

## 第9回食育シンポジウム

### パネルディスカッション「with コロナ社会の食を考える」

コーディネーター／京都府立大学文学部 特別専任教授：佐藤 洋一郎氏（以下、佐藤）

パネリスト／作家：いしい しんじ氏（以下、いしい）

料理研究家：大原 千鶴氏（以下、大原）

妙心寺退蔵院 副住職：松山 大耕氏（以下、松山）

京都大学 総長：山極 壽一氏（以下、山極）

【佐藤】 はい。それでは、今から「with コロナ社会の食を考える」と題しまして、パネルディスカッションを始めたいと思います。よろしくお願いいたします。パネリストの皆さまをご紹介したいと思います。私に近いほうから、作家のいしいしんじさん、よろしくお願いいたします。

【いしい】 はい。よろしくお願いいたします。

【佐藤】 それから、料理研究家の大原千鶴さん。よろしくお願いいたします。

【大原】 よろしくお願いします。

【佐藤】 それから、妙心寺退蔵院 副住職の松山大耕さん。よろしくお願いいたします。

【松山】 はい。よろしくお願いいたします。

【佐藤】 それから、先ほど基調講演をいただきました、山極壽一さんにもご参加をいただきます。よろしくお願いいたします。

【山極】 はい。よろしくお願いいたします。

【佐藤】 コーディネーターは私、佐藤が務めさせていただきます。改めまして、よろしくお願いいたします。そこで、パネルディスカッションをするわけですけど、さっきの山極さんのお話にありましたように、どうしたらいいんでしょうかということこれから考えようということでもありますけれども、今日はこういうメンバーに集まっていただき、これ、なかなか面白いメンバーでありまして、いしいさんは小説家という立場でいらっしゃいます。

【いしい】 はい。そうです。

【佐藤】 きっとね、縦横無尽に、いろいろな、こうしたり、ああしたりみたいな。そういうお知恵が、きっと小説を書くような、そういうスタンスで出してくださるんだろうと期待をしております。それから、大原さんは料理研究家でいらっしゃいまして、テレビやなんかでも大変有名な方で、きっとこの with コロナ社会の食はこうしたらええねん、みたいな話がきくと聞けるんやろうなと思っています。

【大原】 ありがとうございます。

【佐藤】それから、松山さんは、宗教家でいらっしゃるって、このコロナの問題についていろんな人がテレビや新聞でも登場されるんですけども、なぜか宗教とか心の問題について、これまでこういう提案が不思議とないんですね。私こういう問題はやっぱり松山さんのような人に来ていただいて、この宗教とか心の在り方みたいなそういうお話が聞ければいいなというふうに思っております。山極さんは先ほど縦横無尽に20万年ですか、20万年を30分に縮めてお話になったんですけど。その辺の話をまた。

【山極】700万年を20分。

【佐藤】700万年ですか、もっと長かった。そういう話を聞かせていただけるものと思います。まず、今日のお話、1時間ですので、ざっと、こういうふうに分けてみようと思っております。1つは山極さんのお話を聞いて、将来を考えるに当たって、じゃあ今までをもう1回復習するということで、皆さんから、山極さんにご質問があると思っておりますので、そういうお話をうかがって、それから食の問題ということになりますと、やっぱり、いま、一番困っていらっしゃるの、外食産業だと思います。これは産業も困っている、我々も困っているわけですね、そういうあたりのところをどうしたらいいのかという、この問題が1つ。

それから、ステイホームなんて言われて、うちで過ごすということになりますと、どうしたってうちで調理をしなくちゃならない、それ、その在り方をどうするかが考えられればいいかなと思っておりますが、いかがでしょう、いしいさんから始めていただきましょうか、ちょっと何か資料をお持ちいただいたとうかがっておりますので。

【いしい】小説家ぐらい、あまりコロナウイルスの影響を受けない仕事っていうのはないぐらいなもので、最もステイホームですしね、誰にも会わないですし、あんまり小説を人にガーンと語って聞かせるということもないです。

ただ、自分で振り返ってみますと、普段僕が書いている小説は、全然世の中の問題をばっさり切るとか、現代社会の闇を照らしてというのはまったくないんです。全然まったくない、ホラ話みたいなものなんです、気がつく、今『群像』という文芸誌に載せている小説がありまして、題名が『息のかたち』という小説です。とりあえず女子高生の女の子が陸上部の子なんだけど、あるとき金属バットが頭にボンと当たって、その拍子に人の吐く息のかたちが、色、かたちが見えるようになる。

街中で最初はびっくりするんですけど、バラのかたちだったり、風船のかたちだったり、棒みたいなのがビョーッと出たり、色もとりどりのわけですね。なんかだんだん楽しくなってきたりいろいろ見て回るうちに、ある日学校が休みになって、お父さんの工務店も閉鎖されて、周りもシャッターがおりて、貼紙が出ていて休みになるわけですね。でも陸上部だから自主トレはしないといけないので、マスクをして、バフっていうやつですね。こういうのをやって、鴨川を走りに。

そしたら息のかけらが、みんなマスクして走るじゃないですか、ボロボロ、ボロボロ、ボロボロ落ちて来て、全然誰のものなのかわからなくなってくる、みたいな。それが出だしなんです。自分でも知らないうちに書いていたんですよ。だから小説を書くというのは全然僕は自分のなかで自然に発酵してくるものって思ったんですけど、知らぬ間にウイルスが感染していたのか、意外なことだったなと思っています。

【佐藤】山極さんの話についてどうでした？

【いしい】僕は京都に今住んでいますけれども、すごく京都の暮らし方というのが、1つのモデルになるのではないかなと思います。1つ。例えば、最近梅雨明けになって、今朝起きたら、近所のおばちゃんが水撒いています。打ち水の距離ってありますね。あれまさにソーシャルディスタンス。

【大原】ディスタンスですね。

【いしい】ご近所の中でもできているんです。路地の中で、どこまで水を打つかというのは決まっているし、あと仕出していう文化。仕出していうのはなんなんだろうと、外食でもないし、うちのものでもない。ちょうど台所のところで混ざり合う、水際（みぎわ）みたいなものなんです。その中間領域をどういうふうにするかっていうのは、京都の人たちはそれはすごい歴史的に長けているはずなんです。

それをどういうふうにするか、世界中に知らせていくか、みんなが使えるような道具にしていくかっていうのは1つ考えていいテーマじゃないかなと思いました。

【佐藤】そう。仕出しについて言うとね、すぐいま、カタカナでデリバリーって言い方をするんですけど、京都の仕出して、デリバリーなんていう言葉で表現できへんような気がするんですけどね。

【いしい】そうですね。だから僕の知り合いでも、僕、散髪屋さんに行っているんですけど、散髪さんがね、この間、「いしいさん、ちょっと最近（食事配達代行業者名）始めましてね」言うて。

【大原】散髪さんが？

【いしい】バイトで。バイトでフッと始めるんです。

【佐藤】散髪さんが？

【いしい】散髪さんが。

【大原】すごいです。

【いしい】結構、半年ぐらいやっているんだけど、最近、すごい切実な（食事配達代行業者名）の配達人が増えて来た。つまり、軽く最初はあれなんですって、さっきの小説じゃないけど、肉体を鍛えるとか、そういう。

【大原】ちょっと暇やからとかね、時間つぶしに。

【いしい】そうそう、そういう代わりに（食事配達代行業者名）をやっていた人が多かったのが、最近、だんだん、だんだん、仕事が立ち行かん、お店締めなあかんとか、そういう意味で、本当に「真剣な（食事配達代行業者名）の人が来て、ちょっと肩身が狭いんですわ」みたいな話をしています。

【大原】肩身。

【佐藤】これ笑えん話ですよ。

【大原】そうですね。

【いしい】でも、（食事配達代行業者名）ということで、食べ物が、外の食べ物が運ばれてくるっていうふうなことが、よく街中でも見られますけど、仕出しっていうかたちでもう何十年も、もしかしたら何百年も先にそれ京都でやっているわけですから。

【佐藤】そうです。なるほど。ありがとうございました。

【大原】確かにそうですね。

【佐藤】大原さん、自己紹介ついでに、その山極さんの話について何か。

【大原】もう、面白かったです。そのゴリラの共食の話とか、本当にあと人間が人間でいるために、食事がどうあるべきかということが、本当にそこから学べて、そういうふうにもうなんて言うんですかね、もともとの根本がそうなっているんだっていうことをすごく感じましたし、なんか興味深いなと思いましたけど。

私はコロナ社会になって、家に皆さんいたじゃないですか、まあ、ちょっと紹介のものを持って来たんですけども、じゃあちょっと、家でね、子どもたちが食事を自ら、子どもたちも暇なのでね、作りますよね。もう今はリモートの授業とかも始まって忙しくなって、この頃が懐かしいと言えば怒られるかもわかりませんが、そんな状態になっていますけれども。

あと自分の家事分担ですとか、時間の配分。やっぱり、食事の用意にとっても時間を取られることが多いかと思うので、自分の生活をいいものにするには、時間のかけ方ですよ、それを考えるためにつくり置きですとか、そういったテクニックを使っていくということも大事ななとも思いましたし。

あとどうしてもちょっとたくさん買ってしまったり、私もばかみたいに焦って、4月5月はすごくたくさんものを買ってね、冷凍をいっぱいしたんですけどね、業務用の冷凍庫を1つの部屋に置きましてね、これで家計節約のためにと行ってたくさん冷凍していましたんですよ。

次の月の電気代を見たら、えらい電気代が上がっていました。だから、あんまりそういうことも良くないなと思いつつ、でもやっぱりこういう状態になったときに、ちょっといまままで飽食だったり、美食を追い求め過ぎていたきらいがどうしてもありますよね。そこを見直すというか、そういう機会にもなったと思いますし、家の中でどれだけの工夫をし

て、お母さんの負担がそんなになく、でもみんなが楽しく生活を回していけるかっていうことがすごいテーマなんじゃないかなと思ったりもしていました。

あと、京都ならではなんですけど、乾物ですよ。置いておけるものを上手に使うと、わりと生鮮品ばかりじゃなくても生活をしていけますし、いしいさんがおっしゃったように、仕出し文化もありますけど、京都の生活ってわりとやっぱり普段の生活が地味ですし、そうやって、どうやって、地味な中でも楽しんで生きていくかということとか、お水まきの話でも、他人との距離の取り方の上手さみたいなもの、仕出し屋さんなんかでも、やっぱり（食事配達代行業者名）さんと違うところは、そこに気持ちがこもっている。（食事配達代行業者名）さんも気持ちはこもってはると思うんですけども、やっぱり作って運んで、本当に楽しんでもらうための慮るような気持ちの幅がやっぱりすごくある。そういうところに豊かさがあると思うので、京都の生活の中から皆さんで学んでいただけることになるんじゃないかな、なんていうことは思っていましたけれど。

【佐藤】ありがとうございました。それからちょっと松山さんのところに行く前に、先ほど、今日この放送を見てくださっている方にアナウンスをするのを忘れたんですけど、ご質問があれば、ご質問をしていただきますと、私のところにデータがきて、それをピックアップしてご紹介できるようになっておりますので、ぜひ積極的に、ご質問ください。せっかく双方向ですので、ご質問がいただければと思います。何か来ていますか、そしたら、松山さん、山極さんの話も聞きながら、自己紹介も兼ねまして、一言お願いいたします。

【松山】ありがとうございます。妙心寺退蔵院 副住職の松山でございます。なんか冬だったと思うんですけど、山極先生に「この日空けといてくれ」と言われて、ちょっと今日午前中は滋賀県でお盆のお参りをしてから参ったわけですが、そもそもなんで私ここ呼ばれたのかなと考えていたんですけど、1つは、私、農学部出身でございまして、農業とか食を学んだという立場があるなど。

もう1つは、この臨済宗の修行ではですね、食、特にこの料理というのが人を育てる、人間形成の非常に重要なものの1つになっているんですよ。一番難しいというか、なんて言うんでしょうかね、陰の修行と言われるんですけど、料理がちゃんと一人前に作れるようになったら、一人前の修行僧であると認められると、そういう歴史があるわけです。

ですから、今回のテーマ食育という、食から学ぶというのは、まさに私たちの修行だなと考えております。先ほど山極先生からお話を頂戴しまして、私が得心して聴いていましたのはコミュニティ形成における最適な人数やサイズのお話でして、まさに修行の話だなと思って聴いておりました。修行道場のサイズなんですけど、だいたいね、15人から30人ぐらいがいいサイズなんですよ。

30人超えるとちょっと多いなというか、目が届かないのですが、15人より下回るとなんかね、もれが出てくるというか、それこそ必要な役職とかが付けなくなってしまふ。です

から、15~30。基本的には臨済宗の修行道場っていうのは、朝から晩まで一言も喋らなくても成立するようになっていくんですね。鳴らしものっていうのがありまして、鐘の音とか、拍子木とか、鈴の音とかで全部決まっていて、コミュニケーションの一番いいかたちが15~30っていうのはすごい的を射ているなと思って聞いていました。

それともう1つ食事に関してなんですが、対話をするんだとおっしゃっていましたが、私たちの修行中はまったくしゃべらないわけです。もちろん食事中は。でも、その食事の形態を考えると、もししゃべらないのであれば、1人1人別の部屋で食べもいいし、一列に横に並びにダーっと並んでもいいと思うんですけど、必ず対面で座るんですよ。これは、その実際には声には出さないけど、たぶん、無言の対話やなと思うんです。

私たちも道場に入ったら、道場の食べ方とか、食事作法があるんですけども、いちいち教わらないわけですよ。前の人のやり方を見ながら、本当にまねぶというか、やるわけですけども、その中に言葉を介さない会話というのが成立していて、ですから、言葉があるなしにかかわらず、やっぱり食事というのは、対話、学びの場なんだなって感じました。

**【大原】**先生は何人ぐらいでお食事はなさるんですか？

**【松山】**食事は、修行僧の数にもよるんですけども、食事をつくったり、あとは老師さまのお世話をしたりとか、そういう係は二番座って言って、あとからいただくんですね。そうですね、全部の修行僧のうちの3分の2ぐらいが一番座で食べて、その一番座が終わったら、残りの食事をつくった人とか、お世話係とかそういう人が、残りの3分の1の人がまた一緒に食べるという、そういう習わしがあります。

**【佐藤】**さっきのお話の中にね、その料理をすることが、人間形成にとってすごく大事だとおっしゃいましたが、そこをもうちょっと詳しく。

**【松山】**仏教にはですね、素晴らしい教えがたくさんあるわけですね。しかし、その教えを、なんかすごいありがたいとか、なんかええ話してはったなって頭のなかに知識として残しておいても、単なる知識ですよ。それを実際の場面で応用して使って初めてこの仏教の意味がある。その中で、料理っていうのが一番重要な身近な素材なんですよ。

ですから、精進料理って言いますけれども、最近、このコロナの前は結構外国の方なんかたくさんいらっやっています、ベジタリアンの方が増えていますよね。ただこのベジタリアンというのと、精進料理というのは、やっぱりまったく違うんですよ、同じように見えて、まったく違うんですよ。

この精進料理というのはやはり仏教の実践でありまして、その学んだことをちゃんとかたちにすると、例えば、精進料理って作るほうにフォーカスされる方が多いんですけども、野菜だけしか使わないとか、ものを無駄にしないとかそうなんです、いただく方もこの精進の心を持つのが非常に重要で、例えば、食事の最後にたくあん1枚だけ残してお

いて、熱いお湯とかお茶を入れてきれいにさらって飲み干すみたいなシーンね、テレビなんかでよく放送されていますが、あれはもちろんものを無駄にしないっていうこともあるんですが、洗う人のことも考えよってということなんですよ。

精進料理っていうのは、手間をいただく料理と言われていまして、ものすごい手間暇掛かるんですね。手間を掛けてつくっていただいたうえに、洗う手間まで掛けては申し訳がないと、だから自分たちでできることは自分たちでやるというので、そして、なるべくこうきれいにして、お返しをするという。

ですから、やはりそういう人に迷惑を掛けちゃいけないとか、なるべく自分でできることはっていうのは、知識としてはみんな持っていると思うんですけど、それをちゃんと行うというか、実践の場がやっぱり食事の場でして、だから、そういう意味で食育、まさに人間形成というところに非常に関わっているのが、この臨済宗の食だと思います。

【佐藤】いま、松山さんから、食べる、食べる場の人間形成というお話を聞いたんですけども、皆さんもどうぞ自由で議論に入っていただきたいんですけど、作る、料理をする側からしてもね、料理っていうのはやっぱり人間形成だろうと思うんですよ。その辺はたぶん大原さん、いかがでしょう？

【大原】そうですね。なんか人間形成と言われると、すごく難しい感じがすると思うんですけど、料理を私がいつも作っていて、一番面白いと思うのは、材料っていつも同じじゃないじゃないですか、スーパーに行けばきれいな材料がいつもあるんですけど、私は畑をやっていたりしたこともあるもんですから、全然育っていないものとか、すごく時期が早いものとか、取る時期が遅れたものとか、ちょっと半分駄目になったようなものがありますよね。

そういったものに、命が、植物ですけどあって、その命があるものを、おいしいかたちにどうやったら変えられるかということ工夫したり、ちょっと手当てしてあげたりするってことが料理なわけであって、決してなんか、すごく、何とか島の高級なオリーブオイルとかそういうのではなくって、手近にあるものの中で、どうして生活を整えていくか、その材料にとっても、そして食べてくれる人にとっても、作る人にとっても、おいしいものを作るというか、ちゃんと食べられる、体に馴染むものを作るってことは、それ自体が、良いことをした気持ちにしてくれる作業なんですよ。

いま、松山さんがおっしゃったように最後はたくあんでお椀を拭くっていうので、お米粒がつくと洗いにくいなんですものね、すごく。そういうこともたぶん、お茶椀を洗ったことのない人には分からへんと思いますし。

だから、材料を、あるものからお料理としていいものに仕立てていくためには、その時間も決まっていますでしょう。7時に食べるんだったら、7時までには用意しなきゃいけない、そういう全部の作業というのが確かに先生がおっしゃるように修行だと思いますし、それ

ができるようになれば、自分が生きていく自信もつきますし、人への配慮も分かるようになるし、なんか食べることができたら、あんまりほかのことを心配しなくても生きていけるような気がするんですよ。それが生きる力になって。

今すごく不寛容な世の中になって、ちょっと自信がない方もたくさんあると思うんですけど、私は料理ができたらそういうこと全部できるようになるんじゃないかなという、すごい楽観的な考え方をしていますけどね。

【佐藤】山極さん何か？

【山極】ゴリラはね、森を食べるって言うんですね。

【大原】はいはい。サラダボール。

【山極】彼らは出会うものをそのまま食べているわけではなくて、森は日々日々変わっていくんです。その変化をきちんと読み解きながら、何が食べられるか、何が食べられないかということを見極めて、食物にしているわけですね。

【大原】それ、匂がわかっているってということですね？

【山極】もちろんわかっています。

【大原】なるほど。

【山極】人間の場合にはね、先ほど出てきたように調理が入るんです。だから、自然から文化へ転換させる行為として調理がある。この調理が1人じゃできないんですよ。でね、食育という点で言えば、先ほどの松山さんがおっしゃったように、例えば、子どもたちを野山に連れて行って、キャンプファイヤーをして、さあ一緒に料理をしましょうと言うと、何も教えなくても自分ができることをやろうとするんですね。

たき火を焚くために、薪を集めてきたり、火を着けるのをやったり、お鍋の様子を見たり、食材を刻んだりということを、みんながやり始めます。だから、そこで人間が協力をしなければ自分たちが食べられるものがないんだっていうことを実感するわけですね。それはすごく重要なんです。簡単なように見えて非常に重要で、食事というものが、しかも、一緒にみんなが食べるということは、ゴールになっているわけですね。おいしい食べものを食べて、みんなで満足感を共有する、そのためにいろんな人たちがいろんなかたちで協力をしなければそのゴールに辿り着けないんだっていうことを悟る、それがまさに食育だと思うんですね。

その段階は人間しかできないんです。だから食事というのは社会的行為であって、調理が欠かせない、そのプロセスというのを私はこのコロナの時代に、逆に納得できるんじゃないかと思うんです。

【佐藤】そうですね。今コロナでステイホームで、家庭で料理する機会が、増えたと捉える人もいるし、面倒だと捉える人もいるけども、こういうことを言うときっと叱られると思うんですけど、なんでそういうふうに料理することをネガティブに捉えるんだろうと

思う。もっと自分たちの力をね、啓発するのにすごくいいチャンスなんだというふうに捉えることもできるような気がするなと思って、さっき松山さんにそう聞いたんです。その話を聞きつつ、いしいさん、ごはん日記みたいな、その。

【いしい】あのね、僕もいま皆さんのお話をうかがいながら、僕本当に人格形成、いまの人格がいいとか悪いとかじゃなくって、食事、料理っていうことに関して、思いっきり変わった人間なんです。1999年頃まで僕は食事、料理はもちろん、食事そのものにまったく興味がなかったです。

【大原】その頃はっていうことですか？

【いしい】その頃は、なんか、東京に行って、書き殴って、書き殴って、原稿を渡して、渡して、もういろんなものを知って、読みに読んで、言い散らしてみたいな、もう本当にバブルのなかで溺れているみたいな感じだったんです。

で、体を壊しましてね、そのときに3つのものと出会いました。1つはお茶です。お茶は、先生に勧められてお茶をやるようになった。もう1つはひとり暮らしを始めた。東京から離れて、神奈川県の大磯半島の先っちょの一軒家でひとり暮らしを始めました。もう1つは、今の結婚している奥さんと知り合ったんですけど、この3つに共通して、食事っていうのが関わっています。お茶は今おっしゃったように、精進料理を必ず出てきますし、先生のところから、これやりなさい、やりなさいって、やります。

ひとり暮らしを始めると、大磯半島の岬っていうところは、地魚が非常に豊富で、1年のうちにだいたい200種類ぐらい魚がグルグル、グルグル回りますよ。そこで毎日、毎日、朝、昼、晩、自分で作るようになる。

そうすると、自分の体のなかに何が入ってくるのかということを実感しないではいられなくなる。掃除もするし、人を迎えるときに、じゃあ昨日イワシ干しといたから、イワシ出してあげようとか、イカあったな、イカをひいてヒョイツと出したり、ひとりの暮らしだったので、身軽だったっていうこと。

その中で、だんだん、だんだん、自分を整えていった、整えられていったんだっていう自覚がしばらくしてからありました。今おっしゃったごはん日記というのがずっとネット上で、2001年からですか、毎日毎日、1回も休まずに続いているんです。

【大原】ずっとやってはるんですか。

【いしい】最初の頃のごはん日記って、もう読むのが恥ずかしくて、コロッケパン、コロッケパン、冷やし中華、冷やし中華、オムレツ、オムレツ、目玉焼き、目玉焼きとかそんなんです。

【大原】それは大磯半島に住まはる前から始めたのが？

【いしい】そうです。

【大原】そうですか。

【いしい】浅草でひとり暮らしをしていた頃なんです、非常にひどい暮らしだったんです。それが、急に1年ぐらいになって変わるんですよ。朝、前の日に漬けておいたサバ。

【大原】素敵ですね。

【いしい】しっぽのところを切って、ちょっとあぶって食べるとか。

【大原】おいしそう。

【いしい】なんか、魚屋さんがとっといってくれたグジを、今日は半身をこうして、半身をこうして、こうして、こうしてみたいなことを書いてあったりとか。全然違うんです。これ、どいつが『ごはん日記』とか書いているねん、というようなもんなんです。でも、それぐらい変わるんですよ。食事を全然しなかった、食事を全然興味がなかった人間が作り出すと、僕もなんか『トリツカレ男』という本を書いているぐらいですから、とにかく、のめり込みやすいのかもしれないですけど、ただもう食事ということで自分の生活を自分で見て、こういうふうにしていけるんだなということが分かっていくと、いろんなことがクリアになりますね。

だから、本当に僕はさっき、山極さんがみんなまで考えようってところで、フワッと、みんな料理始めたらええんちゃうか、って。まず1つの結論として出るんだなと思いました。

【佐藤】それはね、私すごく大事だと思うんです。というのは、現代人ほど自分が食べるものに対して時間を使わない、頭を使わない、筋肉さえも使わない。こんなのね、極めて異様な社会だと思うんですよ。山極さんもさっき言ったけど、やっぱり食べるために、今日は何をどう食べようとかね、誰と食べようとか、どういうふうにしてとかっていうことを考えるってというのは、ある意味で生存そのものじゃないですか。

【山極】それとね、もう1つ違うのはね、野生動物ってというのは、その土地のもので身体をつくっているんです。人間ってというのは地球の裏側からきたものや、まったく自然界にないもので身体をつくっているんですね。

【佐藤】だから非常にクリエイティブなんですね。だから常に新しい刺激が来て、そのなかで常にこういろんなことをやってみてという、そういう知的な意味での訓練もできるわけで、それから筋肉を使うと、これはやっぱり技術ですよ。

なんかやっぱりせっかく家にいるんだから、もうちょっと食べるとか、料理するという、あるいは、自分が食べるものを自分でつくるとい、そういうことを真剣に考えたらいんじゃないかと思うんですよ。

【いしい】筋力もそうやし、あと想像力がめちゃいいんですよ。本当にそこなんです。想像力ですよ。

【大原】そうです。料理ってそう。

【いしい】あとね、段取り。

【大原】そうです。段取りですよ。

【いしい】これも料理下手な人は段取り悪い。

【大原】そうですね、確かに。

【佐藤】その辺のやっぱりなんていうか、はい。先にステイホームでもって、家の中の食をどうするかという問題を先にやってしまいましたけども。残りの時間で外食どうするんやって、ちょっとこれ皆さんから知恵をいただきたいと思うんですけども、どなたに聞きましようか、やっぱり大原さんに聞こうかな。

【大原】外食ですか。本当に、外食産業の方すごくお困りだと思いますし、それこそ本当にテイクアウトとか、デリバリーみたいなものとかもいろいろなさってると思うんですけど、そうだな、やっぱりずっと家にいて、外食の楽しさっていうのは、家じゃない雰囲気であるっていうこととか、なんかちょっと環境とか場所が変わったり、普段食べられないものが食べられるっていうことなので、そうですね、仕出しっていう文化を、もう1回、もう少し現代の人に合わせて変えていくっていうのもそうですし。あとさっきちらっと思ったんですけど、例えばレストランとかを、わりと個室というか貸切みたいなかたちにして、時間で決めてとかで、その間、例えば、作って置いてあって、レストランの人がいなくて自分たちだけが行って食べるとかね、そんなの面白いんじゃないかなとか思ったりしますよ。

なるべく密でないということ、関わらないけれども、なんか食が目の前にあることで、みんなが新しい発見できるということが外食の楽しみだと思うので。

あと、よそのお知り合いのところのレストランがやっらっしゃるのが、2~3人分ぐらいのパーティーパッケージみたいなのをやっらして、それさえあれば家ででも外食が楽しめるみたいなものもあつたりするので。劇的な変化ということはなかなか難しいと思いますけども、例えば、空気の循環ができるようにアウトドアっぽいものをなるべくたくさん取り入れるとか、あるいは時間差でものをするとか、なんかすでに皆さんご苦労でお考えだとは思いますが、ありきたりじゃなくて食の根本を考えるっていう意味でも、作るっていうことにもっと近い、わりとお客さんにお任せするような部分があるようなレストランとかもあつてもいいのかなっていう気もします。

【佐藤】例えば、レストランの人が出てきて作り方を指導するみたいな、そんなのもあつてもいいかもしれないですね。

【大原】そうですね。あるいは本当にそこに材料があつて、好きなように切って食べてみてください、みたいな。そういう実験的なものなんかも、なかなかほら、いしいさんなんかね、三浦半島にお住まいになったから、お魚に触れはつたと思いますけど、普段の生活をしていると、そういうものに出会うことすら少ないと思うんですよ。でもそういう発見があるもの、例えば、子どもたちでも、農とか漁業とか、そういう現場に行つて、本物に

触ると触発される場所ってすごくあると思うので、そういう本物に触れる、加工して、人の手があんまり入りきっていないものに触れるような食っていうか、そんなものもいいんじゃないかなとちょっと思ったりします。

【佐藤】山極さんさっき、その人類の本質みたいなのを3つあげられましたよね。動くとか、あの辺のその原則からいうと、この外食というのは、どういうふうになると思います？

【山極】京都の誇る料亭の菊乃井の主人に「京料理って何ですか？」って聞いたことがあって、そのときに、「出会いの場をつくることだ」っておっしゃっていたのが非常に私は心に残っていてね。やっぱり外食ってというのは出会いの場だと思うんです。それは、同じメンバーで外食をしたとしても、そこにまた家にはない食事を囲んで新たな出会いがあるわけですね。

【大原】発見が。

【山極】そういうものを日々更新していかないと、人々は心身が活性化しないんですね。しかも、食事、食材や料理のプロセスを話題にすることによって、また新たな物語をつくれるわけでしょう。それが人間にとっては絶対に必要なんですね。私はその出会いの場、まさに集まって移動して、食事をともにして対面して、新たな人の関係をつくり上げるということが外食の大きな役割だと思いますね。

【佐藤】ちょうどそれに関係するような質問が来ていまして、「狩猟採取から、農耕社会の前後、1万数千年前ですね、食の機能、共感するとか対面するとかコミュニケーション、そういうのは変化したか」というご質問。

【山極】それは大きく変化しました。というのは、さっき私がゴリラは森を食べると言いましたよね。狩猟採取生活というのは日々日々変化している自然環境の中で、自分の身体を満足させるようなものを見つけ出していく。自分で作るわけじゃないんですから。

ところが、農耕牧畜が始まってからは、それをストックできるわけですね。あらかじめ予想をして、種をまき、数ヶ月後に収穫ができて、それによって食生活を満たすという。計画性ができたわけです。しかも移動性がなくなりました。やはり土地に投資しますから、その場から離れたらその苦勞が台無しになるので、それによって社会も人間の暮らしというものも一転したんですね。

ただ、さっき言ったように人間というのは移動して集まることをその中に埋め込んでいかないと、やっぱり生きられない生物なんですよ。だから定住したとしても食事をさまざまなかたちで行うことによって、農耕牧畜定住というその枷（かせ）を、抑制を取り払って社会を活性化してきたんだと思いますね。

【佐藤】1つ付け加えるとする、農耕社会って、その移動の部分、かなり犠牲にした社会なんですよ。そうすると、必要なものがいままでは移動して手に入れていたものが、移動できない、手に入れられなくなる。典型的なものは塩ですよ。そういうことが起き

るとどうするかっていうと、交易でもって、塩を持ってくるやつが出てくる。そこにその新しいコミュニケーションができると。

おそらく、そういう意味でも農耕というのは、人間のそういうコミュニケーションにかなり大きなインパクトを与えたんだと私は思いますね。さっき山極さんに聞いたんですけど、松山さんそのあたり、その外食についてのお考えを。

【松山】2、3あるんですが、1つは、うちもこのステイホームのときに、デリバリーとかテイクアウトというか、買って来て食べたんですけど、おいしくないんですよ、正直。

【大原】できたてのほうがおいしいからですね。

【松山】そう、それもありますし、それ用にできていないんですよ。仕出しの文化は、冷たくなってもおいしいように最初からできているじゃないですか、そんなに急にまねられないですよ、あれは。ですから、ある1つのワールドがあって、そのお店で食べるっていうのは、もちろんこの食事がおいしいっていうのもできたてというものもあるんですけど、さっきおっしゃったしつらえであったりとか、食事以外の価値がものすごく高いんやなと思ったんですよ、今回。ですから、家では再現できない空間とか、それが外食の価値かなと思いますよね。

2つ目が、これ禅の中の教えで1つ重要なものがあって、食平等（じきびょうどう）という教えがあるんですね。これは、大きな法要とかなんでもいいんですけど、そういうものがあつたとして、どんだけ偉い老師であっても、修行入りたての1年目のペーパーでも、みんな同じものをいただくんですね。これが食平等という。これはすごく1つの結束を強めるのに非常に重要な要素で、偉い人だけおいしいものを食べて、下っ端の方はまかないみたいな、じゃないんですよ。今このオンラインの時代になってから、やっぱりみんなオンライン疲れというのがあって、オンラインせざるを得ないけど、何かリアルなものが欲しいというので、いまオンラインで座禅会をたまにやるんですけど、あらかじめお線香とお菓子とお茶を送るんですよ、参加者さんに。

それで、それぞれのおうちで一緒にじゃあお線香を付けましょう、一緒のお菓子を食べ、一緒のタイミングでお茶飲みましょうと言ってお話しをすると結構打ち解けるんですね。同じものを、皆でどんな立場な人でもいただくっていうのは、1つ離れていても打ち解けるキーワードになるんじゃないかなと思いますね。

もう1つ最後のさっきの料理の話にも関わるんですけど、私は料理がいいなと思っているのは、失敗していることなんです。これですね、私たちの道場でも、料理当番というのをだいたい半年間やるんですが、いきなり料理当番をやる前の日に、「おまえ明日から料理当番」って言われるんですよ。私がおったところは40人ぐらいおったんですけど、釜で、薪でご飯を炊くんですね。40人いたら5升ぐらい炊くんですよ。やったことないでしょう、そんなこと。

今だって、飯ごう炊さんすらみんなしないのに、そうすると何が起こるかというのですね、全員失敗するんですよ。大体こげたらあかんから、びびって早めに薪を引くんですけど、ベチャベチャなご飯ができるんですよ。そうすると、めっちゃ怒られるんですよ。「何しとるねん」と。でもこれは、本当に、美味しいご飯を炊くっていうことを中心に考えればですよ、引き継ぎを2週間ぐらいすればいいんですよ。でも引き継ぎ2時間しかしんのですね。

もう2時間しかなかったら、もう、「物ここにあるぞ」とかくらい。同時に道場を進行しますから、同時にご飯つくらなくちゃいけない。でも2週間引き継ぎとか絶対しないんです。なぜかと言うと、そうすると同じものを盲目的にまねすることしかしないからです。

2時間しかなかったら自分で、そのやり方を編み出すっていう、試行錯誤せざるを得ないんですね。そこに人間形成があって、料理も料理教室に行っても、例えば、材料と一緒に送っておいて、一緒に料理をしても、絶対にうまくいかないんですよ。でもうまくいかないところに、何か向上心とか、今度はもう1回やってみたいとか、そういうものも生まれてくると思うので。ですから、わざと。京大の川上先生でしたっけ、不便益(要注)って。

【山極】不便益ね。

【松山】だから不便であることを、むしろ生かした、失敗するというのを生かしたような、そういうオンラインの料理教室とか、そういうものっていうのは面白いんじゃないかなっていう。

【大原】いただきましたっていう感じですね。

【佐藤】今のお話ちょうど質問が来ているので、先にお答えをいただいたようなものですね。「仲間との共感のため、同じ釜の飯を食うっていうのは1つの手段だが、今後共感をつくるための食事の機会は」という質問ですけど、まさにこのいまのこのお答えですね。オンラインで言うと、こんな質問もあって、「オンラインで料理教室をやって、食育イベントみたいなものを作って効果があるか」みたいな質問が来ているんですけど、大原さん、どうですか？

【大原】あると思います。本当におっしゃったように、料理って同じキッチンで同じ材料で、同じレシピで同じ道具で作っても味って変わるものですからね。それが面白いものなので、なんか、料理をすると自分を知ることができる気がします。どこが弱くてどこが得意でっていうようなものとかが分かってくるし、なんか、料理教室っていう名前だけど、私も料理教室を今ちょっとストップしたりしているんですけど、どうしても集まらないのでね。

でも、止まっている間に皆さんが不便かといったら、いま世の中にはレシピは山のように溢れていますから、作れないわけじゃないんですけど、そこにやっぱり、山極先生がお

っしゃったみたいに、みんな教室のために月1回人が集まることが楽しいんですよね、やっぱりあれね。

なんかそうやって人って集まってくることだと思うので、オンラインでも、やっぱりオンライン飲み会とかいろいろ皆さんなさったと思いますけど、まったくないよりは、やっぱりそれで共有して、そして失敗することで、なんて言うんですかね、それをみんなであっはって、笑うっていうか、あの失敗したことの、失敗したら忘れませんもんね、なんかそういうことも面白いんじゃないかなってすごい思っていますよ、やはり。

【佐藤】なるほど、オンラインってね、突然終わっちゃうのがマイナスなんですよ。会議なんかやってもね、「じゃあ、終わらしましょう」って言ったらプツンと切れて終わりでしょう。

【大原】寂しいですね、あれ。

【山極】集まっていれば、終わったあともなんか雑談したりなんかするわけじゃないですか、でも料理の場合はね、味や満腹感が残りますから。じゃあ、それぞれ楽しみましょうね、みたいなかたちで終わると余韻もある。音楽をそこに付けるということもできるので、工夫すればオンラインの効果というのは結構、使えるんじゃないかなと思います。

【佐藤】なるほどね。オンラインの場合は空間を超えるのでね。なので地球の裏側の人と同時に会食ができるなんて今まで絶対になかったことができるようになるわけですよね。なんかいいさんがきっと、こういうのをネタに新しい小説を書かれるんじゃないかと。

【いしい】いや、今年も8月ですけども、うち実家が大阪で、毎年お墓参りに田舎に帰るんですよね。「今年はやめておこうか」っていう話になっています。両親も結構年寄りなので、「心配だな」と言っています。でも、その分、結構毎日電話したり、オンラインでつながったり、孫とおじいちゃん、おばあちゃんが喋ったりもしています。

かたや、ニューヨークとか、パリの友達とつながって、「昨日しんじさん、うちの子が階段でこんな遊び発明したの」とか、アパートとかからニューヨークの子ら出られないから、なんかアパートで、すごいいろんな遊びを発明するんですって。

あとひと月の間に、音楽ユニット、ラッパーとジャズとそういうのが、子どもたちのバンドが4つぐらいできたとか、そういうのが教えてもらえたり。オンラインというのは僕、想像もあんまりしていなかったけども、なんかつまりうちのなかに外が入って、入り込んだり。

【大原】窓ですね。

【いしい】外にうちを出したり、さっき言った中間というのがオンラインのなかにいろいろ生まれているんじゃないかなと思うんですね。うちでやったり、あるのに外だし、外な

ののうちみたいな。そういうのが、そこでみんなで食事ができるっていうのは、なんかすごいことなんじゃないかと。

【大原】そうですね。これオンラインなかったら、ものすごい閉塞感でしょうね、よく考えたらねえ、思います。

【いしい】なんか、本当にグローバリズムっていうのがね、なんか、よくやく来たんちゃうかなと思います。つまり、こういう事態で世界中のすべての家庭が、すべての台所預かっている人が、同じ問題に直面しているっていうのはあんまりないわけじゃないですか。

ものとか、情報とかお金のグローバリズムっていうのは前々から言われていたけど、初めてある問題を抱えて、家計とか、お母さんの苦労とか、そういうものがつながれたというのは、すごい、かえって大きいことだったような気もするんですね。

【佐藤】はい。どうもありがとうございました。ようやく乗ってきたところで時間が。だいたいシンポジウムって、ちょっともの足りないぐらいがいいのかもしれませんが。まあ、今日特にこれまとめてどうこうということは考えていませんけども、どうなんでしょうね、このコロナの時代、with というか、ポストというかわかりませんが、結局のところ、やはり特に食ということについて言うと、おそらく我々の今の社会は相当の覚悟をして、相当の変化を大胆に受け止めるというか、それをいとわないというか、失敗してもいいからやってみるとするか、そういうことが求められている事態になってきているんだという気が私はします。今日のお話を聞いていてもつくづくそういう感じがしました。

あと、これは難しい問題ですけど、例えば、外食をどうするかっていうようなこと、これはなかなか良い答えが見つからないんだと思いますけども、皆さんそこをきっとお聞きになりたいところがあったんだと思いますけど、さっき出てきたキーワードで言うと仕出しであるとか、それから出前であるとか、そういう中食との融合みたいな、そういうようなことも起きるでしょうし、それから本当にうんと思いついてね、御所の周りにキッチンカーをウワーッと並べて、何月何日はそこに行ったらいろいろなものが食べられます、みたいな、そんなようなことをやってもいいのかもしれない。具体的な方策はいろいろあると思うんですけども。

今日のところは山極さんの話から始まって、少し原則的なところ、昔から人類がどういうふうにしてきたか、それから、やっぱり心の置き方としてどういうふうにか考えた方がいいのかということを中心に、時間は短かったですけども、皆さんでお話をしてみたところで、ちょうどお約束の時間ですので、マイクを渡邊さんにお返しをしたいと思います。どうもつたない司会でしたけども、最後までありがとうございました。

【一同】ありがとうございました。