

おしるこカフェって、 どんなところ？

What do people do at
Oshiruko Café?



ばーばがすんでるふっこうじゅうたくでは、
まいつき、「おしるこカフェ」をやっている。

The post-quake permanent housing where my grandma lives in,
Oshiruko Café opens once a month.



さいしょは、なんだかわからなかった。

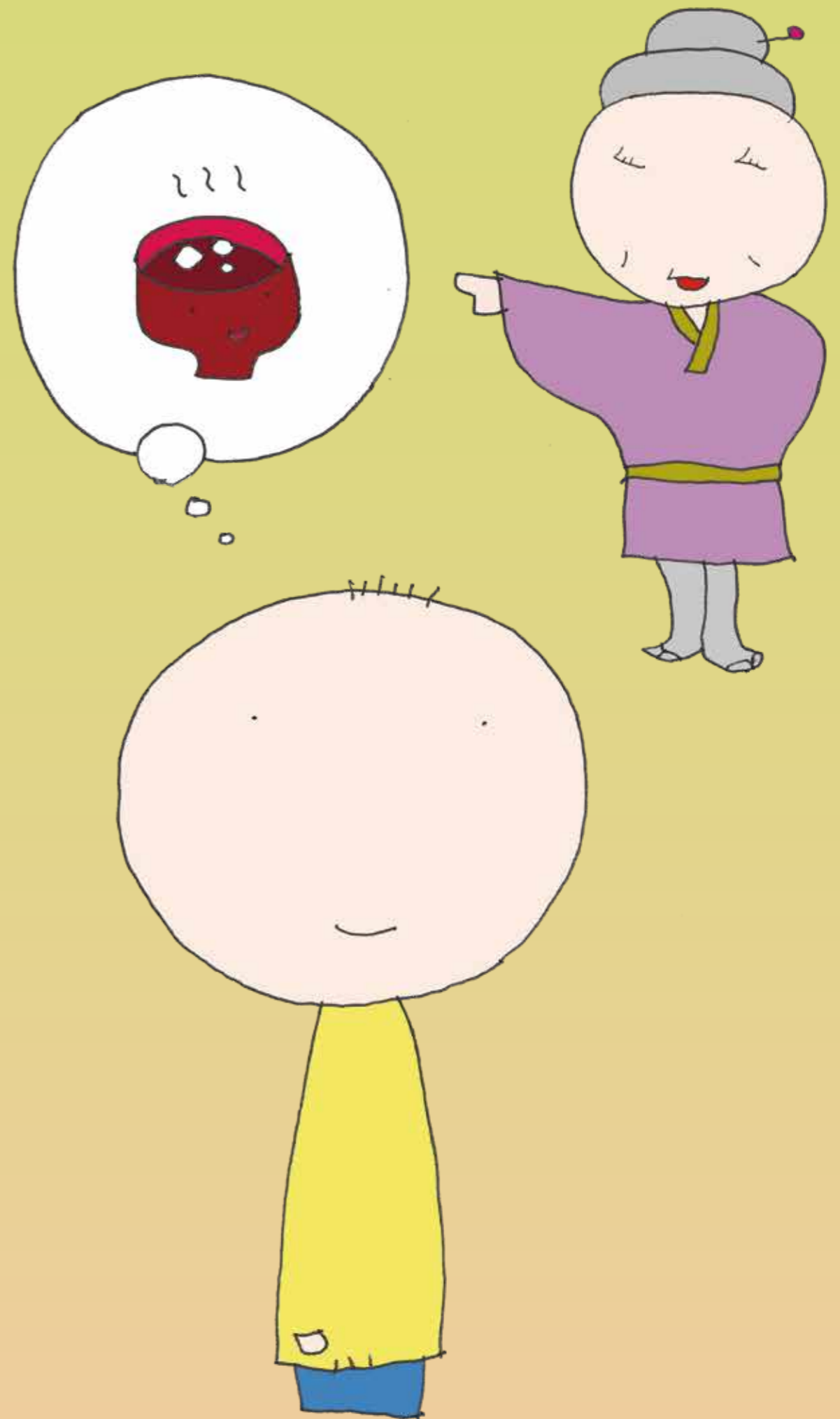
ばーばに

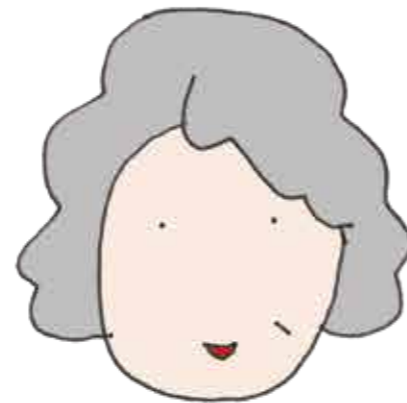
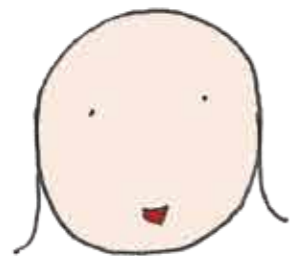
「たっくん、こんどのにちよう、おしるこいくかい？」
っていわれた。

「おしるこ」って、
あまくて、あったかくて、おいしそう。

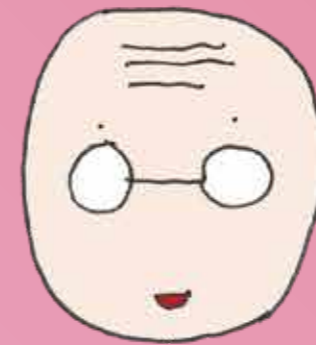
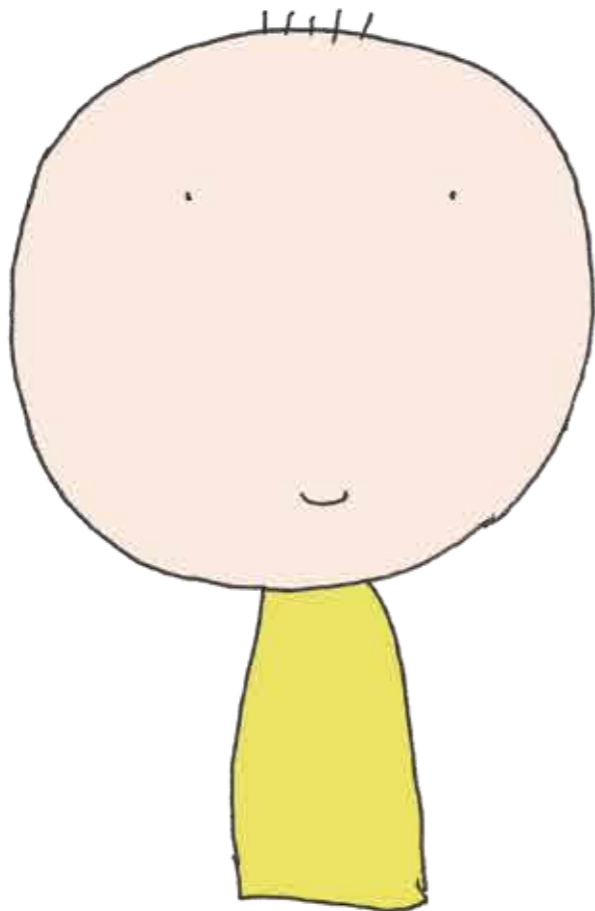
ぼくは「いくよ」ってばーばにこたえた。

I had no idea what it was,
when grandma first asked,
“Takkun, do you want to go to ‘Oshiruko’?”
Oshiruko sounded sweet, warm, and yummy.
I said to granma, “I’ m coming” .

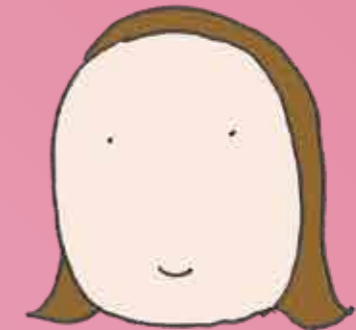




ふっこうじゅうたくのいっかいには^{しゅうかいじょ}集会所がある。
ばーばくらいのひともいれば、わかいひとや、
おじさん、おじいさん、ときどきおにいさん、おねえさん、
そしてがいこくじんもくる。



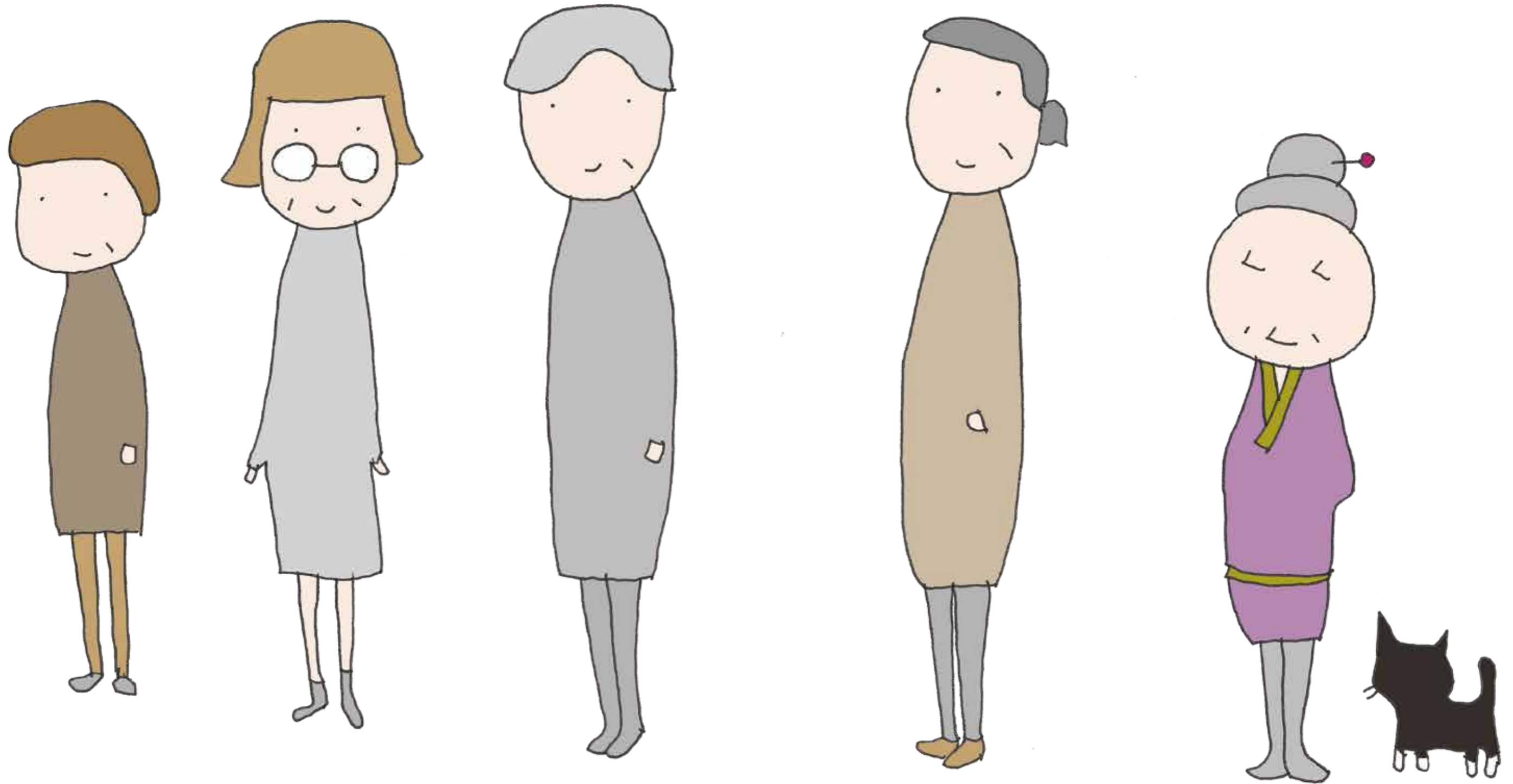
On the first floor of the public housing
there is a gathering place.



Those who seem to be around
the same age as grandma, along with the young,
middle-aged and elderly men, and sometimes
big brothers and sisters,
and foreigners gather.

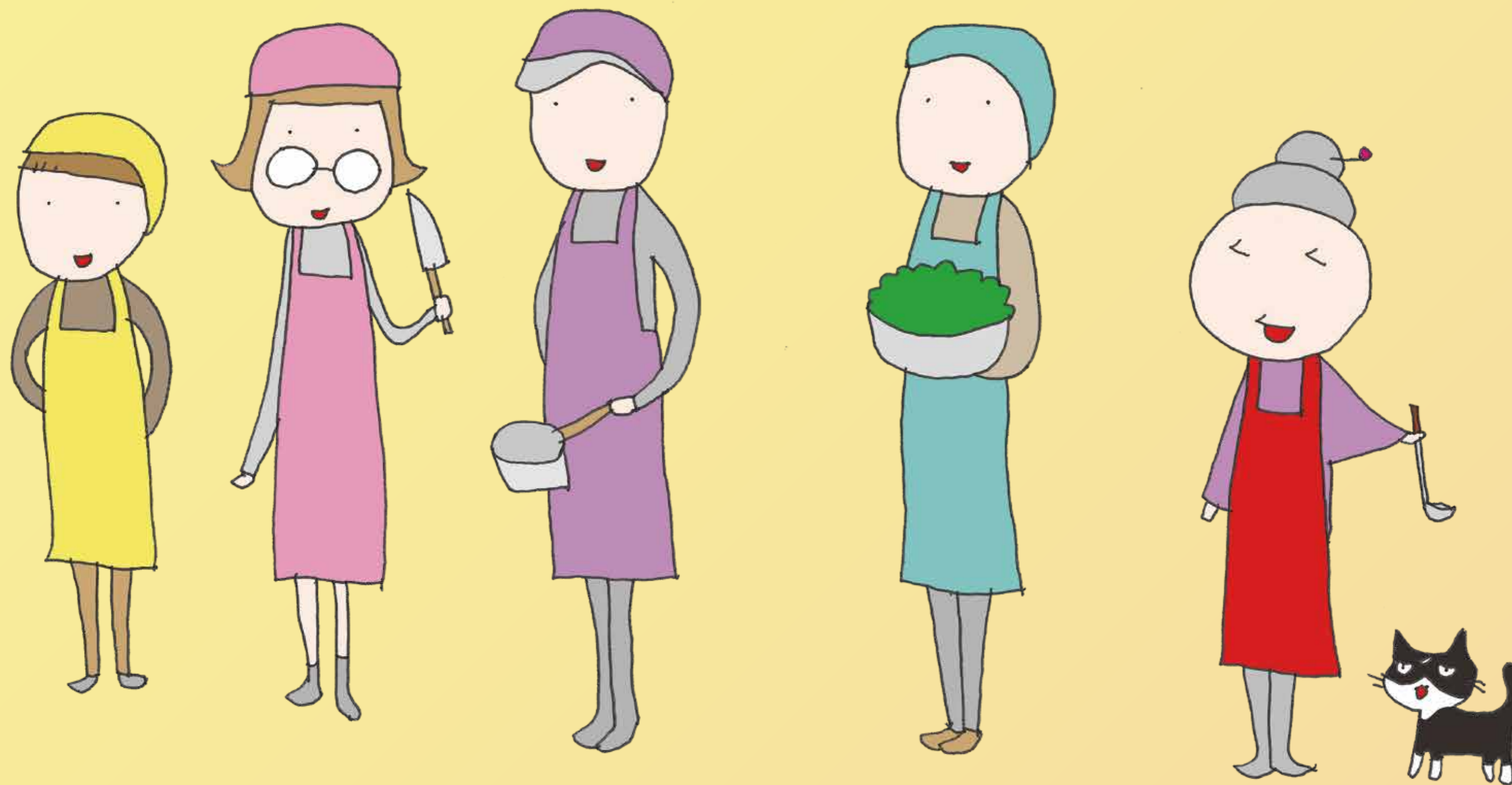


「おしるこカフェ」の^ひ日、
ばーばとおかあさんたちは、
みんなよりはやくしゅうごうする。



On the day Oshiruko Café opens,
granma and ladies come early.

エプロンをつけて、あたまにみんなでバンダナをまくと、
たちまちみんな「おしるこガールズ」にへんしんする。



Upon putting aprons and bandanas on,
they turn into "Oshiruko Girls" .

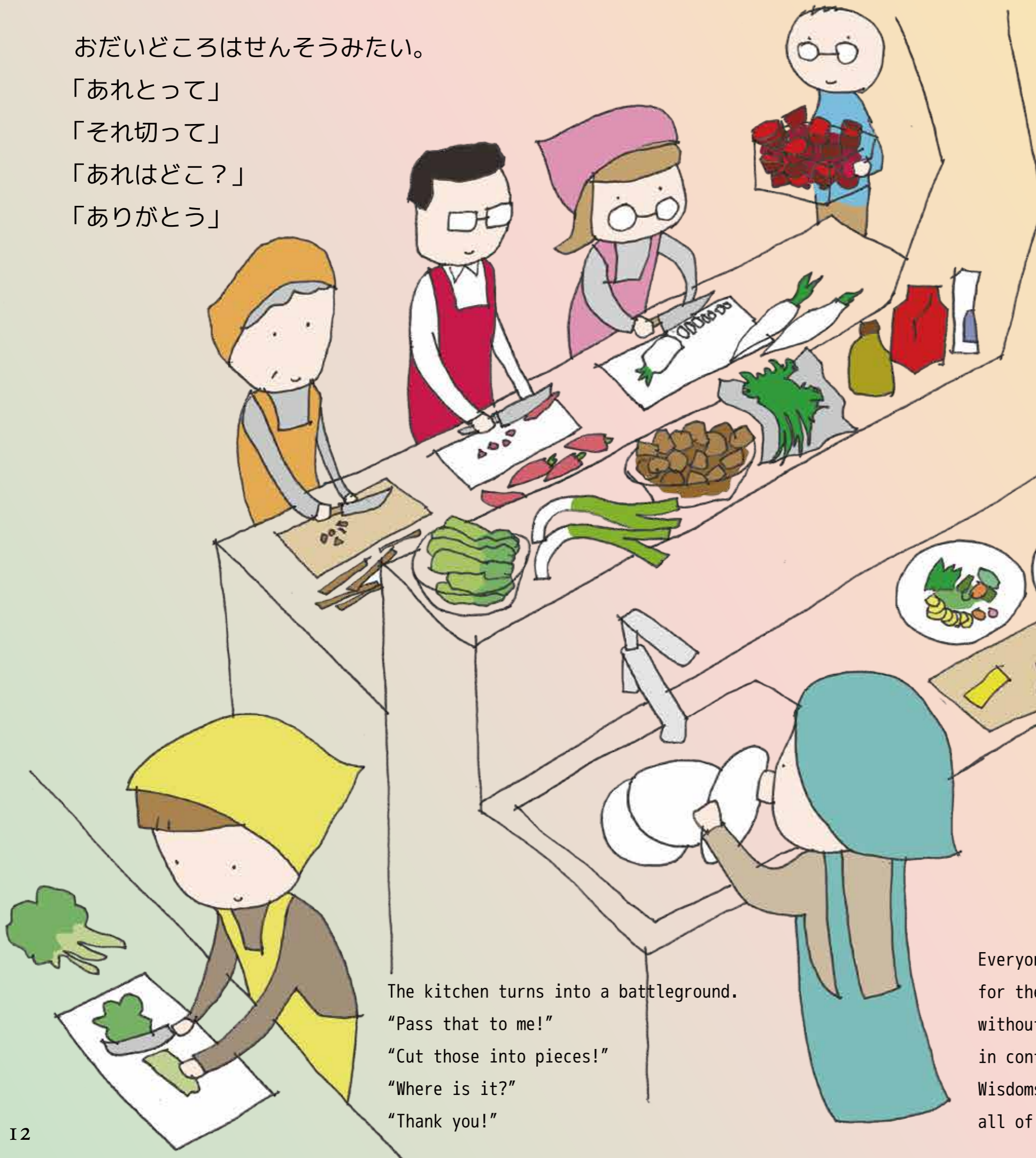
おだいどころはせんそうみたい。

「あれとって」

「それ切って」

「あれはどこ？」

「ありがとう」



The kitchen turns into a battleground.

"Pass that to me!"

"Cut those into pieces!"

"Where is it?"

"Thank you!"

だれがしきるでもなく

みんなおもしろいおもしろいこうごいている。

知っていることをもちよったり

おもしろいアイデアがうまれたりして

それがかたちになっていく。



Everyone prepares
for the café freely,
without any "boss"
in control.

Wisdoms are brought in and ideas spring up,
all of which become part of the café.

ふっこうじゅうたくには、
あちこちからうつりすんだひとがすんでるから、
いろんなりょうりができあがる。

People living in the public permanent housing
came from different places,
thus a variety of local foods.



やさい
野菜たっぷりカレー
vegetable curry



や
ほや焼きそば
hoya-yakisoba



いも に
芋 煮
imoni



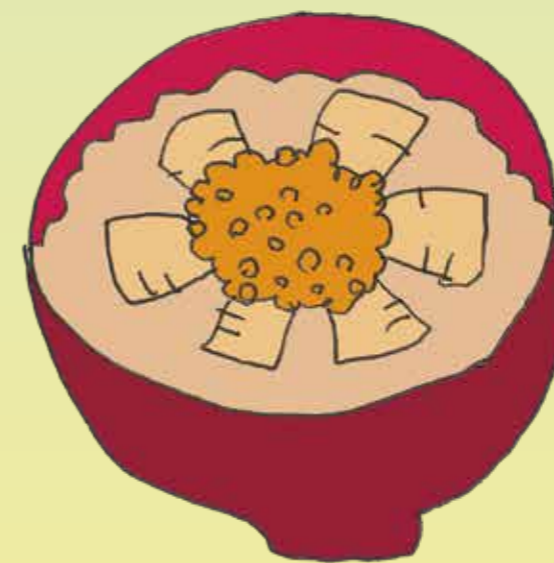
ずんだ
zunda



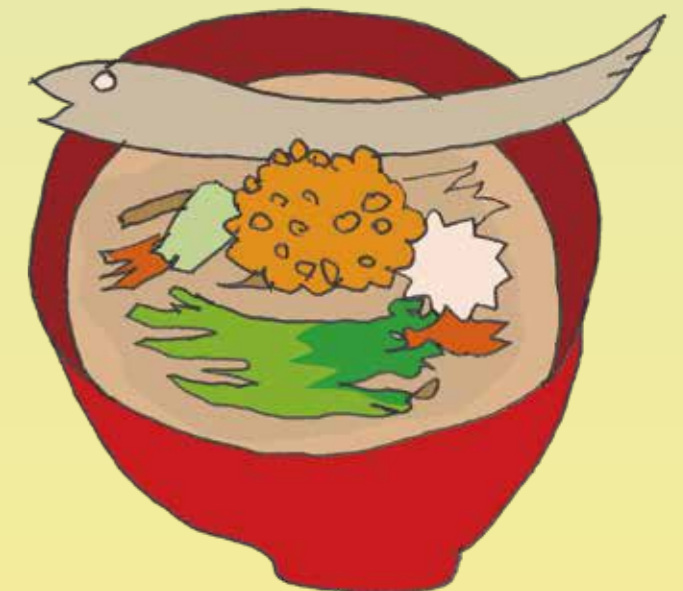
さんさいてん
山菜天ぷら
wild-plants tempura



じる
くじら汁
kujira-jiru



はらこめし
harako-meshi

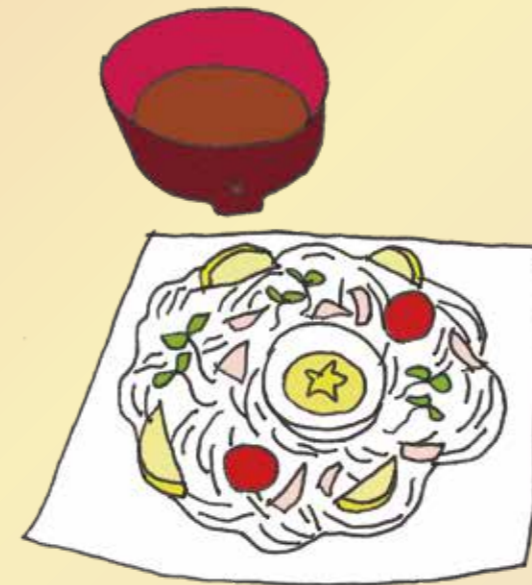


せんだい
仙台ぞうに
sendai-zoni

ぼくはときどきでてる
ちょっとかわったりようりもすきだ。

I like those interesting dishes
that are served time to time.

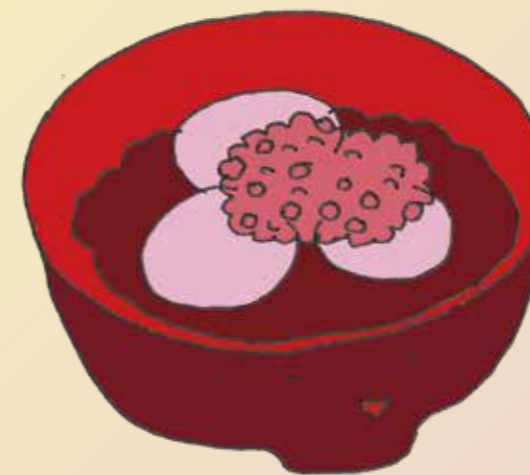
アートなちらしずし
chirashizushi a la "art"



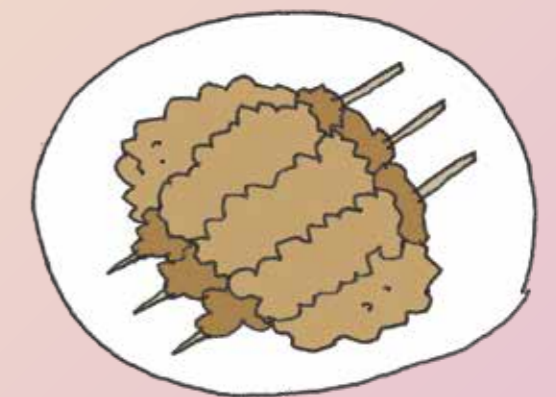
おもしろそうめん
cheerful somen



レインボーぞうに
rainbow-colored zoni



はらこめしそっくりの
タピオカスイーツ
sweet tapioca pearls garnished
like harako-meshi



インドネシアのくしやき、サテ
satay-Indonesian skewers

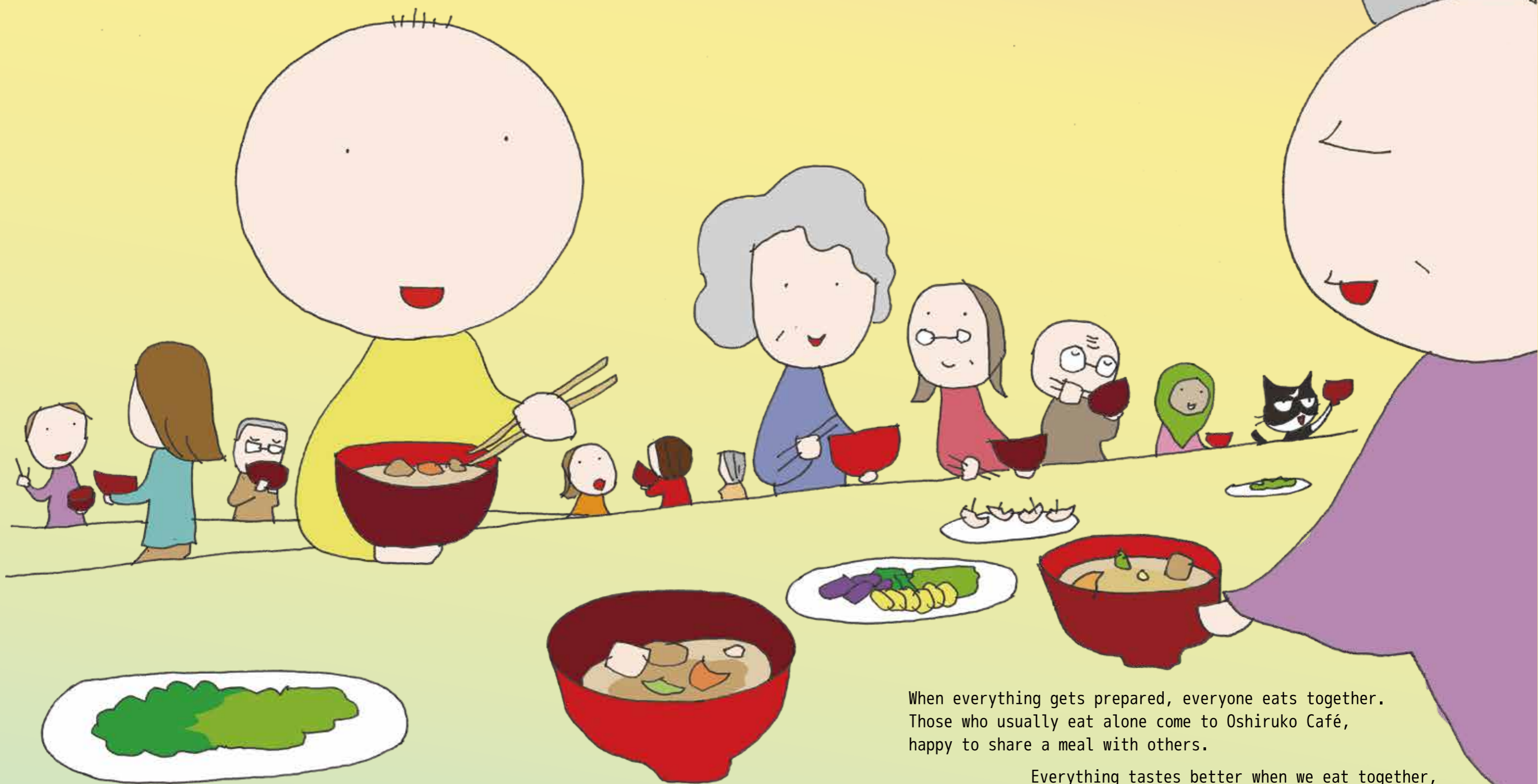
エディブルフラワー
がのったサラダ

salad with edible flowers



りょうりができるとみんなで食べる。
いつもはひとりでたべてるっていうひとも、
このひをたのしみにあつまってくる。

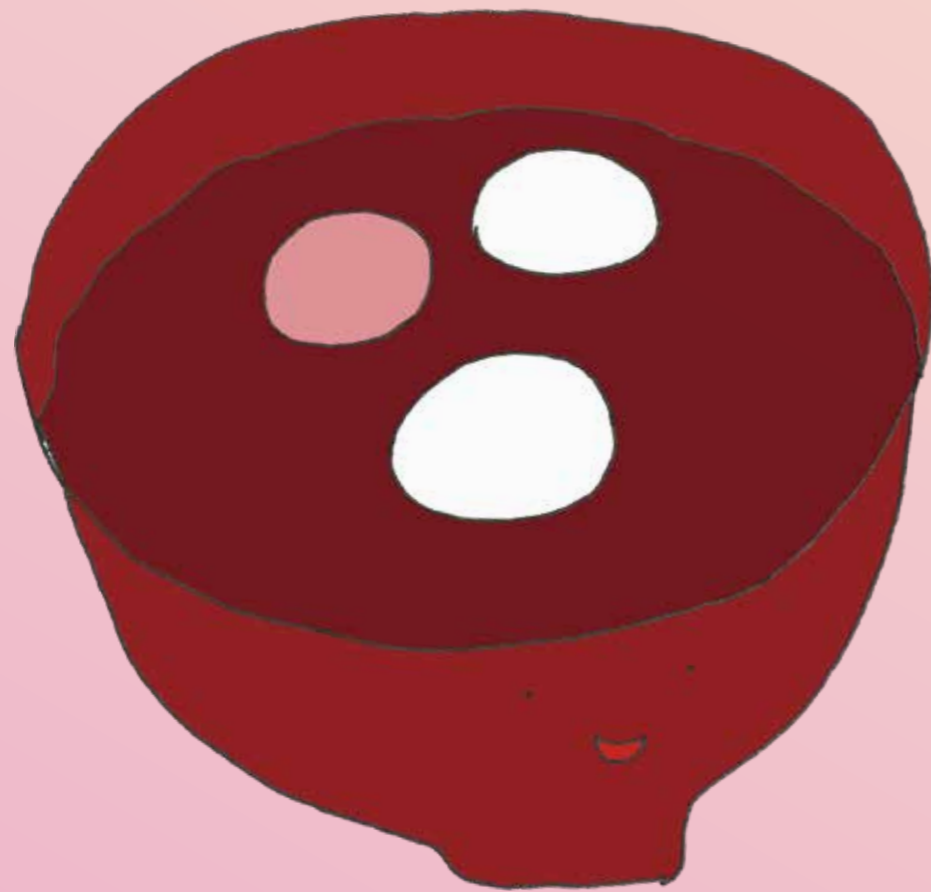
いっしょにたべるとおいしいからって、
いつもよりみんなたくさん食べる。
かくいうぼくもそんなかんじ。



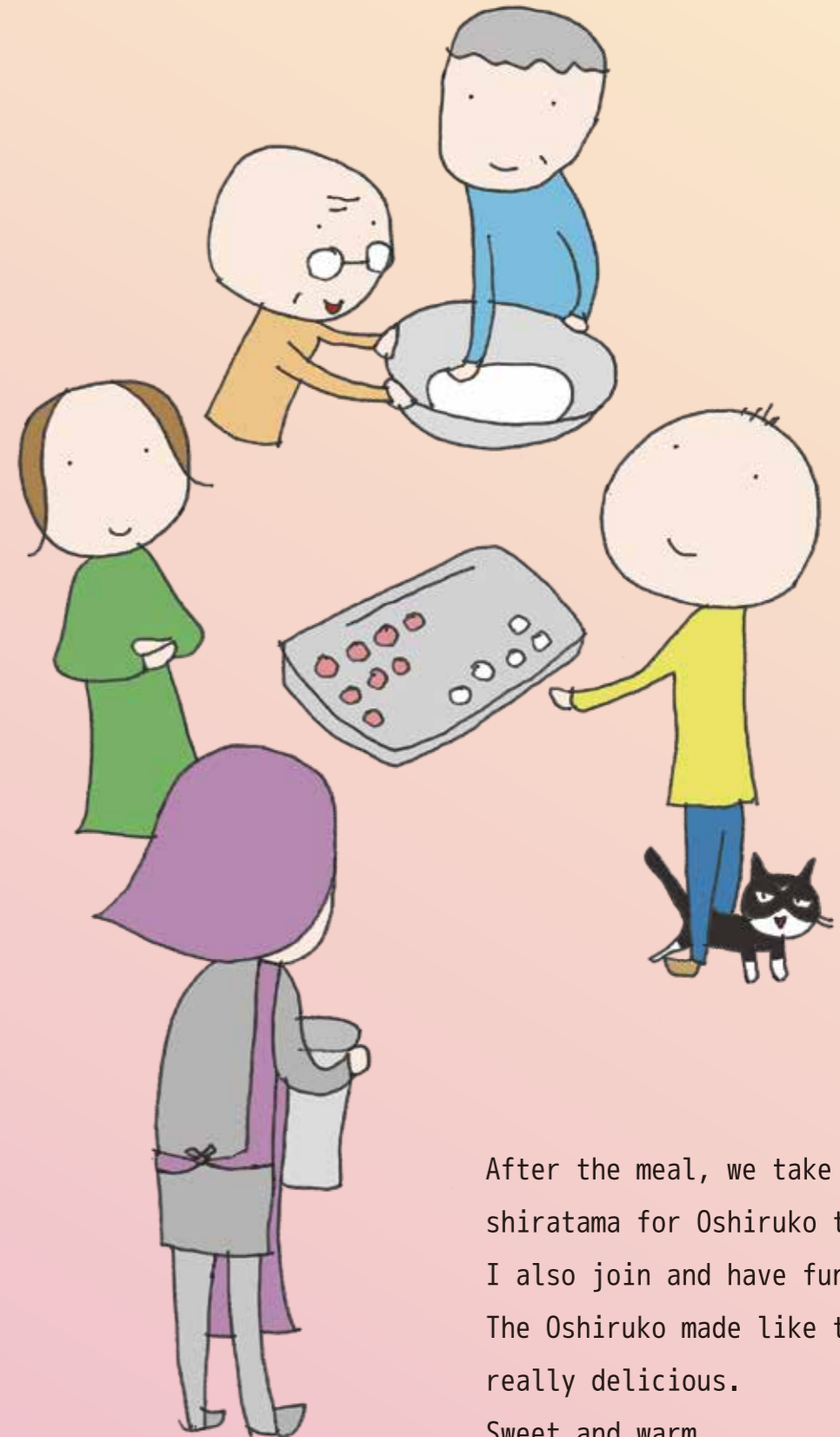
When everything gets prepared, everyone eats together.
Those who usually eat alone come to Oshiruko Café,
happy to share a meal with others.

Everything tastes better when we eat together,
which makes everyone eat more than usual.
I am like that, too.

りょうりのあとは、みんなでしらたまをこねる。
わいわいいいながら、ぼくもてつだう。
そうしてできたおしるこは、
あまくてあったかくて、ホントにおいしい



「どうしてみんなでおしるこを食べるの」って、
きいたことがある。
するとばーばはおしえてくれた。



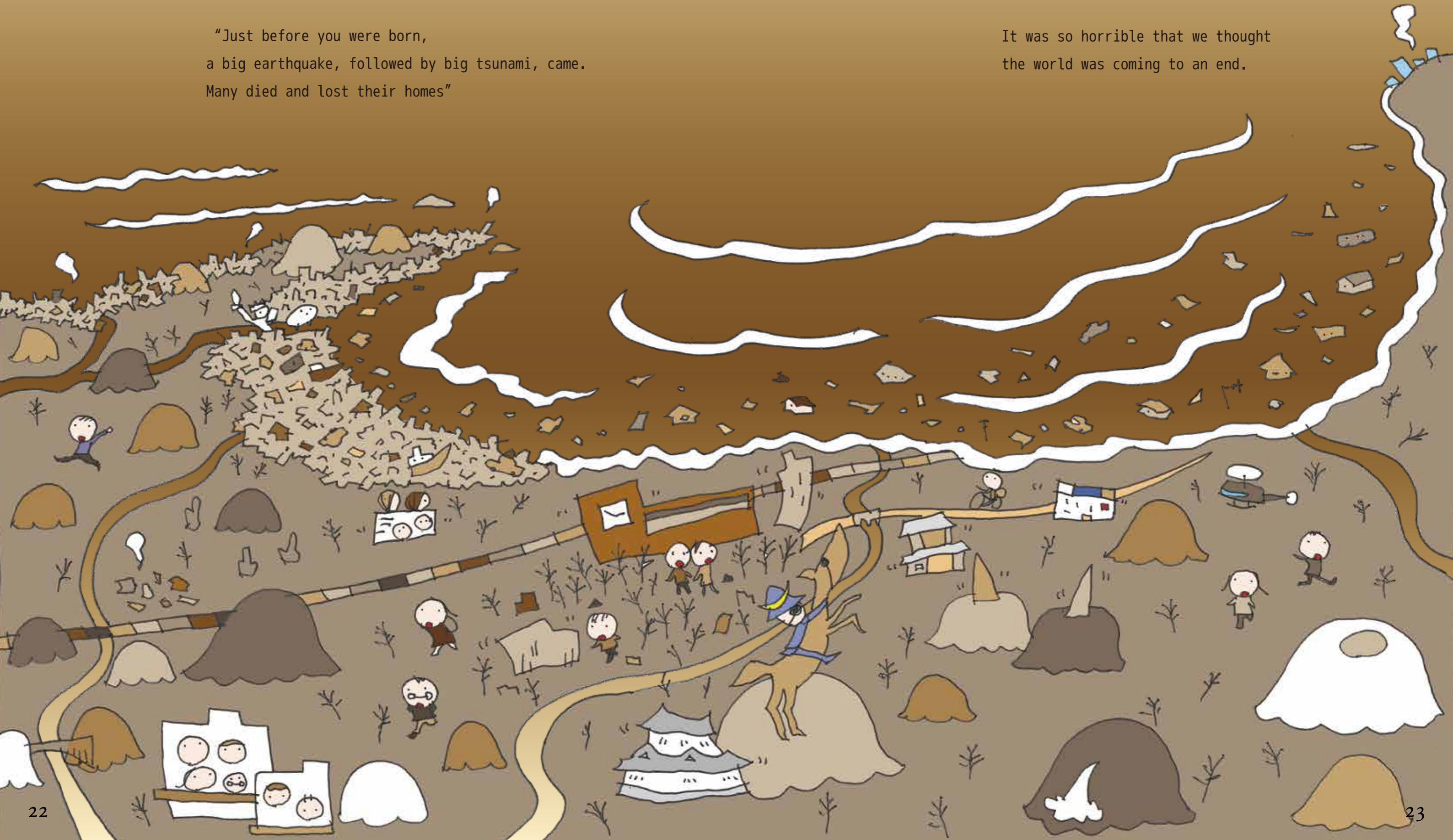
After the meal, we take to making
shiratama for Oshiruko together.
I also join and have fun.
The Oshiruko made like that tastes
really delicious.
Sweet and warm.
I once asked grandma,
“Why do we eat Oshiruko together?”
Grandma said...

「たっくんがうまれるすこしまえ、
それはそれはおおきなじしんとつなみがあって、
たくさんのひとがしんだり、いえをなくしたの。

“Just before you were born,
a big earthquake, followed by big tsunami, came.
Many died and lost their homes”

もうこのままこのよは
おわってしまうんじゃないかっておもうほど、
それはそれはひどいできごとだったの」

It was so horrible that we thought
the world was coming to an end.



ばーばのいえもながされて、
カセツジュウタクにすんでいるとき、
「おしるこをたべませんか」ってチラシがはいってた。

With her house swept away by the tsunami,
grandma started living in the temporary shelter.
That's when she found a flier saying, "Care for Oshiruko?"

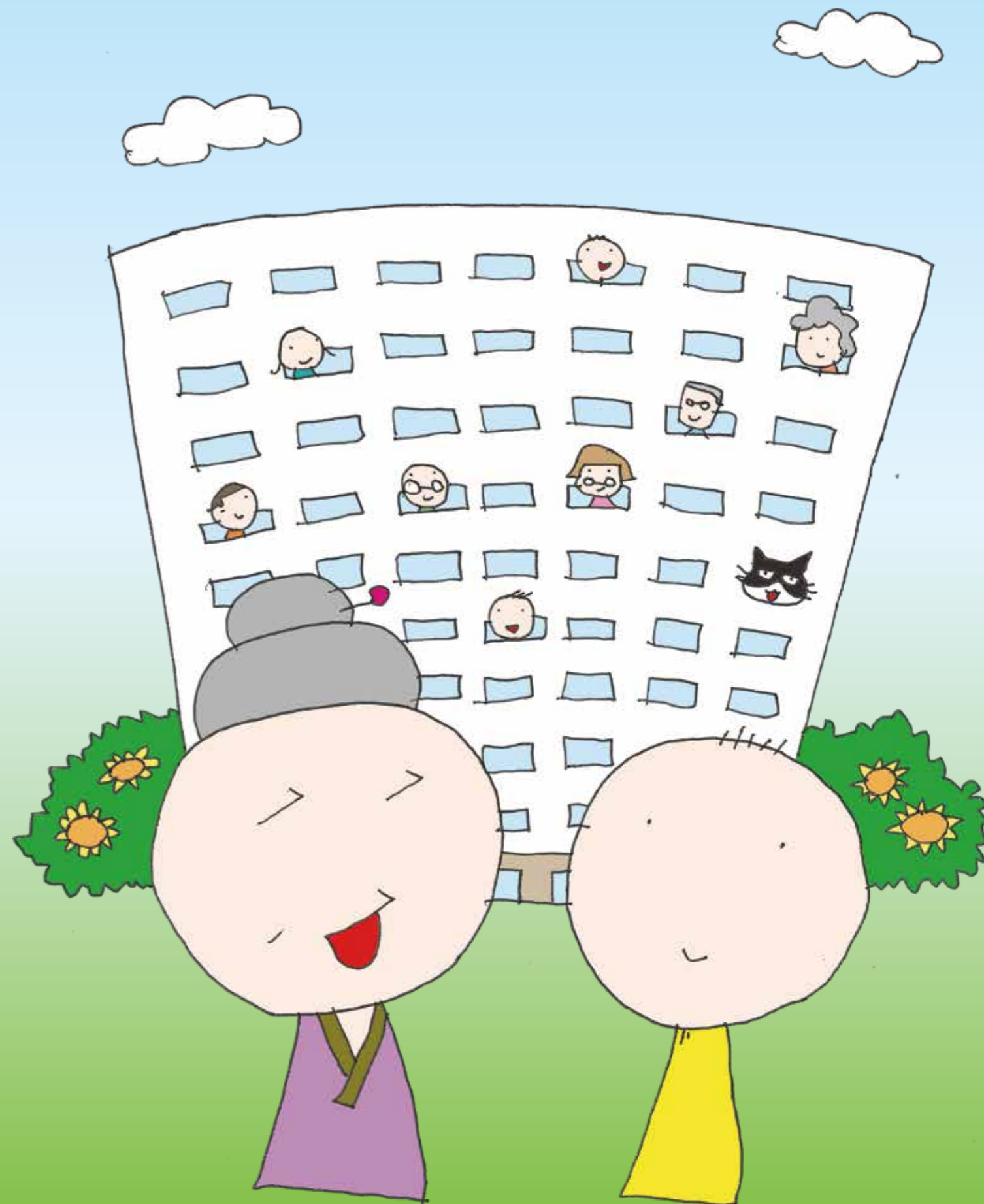
ばーばは
「いえはなくしてもたべものをめぐんでもらういわれはない」
って、さいしょはいかなかった。
でもあるひ、おじさんたちが、
ひいひいいいながらいっしょうけんめい
りょうりをつくっているのをみて
てつだってみようとおもった。

Granma did not go first,
for she thought
"I have lost my house,
but I do not want to be given mercy and fed."
But one day, as grandma saw
middle-aged men struggling to prepare food,
she decided to give hands.



ふっこうじゅうたくができて、
またいろんなひとが
いろんなところからひっこしてきた。
しりあいなんてほとんどいない。
そんなとき、
みんながいっしょにあつまれるのが
「おしるこカフェ」だった。

After the permanent public housing was built,
people from different places came to live there.
They knew almost nobody around them.
But Oshiruko Café offered a space for everyone to get together.

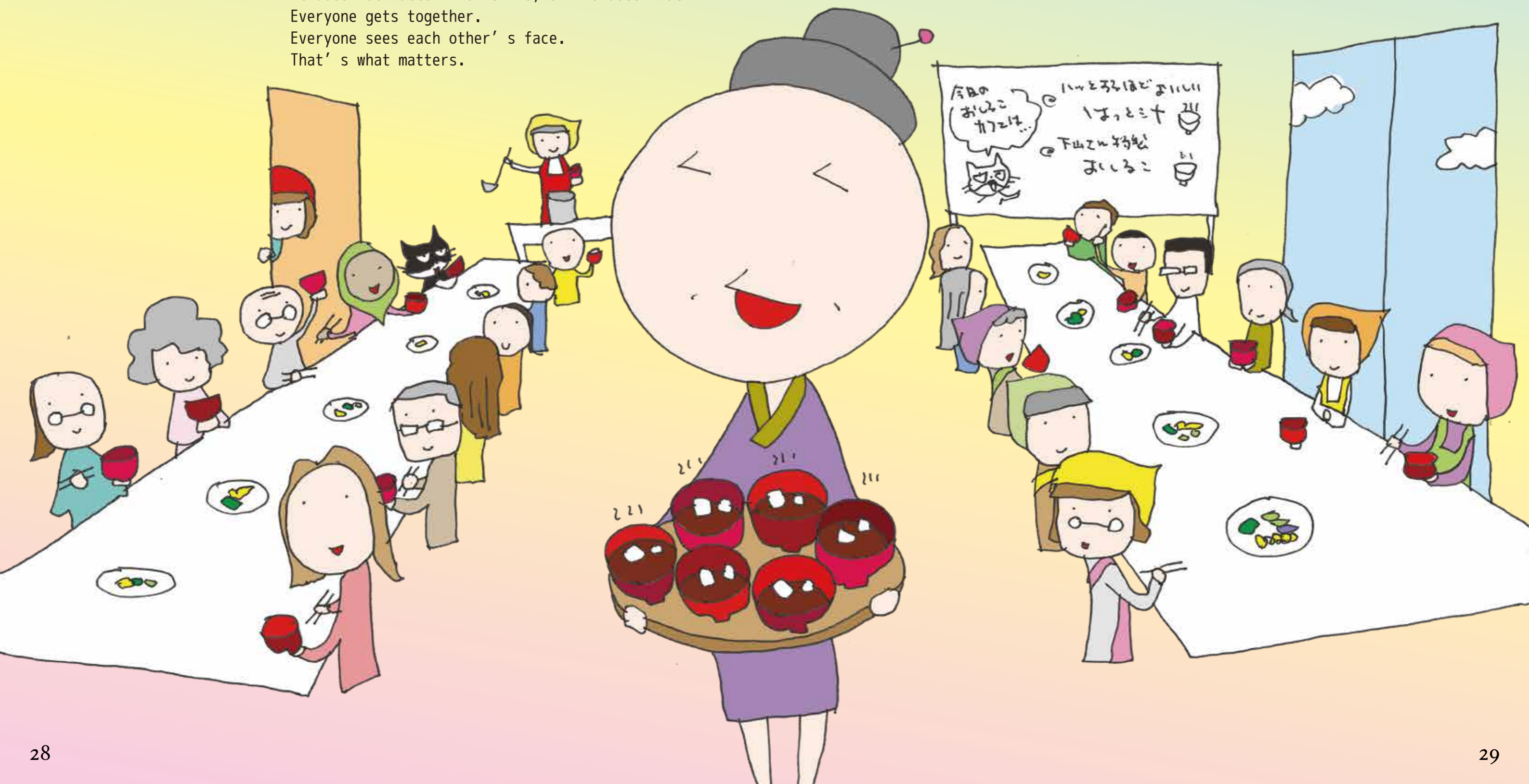


知らない人たちがいっしょになって、
りょうりをつくったり、それをたべたり。
だれがどうってということでもなく、
みんなであつまってかおをあわせて、
それがいい。

Those who meet for the first time
get together to cook, and to eat.
It does not matter who is who, or who does what.
Everyone gets together.
Everyone sees each other's face.
That's what matters.

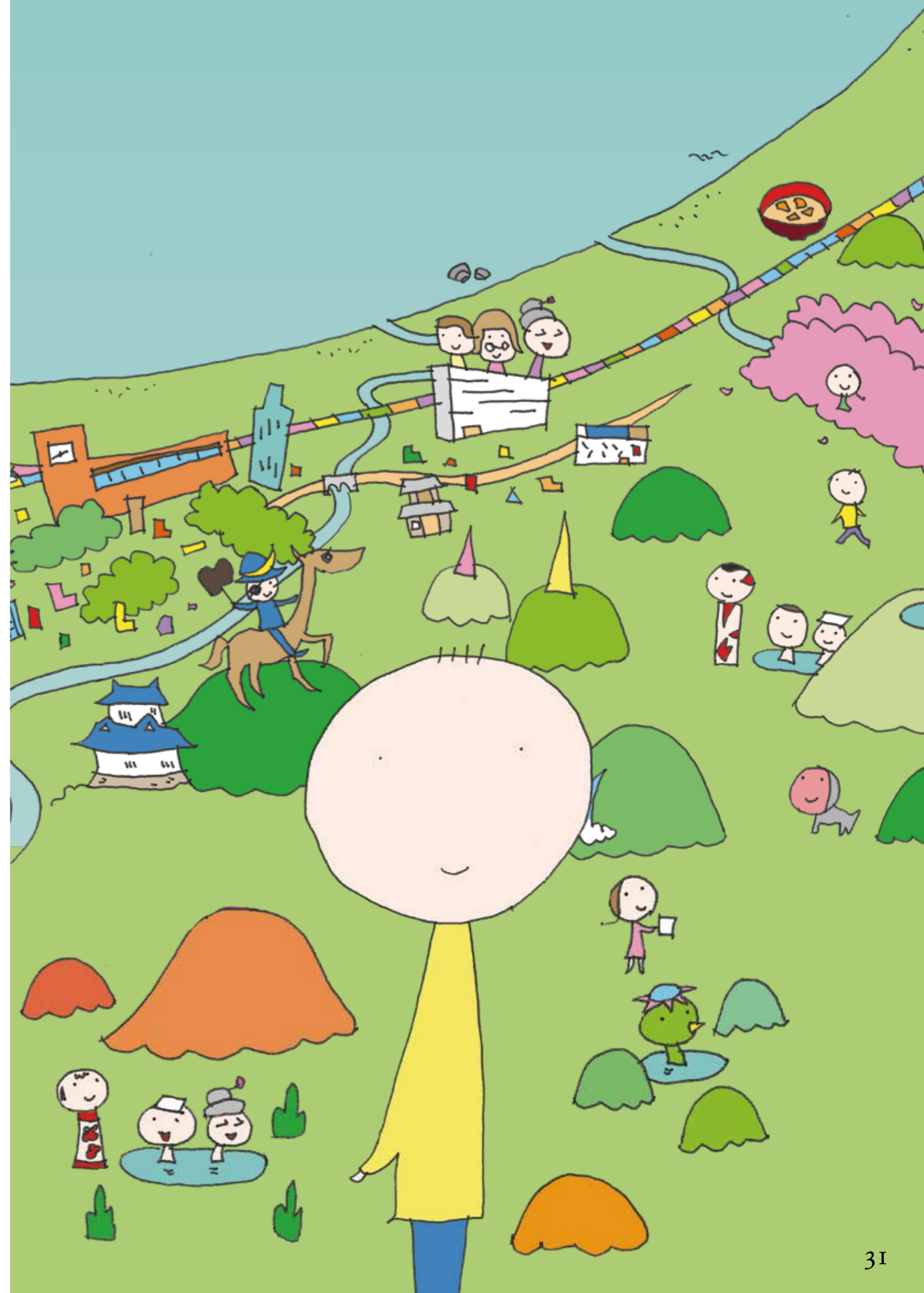
だからみんな
「こんどのおしるこはいつ？」って、
たのしそうにきくんだ。

That's why everyone happily asks:
"When is Oshiruko happening next?"



ぼくもそのうち
じぶんの「おしるこカフェ」を
ひらいてみようかな。

One day,
I might as well open my own "Oshiruko Café" .



おしるこカフェでこれまで作った 宮城の郷土料理レシピから



焼きはぜやいくらが乗った具沢山、豪華でインパクトある仙台雑煮は江戸時代、伊達藩のころに生まれたと言われてます。だいこん、にんじん、ごぼうは千切りにして外に出し、凍らせておいたものをお正月の間使うことで、お母さんたちがお正月は料理の手を休めるようにしたと言います。

焼きはぜは仙台のスーパーなどでも販売していますが、今では作り手も少なく高価で、鶏肉で代用する家庭が大多数。そんな中、沿岸部に住んでいた方たちは、「はぜは震災前まではお父さんたちが海に釣りに行っていた」「肉は買わないといけなけれど、はぜは海でとれるから(笑)」とお聞きしました。はぜのほか、三陸にお住まいの方は「はも(あなご)を入れていた」「うちはあわびだった」など、その土地土地でさまざまなバリエーションがあることにも驚かされます。

おしるこカフェではスマトラ沖地震の被災地インドネシア・アチェとの食の交流として、2017年、アチェで手に入る材料で作る「センダイ雑煮」を、震災遺構がある3箇所のコミュニティのお母さんたちと作り、ふるまいました。



里芋(ひと口大)、大根・にんじん(イチヨウ切り)、ごぼう(さがぎ)、ぶなしめじを入れた鍋に、材料がひたるより少し多めに水を入れ、強火にかけます。沸騰したら、豚肉、こんにやく、白菜を入れ、あくがでてきたらすくいます。あくをだいたい取り除いたら、中火にして、里芋に火が通るくらいまで煮ます。弱火にして、だし、みそ、ねぎを入れ、みそが溶けたらできあがりです。宮城・山形では秋の行楽シーズンになると河原に鍋と食材を持ち込み、芋煮を作って食べる「芋煮会」が、子ども会や町内会、サー

仙台雑煮

<材料>
おひき菜(だいこん、にんじん、ごぼうを千切りにしたもの)
焼きはぜ
干しいたけ
干しずいき(さといものくき) かまぼこ
高野豆腐 せり ゆず
糸こんにやく 調味料(しょうゆ、酒)
いくら 餅



ずんだ

<材料>枝豆 砂糖 塩 餅
枝豆をゆで、ざる上げして、さやから実を取り出します。実についている薄皮も取り除き、すり鉢ですりこぎをつかしながら実をすりつぶします。砂糖と塩を加え、味をととのえできあがり。
今では仙台土産として知られるずんだですが、仮設住宅にお住まいのお母さんたちからは「津波にあう前まで親戚の分も作っていた」と、お盆のお供物だったことを教えていただきました。「子どものころは私がすり鉢をおさえて、ばあばが豆をすりつぶしながら、いろんな話をしてくれた」などの思い出を語ってくれる方も。

芋煮

<材料>
里芋 大根 豚肉 ねぎ
にんじん 板こんにやく
ごぼう 白菜
ぶなしめじ 赤みそ だし

クル、家族親戚などにより各所で行われます。近年では河原だけでなく、防災訓練の後に炊き出し訓練をかねて行われるなど、その機能も多様化しています。

ここで紹介したのは宮城の芋煮ですが、牛肉とねぎが入ったしょうゆベースの山形芋煮もおしるこカフェでは作りました。いずれも里芋が主人公です。



湯引きした秋鮭の切身を沸騰させた酒、砂糖、しょうゆの中に入れ、火を通します。アクはこまめにとります。煮汁が冷めたら炊飯器に米とともに入れ、少し給水させてからスイッチを入れます。炊き上がったごはんに、煮込んだ鮭の身とイクラ醤油漬をトッ

はらこ飯

<材料>
秋鮭の切身 酒
イクラ醤油漬 砂糖
米 しょうゆ

ピングして完成です。

阿武隈川の河口、宮城県亶理町周辺で食べられている秋の郷土食、はらこ飯の作り方です。東日本大震災で壊滅的な被害を受けた亶理町荒浜地区が発祥の地。伊達政宗が視察のおり、地元の漁師が献上したと言われてます。秋鮭の出汁のきいた炊き込みご飯の上に燦然と輝くイクラは荒々しく豪快な漁師飯の極み。みんなの箸が進みます。

おしるこカフェでこれまで作った 異文化交流レシピから



センダイ雑煮

<材料>
だいこん にんじん セロリ 鶏肉 にんにく
しょうゆ ココナッツミルク ターメリック コリアンダー
レモングラス 塩 りんごジュース
※りんごジュースはお酒の代用として使用
(イスラム教ではアルコールが禁止のため)

2004年のスマトラ沖地震の被災地インドネシアのアチェで、「アチェで手に入る材料で作る仙台雑煮」を地元の方たちと作って食べる食の交流を行いました。スパイシーな料理が多いアチェから来日した人たちの多くが「日本食は味がしない」と言うのを聞いていたので、インドネシアでよく使われるココナッツミルクやコリアンダーなどの調味料を使い、大胆な解釈を加えた「センダイ料理」を作りました。仙台の復興住宅での「おしるこカフェ」で試食を行ったところ、住民のみなさんからは「けっこういける」との声もあり、自信をもって現地入り。2017年の年末に3箇所の村で4日間、伝統的な仙台雑煮とともにインドネシア風のセンダイ料理をふるまいました。アチェのみなさんは「エナ(うまい)」と言いながらご飯にかけたりして召し上がっていました。



サテ・マトン

<材料>
串焼き部分
牛すじ肉、コリアンダー、たまねぎ、にんにく、レモングラス、しょうが、ターメリック、パームシュガー、塩、油
ピーナッツソース
ピーナッツ、キャンドルナッツ、にんにく、しょうが、ベイリーフ、コブミカンの葉、レモングラス、シナモン、ココナッツミルク、パームシュガー

サテはインドネシア各地にある串焼き料理で、アチェのサテ・マトンの特徴は牛肉を使っているところ。

にんにくとたまねぎをよくいため、調味料を加えたものに一口大の牛すじ肉を入れて軽く炒めます。すこしさました肉を串にさし、グリルします。

ピーナッツソースはピーナッツをすりつぶし、少量の水をくわえてねばりが出てきたものに調味料を加えてよく混ぜ合わせます。串焼きが焼き上がったならピーナッツソースをかけていただきます。串焼きとともに牛肉や青菜の入ったスープ、白飯を食べるのが定番です。

「おしるこカフェ」ではアチェの若者たち3人とともに作って美味しくいただきました。



おしるこカフェって、どんなところ？

コミュニティアート・ふなばし 下山浩一

2012年1月12日、はじめての「おしるこカフェ」のようす。千葉の自宅で作ったおしるこを来場者にふるまう下山浩一さん。



2011年12月17日、あすと長町仮設住宅で行われた「アートインクルージョン・クリスマスプロジェクト2011」



あすと長町仮設住宅は仙台市最大の仮設住宅で233世帯が入居した。



2012年1月12日、仙台市あすと長町仮設住宅ではじめて行われた「おしるこカフェ」に集まり、おしるこを食べながら談笑するみなさん。

2011年12月、あすと長町仮設住宅では、アート・インクルージョンとMMIX Labによるアートワークショップが開催されていた。

仙台在住のアーティスト・門脇篤さんとテントでおいしいコーヒーをいただきながらお話を伺った。まだ住民参加型のプログラムが無いということだったので、「だったらやりましょう！来月から！」とスタートしたのがおしるこカフェのはじまりでした。

各地から移住してきた被災者の方々にとって必要なものは「日常の回復」と考えて、東北の人が好きな「お餅」を食べるのがいいね、とメニューは「おしるこ」に決定。

その頃まだ各地で行われていた「炊き出し」とは一線を画し、あくまでも日常的なくつろぎの場所を目指しました。

翌2012年1月からスタートした「おしるこカフェ」は、こんな思い付きで始まって計画性無し、事業性無しのまま、100回以上も続いています。

おしるこは手作り。

おしるこカフェで使う言葉についても門脇さんと相談して方針を決めました。



【使う言葉】

たくさん食べてくださいね。
来てくれてありがとうございます。

【使わない言葉】

一人〇個までです。
並んでください。
※炊き出しや配給ではないので。



おしるこカフェは、どこにでもあるお茶の間の風景の再生プロジェクトです。

「お餅何個？」

と皆さんも小さいころ、聞かれましたよね？
おしるこカフェでもこう聞くようにしました。
どこにでもあるお茶の間の風景です。

テーブルには、大皿に盛った仙台名産の雪菜のお浸し。
これも、どこにでもあるお茶の間の風景です。

慣れない手つきで始まった「おしるこカフェ」は、1回目から2020年2月になってもまったく同じスタンスで開催されています。
女川町や大槌町、インドネシアのアチェでも開催されましたが、これもまったく同じ。



岩手県大槌町での「おしるこカフェ」



インドネシア・アチェでの「おしるこカフェ」



この場をつくった下山さんは、長年にわたり、各地でそれぞれのもつ創造的な力で人がつながっていく活動を展開してきた。「おしるこカフェ」はそうした経験と知識に裏打ちされた設計と、思いついたらすぐ実行という行動力によって生まれた日本におけるコミュニティアートのひとつの到達点だ。

おしるこカフェは、まったく変わらないのですが、社会情勢は大きく変わったことによって、その機能も変わってきました。

スタート時の、東日本大震災の被災者の危機介入的支援から現在の復興住宅での日常的なコミュニティ活動へと。

復興住宅のような集合住宅でのコミュニティ活動としての「おしるこカフェ」のような活動は、現在の日本で最も求められているものの一つです。

鍋ひとつあれば誰でも始められる活動。一杯のおしるこで行うことができる支援。

私たちは誰でも他者を助け、支えあうことができる大きな力を持っています。

そのことをこの「おしるこカフェ」の絵本を読んだ方に思い出していただければ幸いです。



あとがき

この絵本は 2012 年 1 月、仙台の仮設住宅で始まり、復興住宅へ移った後も毎月行われている「おしるこカフェ」をもとに作りました。主人公のたっくんとそのおばあさん以外はだいたいそのままです。これからもやって来るだろうさまざまな災害にそなえ、そこで得た経験をわかりやすいかたちで伝えていこうと作りました。

人間はとても弱い存在です。ほんのちょっとしたことでピンチにおちいってしまいます。しかし、ひとりひとりはとても弱い存在でも、みんなで助け合うことでどんなことも乗り越えていくことができる存在でもあります。そうした意味で私は、人の歴史は、助け合い、支え合いの関係史ではないかと考えています。だから私は人間の弱さは、ある意味尊いものでもあると思っています。津波よりも強い壁を作るよりも、津波があってもそれを乗り越えていける支え合いの気持ちや経験を共有し、未来へと伝えつづけていくこと。それこそがもっとも有効な備えなのではないでしょうか。

そうした気持ちを震災直後からタイムカプセルのように封じ込め、いまも伝えつづけているのがこの「おしるこカフェ」だと私は考えています。ぜひ一度あそびに来てみてください。

門脇 篤

おしるこカフェって、どんなところ？

著 者：門脇篤、下山浩一、おしるこガールズ

翻 訳：和栗百恵

発行日：2020年3月11日

発行者：村上タカシ

発行所：一般社団法人 MMIX Lab (媒体融合 Lab)

〒980-0812 仙台市青葉区片平 1-3-2-910

info@mmix.org 070-6970-1976



▲おしるこカフェ公式サイト

<https://mmix.org/oshiruko/>