッキリして初夏にはオススメです。



映画を観ると、ストーリーよりも登場人物の感情や自分が感じた事ばかりが記憶に残ってしまいます。だから映画の紹介やオススメはあまり得意ではないんです。

今回の作品は、東北の山奥にある“小森”という小さな村の集落で自給自足で暮らす少女のお話。「春・夏・秋・冬」四つのストーリーで構成されています。小洒落たドキュメンタリー風ってあまり見慣れないし、きっとこの映画もそれ系だろうと全く見る気がしませんでした。イベントの為に数種類の料理が浮かぶ映画を選ぶ必要があったので、まあ見てみるか…そんな気持ちでした。そのはずが、シーンが流れていくうちにみるみる心が潤っていくのを実感しました。

出てくる料理が美味しそうだというの言うまでもないし、景色のヴィジュアルもとても良い。何より主人公いち子の気持ちが、かつての自分と重なりすぎて振り返りのような気分になりました。丁寧に穏やかな暮らしを見ていると、ついゆっくり見入ってしまいました。

生まれ育った街を出て自分の人生を歩むのはとても勇気のいること。幾つかの経験を重ねて、その街に戻ってくるのはもっと勇気のいることだと思います。もちろんポジティブな理由もあるけれど、多くの場合は葛藤や痛みを知って帰ってくる。私は後者のパターンで、再びこの地で暮らして3年目になります。そのままこの地に居着いていいものか、でも一体自分の居場所はどこなのか分からない…自分探しは若者が必ずぶち当たる壁です。

久しぶりに会う友人には「トーキョー戻らないの？」と未だに聞かれるし、都内で暮らす地元の友人には「沼津がもっと良くなったら戻ってきてもいい」随分人任せな言葉を聞くこともあります。そういった何気ない言葉は時々武器になってしまうもので、都会の活発な環境に身を置く事が幸せなのか、それとも片田舎のスローペースな空気に身をまかせる事のほうが健康的なのか…そもそもその二択しかないのか？余計に悩むことになりました。自分なりにその答えを出したくて、この4年向き合ってきた気がします。

映画「リトル・フォレスト」を観て、4年前と比べて自分はどんな風が変わって、今をどう生きているだろうか改めて向き合いました。そうしたら自分はどうか「場所」へのこだわりはそれほどなく、「どう生きるのか」の方がよっぽど重要なんだと気づくことができました。

そうか、だから私はcinemanma!に行き着いたのかと。ああ、しっかり自分で人生を歩き出したんだなあって。

…あ、やっぱり映画の紹介じゃなくて感想になりましたね（笑）



この写真はすべて地元で撮ったものです。見方を変えると素晴らしい景色に溢れています。

cinemanma!には、人生で体験したことすべてが詰まっています。一番苦しくて生きるのが辛かった修行時代、逃避するように映画を観ていました。その約二時間は心配事を忘れられた。

当時は今よりもストイックで（耐える＝夢を叶える）と思い込んでいたし、応援してくれている人たちに「助けて」というのはワガママだと思っていました。気づくと深夜に帰宅してから映画を観ることが、自分で乗り越える唯一の方法になっていました。

怒りが込み上げたり、ワアワア泣く事、胸が熱くなったりスカッとする体験…作品によって違う感情体験は、心のデトックスとなり誰にも会わずにできる一人セラピーのようでした。そうやって少し元気になると仲間や師匠が作ってくれた食事が喉を通り、活力に変わった。映画や仲間たちのおかげで生き抜く事が出来た、今でもそう思います。

そんなわけで cinema (映画)、mamma (食事)、humanity (人間関係) で人の心をほんの少しハッピーにするcinemanma!ができました。

cinemanma!を考えるのは時間を忘れる程にとっても楽しい。想像を膨らませて考えることは最高の遊びです。仕事中や電車の待ち時間、散歩中、いつでもどこでもできるんです。

親しい人は、私に話しかけても返答がないという経験、もしくはとんでもないドジやド忘れを知っているでしょう。暇そうにじっとしている時こそ実は頭がフル回転していわゆるフロー状態に入っているのです、どうも切り替えにタイムラグが生じる。アップデートされて浅い記憶からどんどん削除されてしまうんです（笑）その状態は最高に気持ち良くて、生きる上で最も大切にしている感覚。おかげで「住む場所」への不安は消えて「どう生きるか」にマインドチェンジできました。他人を同じ感覚に巻き込むことはできないけれど、頭の中が楽しくなると人生自体が楽しくなることを伝えたいと思いました。

私が映画から感じたことやリスペクトする人たちの言葉を受けて思い起こす料理は、食べる人にも何かポジティブな感情を引き起こせるかもしれない。

でも、店舗を構えてしまうとどうしても金銭的なバックに気が向いてしまうし、一定の場所で客が来るのを待っているのは性に合わない。店は意外と誰でもできるけど、続けていくリスクを体験したから別の方法を探したかったというのもあります。だからイベント。自分の周りにいる近い人からポジティブ感情の連鎖をつくる作戦にしました。

ゲストの皆様がとびきりの笑顔になってくれること、笑い声が響くこと、目の前で飛び交う皿。少し緊張しながらも同じ釜の飯を食らうことでだんだんと表情が溶けていく、そんな景色がたまらなく素敵なんです。まるで映画監督になったような贅沢な景色です。

より多くの方にこんな食の楽しみ方を知ってもらうために、ブログやウェブマガジンでエッセイを書いています。せっかく思いついたことから、未来の自分宛に書き留めておこう。下手くそな文章でも世界にはたった一人くらいは好きだと言ってくれる人がいるかもしれない。happyになるヒントを得てくれるかもしれない、そう思って綴っています。気が向いたらどうぞ、読んでやって下さい。

cinemanma!



- profile -



小山嶺子（こやまみねこ）

映画から連想する料理のcinemanma!主宰／お店を持たないフリーランスの料理人

1989年6月2日、静岡県沼津市生まれ。東京都の飲食店でバリスタ・カフェ運営を修行後、神奈川県に拠点を移すも運悪く半年間ほぼ無給で働き続けるという過酷な労働条件でカフェの料理長兼店長を務めた。苦しい修行がヒントと経験になり静岡県を拠点にフードクリエイターとして活動を開始。創業支援家と名乗るコワーキングスペースの大家さんと出会い、地元のコワーキングスペースに入居し、映画から連想する料理のcinemanma! と題したプロジェクトを本格化。お店を持たずに出張料理やイベント企画をし、映画の登場人物の感情や台詞から思い起こす料理を提供している。映画から生きるヒントを学ぶcinemanma!の料理エッセイをブログで執筆中。最近では、WEBマガジン・自由に生きるための道具箱ORDINARY（オーディナリー）にてエッセイの連載を開始。

to be continued...

cinemanma! HP



Facebook



オーディナリー



私、矢野羽瑠果は陶芸家の家に生まれました。

少し成長したのか、今ようやく父と母の伝えようとしてくれていたことに目が向いています。幼い頃（私の場合それはつい3年前ぐらいまでと言えるけれど）は、周りの人たちと自分を比べて理不尽なことへの理由として家庭があったように思います。でも、理不尽なのはみんな一緒でした。

不平等だから隣の芝生は青く見えるんですね。大人になって独立してみたら、両親がどれほど自分を想ってくれていたか日々気づきます。いづれ大人になる一人の人間にとって大切なことを、これほど守ってくれたのかと思い知りました。それが私のボーンアイデンティティ〜私が私たるあかし。

料理をするようになったのは、お手伝いがきっかけでした。学費もかかるし食べ盛りだった私のために外へ働きに行っていた母。同居していたおじいちゃんは、18時になると「なんや、ごはんもないんか」とよく嘆いていたものです。私もお腹が空いていたので、母を手伝ったり、おじいちゃんと一緒にごはんを作ったり。子供ながらに楽しい思い出です。そのうちに一人でもできるようになったような気がします。

家業を持つ家庭で役割があることに誇りとも言える気持ちがあったのかも。高校で陶芸を学び、「雑貨屋さんでもやろっかなあー。」と言ったら、母には、「物が売れない時代よ。やめておきなさい。」と心配そうに言われたものです。勉強もできなかった私は、雑貨以外だと“食べること”にしか心が向きませんでした。そんな時“カフェ”に出会いました。

「雑貨屋さんみたいなところでケーキが食べられるよ！」そう誘われて行った先でカフェ。その時に私は自分がカフェが大好きだということを知ったのです。

自分が思っている役割と大好きな雑貨（父のつくった食器）を合わせた夢。それはすぐに叶えられそうな夢になって高校三年生の私を夢中にさせました。



- profile -



矢野羽瑠果（やのはるか）

Cafeハッカ店主／料理好き

1985年1月29日石川県松任市生まれ。県立工業工芸科卒業後、ビータローザ、タリーズコーヒー、ヴィラ・グランディスで調理やコーヒーの修行をする。2012年から約3年間、東京でコーヒーと店舗経営を学ぶ。2015年、都内から再び石川に戻り片山津温泉総湯内のカフェにて料理を中心に任せられる。2017年末「Guest House Cototto」の1階に「Cafe ハッカ」を開業。15年飲食の現場で働く中で、食を通して人と関わることで自分が生かされていると実感。私がお客様に提供したい想いや形を模索し「お母さんが家族に作るような料理」、「生産者とお客様が明日も元気に笑えるための料理」を追求し、作り続けることを決意したことで今に至る。

to be continued...

Cafe ハッカ HP



Facebook

