

僕たちは群馬のすごさを知らない

大人たちに贈る、群馬の逆襲”推進計画”

2017年8月25日

木部 克彦

自宅

高崎市江木町145—9 携帯電話 090・1124・3380

Eメール kibe@gyakusyuu.jp

◎情報社会とは、なにを意味するのでしょうか

群馬の話に入る前に、今の「ネット社会」「情報社会」にふれておきましょう。

情報が洪水のように押し寄せる社会になりました。では「情報社会」という言葉で、どんなことが思い浮かびますか。人によっては「膨大な情報が飛び交う社会」かもしれません。「情報に巧みに操作される」イメージかもしれません。

僕は、それも含めてですが、さらには「世の中の誰もが、広く瞬時に情報発信ができる社会をどう生きるか」という考えに行きつきます。

インターネット、メール、ネット通販、ネットオークション、ブログ……。これらなしには現代社会が成立しません。ツイッター、フェイスブック、インスタグラム、ライン……。などのSNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス social networking service）も同様ですね。あまりにも便利な道具を人類が手にしたことで、数えきれないほどのメリットが生まれました。膨大な情報の入手から、自分自身が持つ意見や情報の発信まで、なんとも簡単にできるようになったのです。

つまり「情報社会」とは「情報が洪水のように押し寄せる社会」であり、同時に「個人が、既存のマスメディアになったかのような強力な情報発信能力を手にした社会」なのです。

ですから、多くの人が「TPP」（Trans Pacific Partnership）は知らなくても、「PPAPのピコ太郎」は知っていますよね。SNS時代のひとつの象徴が、間違いなくピコ太郎でしょう。

でも、僕たちはこうした道具を正しく有効に使いこなせているかと言えば、答えは「ノー」でしょう。そこに「情報社会」の大きな問題があります。

◎24時間、数十冊の資料を「携帯」している感覚

いろんな情報を比較的簡単に入手するには、なんとも便利な時代になりました。パソコンやスマホがあれば、驚くほど豊富な情報が手に入ります。

もちろん、その情報の真偽は定かではないという条件付きですが。

それにしても情報収集手段としては、素晴らしい「道具」が開発され普及しています。全新聞社・全放送局など既存のメディア各社や、分厚い百科事典などの辞書類何十冊を、1台のパソコンや小さなスマホという形で「携帯」していることになるのですから。ここから情報が入ります。これは絶大なメリットです。

しかも「携帯」しているということは、「思いついたら、いつでも、その場で調べ物ができる」ことを意味します。「24時間、勉強部屋にいる」環境でもあるわけです。これは「うっとおしい」と考えずに「現代社会の最大のメリット」と考えましょう。

日頃使っているけど、実はその意味や語源を知らない。かといって「いまさら人に聞けない」、そんなことって数え切れないほどありますよね。

「歌舞伎役者が結婚した。相手の女優さんは『梨園の妻』になった。だけど梨園ってどういう意味？」
「富岡製糸場がユネスコの世界遺産になった。『ユネスコ』ってどういう機関なの？ 世界遺産っていつから？ 世界にいくつ？ 日本にいくつあるの？」

簡単に説明できる人って、どれほどいることでしょうか？ 「？」って思ったことを即座に調べられるから、ネット時代はきわめて便利です。

◎情報発信と、その責任

一方で、情報発信機能の点からは、誰もが考えなければならない大切な問題があります。

情報発信とは、それに伴う「大きな責任」を背負うことを意味します。

まずは「可能な限り正確でなければならない」という点です。

そして「発信によって他人を傷つけないこと」という責任も負う点は、もっと大切です。

これは「表現の自由」という、僕たち人間の基本的権利の原点なのですが、ネット社会では、みんなが無理解・無頓着のまま、「発信者」としてのメリットを使って楽しんでいます。

こうして、便利な道具であるネットの「情報発信機能」が、特定の人を誹謗中傷したり、いじめを繰り返したり。これが当たり前の世の中になってしまいました。「ネットの炎上」、いやな言葉ですが普通に使われています。自分の意見を簡単に、しかも全世界に発信できる道具を手にした僕たちは、「匿名による言いたい放題」の社会を生み出してしまいました。

しかも大人も子どもも、四六時中「ケータイ」「スマホ」「iPadなどのタブレット」に縛られ、振り回される事態に陥っています。無料ゲームアプリの普及によって、子どもたちが1日に5時間も6時間もスマホにかじりついているという調査もあります。まるで「ネットの奴隷」です。

その末に、大人も子どもも大きな悩みに襲われます。送られてきた情報に対してすぐに反応しないと「仲間はずれ」に遭ったり、「ネットいじめ」の標的になったり。それが常識化しているのは、みなさんご存じの通り。

ネット情報が誘発する犯罪も深刻です。

◎「文章表現こそが最優先の時代」ではないですか？

意識してほしいのは、現代社会が「文章表現最優先」だという点です。「新聞を読まない」「本を読まない」「手紙を書かない」傾向が色濃くなるばかりですから、「文章がすたれている世の中じゃなか？ どうして文章表現が優先なの？」と反論されそうです。

でも、今の世の中をよ〜く見てみましょう。

家族の会話、職場の会議、友人同士のやりとり、お店での注文……。なんでも「メールで」「タブレットで」ですね。「言葉による表現」「整った会話」は少なくなるばかり。みんなが互いに語

り合わなくなってきました。人間同士が言葉を交わさずに「文字・文章」でやりとりすることが中心になりました。

◎知識や常識は「耳から（他人の言葉から）、まず入ってくる」

人の知識・常識・価値観・知恵などは、まずは「耳からの『音声情報』」という形で入ってきます。ですから「言葉のやり取り」の減少は、長期的視点に立てば、人間にとって致命的な「情報不足」というマイナス作用をもたらすものにほかなりません。

でも、現実には家庭で、職場で、友人同士で「言葉のやり取り」は激減しています。暮らしの中も、仕事の会議や指示報告も、みんな「メールで」、ですよ。

この事態が「あらがえない時代の変化の波」だとすれば、いやいやながら僕も「そういう社会になってしまった」事実だけは受け止めましょう。

では、そんなふうに「言葉のやり取り」がどんどん失われてゆくとしたら、僕たち人間が他の動植物と違って「人間として存在し続ける」ためには、メールなどに代表される「簡潔な文字のやり取り」を改善して、「文章表現力として磨いてゆくこと」が必要不可欠になるのですよ。

◎文章表現力を磨けば、言葉（会話）の表現力もアップ

文章表現を磨き、それを繰り返し読んで、覚えて、人に語ることで、言葉の表現力も磨かれます。世の中、「ぶっつけ本番」なんて通用しません。話力の上達には「きちんとした原稿づくり」以外にないのです。そうやってトータルな表現力を磨こうじゃないですか。

言葉・文化・火（料理）による「表現力」。これが、「人間」と「お猿さんをはじめとした他の動物」とを区分けするものじゃないでしょうか？

こういったことが、僕が強く言いたいことなのです。

◎既存のメディアの「正確性」を求めた複数の「関門」

そのために、既存のメディア（新聞・放送・出版・広告）を有効に活用することが得策です。

僕は、既存のメディアから発信される情報がネット情報に比べて「価値がある」「貴重だ」「ためになる」などと短絡的に考えているわけではありません。

ただネット情報などに比べて、「短くコンパクトにまとまっている」ことと、「正確性・信頼性に富んでいる」ということは確かです。

とくに正確性・信頼性の問題は、「記事を取材記者が書いてから、それが紙面となって外に出るまでには、いくつもの関門がある」という理由からです。これが、誰かの個人的な日記とか手紙、あるいはインターネットやブログ、その他のSNSで発信されている情報と大きく違う点です。

「内容の真偽」「表現の是非」をチェックする関門があればあるほど、その情報の内容が高められていきます。

新聞社でも各社によって体制はまちまちですが、こんな流れがあります。

「記者が取材現場に行って、取材をする」

↓

「その記者が原稿を書く」

↓

「デスクという上司が、その原稿を読んで、内容をチェックし手直ししたりする」

あるいは数人の記者によるチーム取材だったら、まず先輩記者が原稿をチェックするでしょう。

↓

「デスクが手を入れた原稿が、編集担当の部署に出稿される」

編集担当部署は、伝統的に「整理部」なんて言っていたいますが、今は現代風に「編集センター」とかいろんな名前があるようです。

とにかく、ここで、編集担当者やその部のデスクなどが原稿に目を通し、価値判断します。

↓

「編集担当を通過した原稿は、校閲担当の目を通る」

ここで、内容の間違いの有無や表現の良し悪しがさらにチェックされます。

最低限、このくらいの関門があります。

↓

さらには編集局全体の局長、局次長なんて幹部が、まだ印刷を始める前の紙面の「ゲラ」を読むという関門もあります。

とにかく、複数の「チェック機能」が存在しているわけです。

テレビにしても、事件や事故で現場に飛んだ者が、生放送で間違っただけをしゃべってしまったら取り返しはつきませんが、通常のニュースならば、それなりに「チェック機能」を備えています。出版社もそうです。

そうやって、いろんな角度からの目を通して、自社が発信する情報の精度を高め、間違いや不適切な表現があれば修正しようとします。

なぜなら、全国ネットのメディアが間違っただけの情報を世に出せば、書かれた側がこうむる被害はきわめて大きなものになるからです。「訂正」「お詫び」などの記事やコメントではどうも救済されないほどの被害を招くからです。

しかし、現実には「複数のチェック機能」があっても、新聞もテレビも「訂正」「お詫び」がなくなることはありません。

だから、「チェック機能」がまったくない普通の市民が、その人だけの知識・情報・判断で発信する情報は、被害を招く危険性が大きいということなんですね。

さらには、既存メディアの活用としては、新聞の1面コラムなど、「分かりやすい」と思った記事を読むだけでなく「書き写す」ことです。ペンでもキーボードでもいいですよ。繰り返し書くことで、「文章に必要な要素」「分かりやすい表現方法」などが、自然と身につけてきますから。

◎ふるさとへの、そして、自分自身への「プライド」って

一人ひとりの人生の充実に、欠かせないものってなんですか？ 言うまでもなく「自分自身へのプライド」「自分が生きてゆく道の発見」ですね。人は誰でも、自分が生きる道を模索して、見つけて、自信を持って進めれば楽しいことは間違いなし。高校生の皆さんは、そのために日々勉強しているわけです。僕自身にしても、いまだに「自分探し」をしている人生だという感覚でいます。

でも、「自分にプライドを持つ」って、なかなか簡単じゃありませんよね。だから、その前段として「ふるさとへの愛情やプライド」を持つことが役立つのではないかと思います。

よくよく考えてみれば、「ふるさと群馬の素晴らしさ」は数多くあります。でも、群馬県人は奥ゆかしかったり宣伝嫌いだったりしますから、ふるさとを誇りません。若者も年配の人も、進学・仕事・旅行などで県外に出た時に、ふるさとをアピールしません。その繰り返いで、「群馬は全国一の無名県だ」などという、あまりありがたくない言われ方をされたりします。

これじゃ、つまらないでしょう？

だから、ふるさとを見つめ直して、その「すごさ」を知って、積極的に発信してゆくことが、「自分自身へのプライドづくり」の第一歩になるのです。

群馬の底力はすごくても、僕たち一人ひとりの人間はちっぽけな存在です。そう考えると「自分にプライドを持つ『ネタ』ってあるのかな？」と考えてしまいますよね。「自分は平凡な人間だしなあ……」なんて、皆さん、悩みませんか。それは、その通りです。でもね、人間の価値をあらゆる尺度なんて、数え切れないくらいたくさんあると思いませんか。勉強ができる、スポーツに秀でている、容姿端麗だ……。分かりやすいけれども、そんなことは「人間の価値」のごく一部でしか

ありません。皆さん一人ひとりの「得意技」を考えていけば、「価値尺度」は何百通りも、何千通りもあると思いませんか。「私は、僕は、このことだけは、周りの人よりちょっとだけ優れているかも」そんな分野が、人間一つや二つはあるものです。これが「プライド」につながります。

今日はそんなつもりで「群馬の底力」や「自分自身のプライドの持ち方」を考えます。

◎誤った価値観を変えたいものです

さてさて、群馬の話です。皆さん、もしかしたら、自分たちのふるさと群馬県を「田舎であり、プライドを持ちにくい土地柄だ」などというふうに勘違いしていませんか？ 群馬の豊かな自然や恵まれた生活環境などの素晴らしさを、あまりにも「過小評価」していませんか？

第二次世界大戦後の昭和20年代以降、国土の復興と経済の成長を優先させるあまり「誤った価値観」が僕たち日本人の間にできてしまった気がします。

すなわち、「都市・近代的建物・高層ビル」がすぐれている。「山村・自然・古い町並み」が劣っている、という「根拠のない」決めつけ・偏見ですね。

「都会的」は、褒め言葉（「都会的なセンスだ」といった使い方です）。

「田舎流」は、けなし言葉（「あの人は田舎っぽい服装だなあ」といった使い方です）。

そんな言い方をしがちですよ。

間違っただけではありません。「都会」も「田舎」も「その特徴を示す言葉」でしかありません。都会・田舎、どちらにも長所短所があります。そのことをきちんと理解しないまま、まるで「善」と「悪」のように区分けしたのが日本の社会かもしれません。

「高層ビルやおしゃれな建物が並ぶ東京は『誇りうる大都会』」

「森と緑ときれいな川があっても、昔風の街並みや地味な農山村が多い群馬は『誇れない田舎』」

多くの人が、そんな思い違いをしてしまいました。

東京や大阪のコンクリートのビル街や住宅密集地。満員電車での通学通勤。汚れた空気。あいつたところで暮らすことが、誰にとっても幸せなことなのでしょうか。

◎日本一無名な？ 群馬県 ——自分の住む土地を過小評価してどうしますか

日経リサーチ社の「地域ブランド力」調査（2008年、2010年版）によると群馬県は47都道府県中の47位。2013年も46位です。2014年の博報堂と慶応大学の「地域しあわせ風土調査」も全国最下位。株式会社ブランド総合研究所の「地域ブランド調査」も、2016年は45位ですこのところ景気のいい結果が出ません。どういふわけか群馬・栃木・茨城の北関東3県が、どうにも旗色が悪いですね。

◇車の群馬ナンバーは「カッコ悪いのでしょうか？」

◇群馬弁はカッコ悪いのでしょうか？

◇以前「群馬は美人が日本一少ない」という論争もありました。そんなばかな。

◇群馬は暮らしていてつまらないところでしょうか？

◇群馬は物騒な土地でしょうか？（歴史に残る事件・事故が多いから？）

◇県外で「私は群馬出身です」と胸を張って言えない人が多いのはなぜでしょうか。

その原因は「大人から子どもへの、マイナス情報の刷り込み行為」にあります。

◎大人から子どもへ、「マイナス情報の刷り込み行為」？

親がわが子に、教師が児童生徒に、地域の大人がまわりの子に「群馬は見る所も、うまい食べ物も、みやげ物もない」と言い続け（心の底では、そうは思っていないくせにね）、子どもも「群馬はつまらない県か」と刷り込まれて、大人になって自分の子に同じ「マイナス情報の刷り込み」を繰り返します。

「奥ゆかしさ」「謙遜」も、こうなると言葉は悪いですが「犯罪的行為」に近いと言わねばなりません。そういった「群馬はつまらない。特長がない」などといった、大人から子どもたちへの「マ

イナス情報の刷り込み行為」という過ちを断ち切らないといけないのです。

◎「自分を」「ふるさとを」語るミニスピーチを身につければ

さて、幸せに暮らす「要素」という意味で、群馬の状況はどうでしょうか？

- ◇県土の3分の2が森林であることの「水源地・群馬」の素晴らしさ
- ◇日本一の利根川の本支流。湖・溪谷の美しさと楽しさ
- ◇伊香保温泉、草津温泉……、日本一の温泉王国
- ◇「日本のへそ」渋川、内陸のハワイアン都市・伊香保
- ◇豊かな農地が広がる平野部
- ◇全国指折りの野菜生産王国
- ◇開放的で実直な県民性
- ◇豊かな歴史文化 などなど……



日本一の利根川



ニッコウキスゲが咲く夏の尾瀬



温泉王国群馬を代表する伊香保温泉石段街（群馬県観光物産国際協会資料から転載）

人が豊かに幸せに暮らすうえで、素晴らしい条件がいくつも揃っています。これほどまでに豊かな環境に恵まれたふるさとを誇らずして、なにを誇ればいいのか。

そんな「群馬のすごさの数々」を生かして、子どもから大人まで200万県民が「自分なりのふるさと自慢 3分間スピーチ」をすらすら語れるようになったらどれだけ大きな力になるでしょうか。

ためしに、僕流の「ふるさとを語るスピーチのネタ」を考えてみました。

◇シルクカントリーの歴史

分かりやすいのは、世界遺産がらみの話かもしれません。

2014年、群馬県の富岡製糸場など絹産業の4遺産が世界文化遺産に登録されました。群馬の生糸が海外に輸出され、日本の近代化を担う一番太い柱になった歴史を「誇る財産」と言わずして、何と表現しましょう。

群馬県人は自慢嫌いですから、現在でも「富岡製糸場？ あの古い工場跡がどうして世界に誇る遺産なんだ？」と言います。

間違えてはいけません。明治5年の古い建物が残っているから世界遺産ではないのですよ。古い建物なら法隆寺あたりにはかないません。

世界の「宝物」となる理由は、ここから後の話です。

日本の生糸は、明治から昭和にかけて、輸出額の40%から70%を占めたのです。一番の輸出品でした。鎖国によって時代に立ち後れ、先進諸国の植民地になる危険もあったのが幕末から明治はじめの日本です。

21世紀の今、僕たちは日本語で語り合っています。歴史の歯車がちょっとずれていたなら、僕たちは英語かフランス語かスペイン語かポルトガル語などが「公用語」か「準公用語」になっていたかもしれないのです。

そんな文明開化の日本が、短期間に世界の先進国になったのは、生糸の輸出があったからでした。その生糸生産の主役が群馬だったのです。

「群馬の蚕糸業が、日本を外国支配の脅威から救った。先進国に押し上げた」

ここが注目点なのです。

「製品も生産技術も日本から世界に広まった。世界中の人々にとって、絹製品が高嶺の花ばかりではなくなった」

こういう点も無視できません。だから世界遺産なのです。



富岡製糸場を空から

◇粉食王国は「世界一の食文化王国」の証明

粉食王国・群馬という言い方は、群馬県庁などが率先して、「群馬の独自性のアピール」として使っています。すると、「奥ゆかしい」と言えば聞こえがいいのですが、実際は「宣伝下手・自慢嫌い」の群馬県民の中には、こう言う人も出てきます。

「粉食王国？ 小麦の粉を食べるのが自慢になるのか？ 地味すぎないか？」

もっともっと、肉や魚を駆使した「派手な料理」でないと、インパクトに欠けるのではないかな。そんな疑問です。

でも、じっくりと考えてみましょう。小麦粉を中心に、粉食は「世界の主流」でもあります。米の粒食がアジア地域にほぼ限定される（ピラフ・リゾット・パエリアといった例外はありますが）のに対して、穀物の粉食は世界五大陸を制覇したと言ってもいい状況に間違いなし。

でも、米の粒食文化圏に住む僕たち日本人は、大昔から「米の粒食」とともに「麦の粉食」を十

二分に味わってきました。米の粒食と麦の粉食を両立させてきた「度量の広さ」「考え方の柔軟さ」「料理の器用さ」を備えていたと言えるでしょう。しかも「粉を練って焼いたパン」も、「粉を練って煮た麺も」「蒸した饅頭」も、自分たちの味にしてみました。

それが群馬名物「おっきりこみ」「うどん」「焼きまんじゅう」「お焼き」などの素朴な家庭料理となって、今日まで受け継がれています。



大鍋のおっきりこみ



野菜たっぷりのおっきりこみ



生麺を鍋に入れるのが特長

粉食に欠かせない「豪華絢爛な薬味文化」

さらに、うどんを食べる際の薬味を、群馬では「こ」という言い方で、まるで会席料理・精進料理であるかのような「豪華絢爛」な薬味文化も作り上げています。「こ」は「粉」の字を当てます。刻みネギ・おろししょうが・おろしわさび・ゆでた青菜やなす・きんぴらごぼう・野菜のかき揚げ・カボチャや豆の煮つけ・だし巻き卵などです。「こ」は広辞苑にもきちんと記述されています。薬味の正しい日本語文化を唯一守り続けているのが群馬県人だということです。食材が乏しかった時代、家族を、来客をうどんでもてなすのに、まわりを走り回って集めた野菜類を「こ」という豪華な薬味に仕上げたのが群馬県人でした。



群馬の「こ」は他に例を見ない食文化

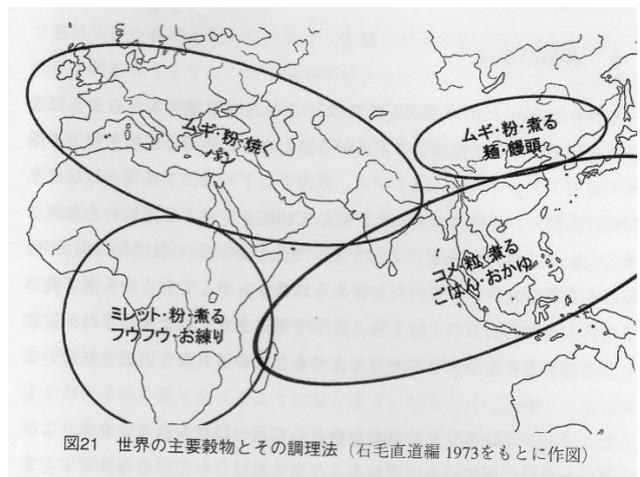


図21 世界の主要穀物とその調理法 (石毛直道編 1973をもとに作図)

米と麦の世界分布図

そんな薬味文化も含めて、米の粒食地域において「粉食王国」を名乗ることは、食文化に関して「世界で最も自由で創造的な感性を備えた人」に与えられる名誉ある称号にほかなりません。

群馬が「日本を代表する粉食王国」であると名乗ることは、「世界屈指の食文化王国である」と高らかに宣言していることを意味しています。そういう気概が欠かせないのです。ですから「粉食王国? 地味だなあ」なんてボヤいている暇などないのです。「粉食王国」の真の意味と価値を、

ほかならぬ群馬県民全員がしっかりと認識しなければ、なんとももったいないことなのですよ。

大げさな？ いえいえ、ふるさとへのプライドを育むには、それくらい大きく考えなければなりませんって。そのように、豊かな歴史と栽培・料理文化、柔軟な考え方など、群馬の「粉食王国」論をはじめとした食文化を理解することが欠かせないのです。

◇健康寿命王国という視点も加えて

しかも西洋と違って、東洋の粉食文化はバターや砂糖などを多用せず、素朴に「練って、焼いて、煮て」というスタイルをとりました。健康的な食べ方です。さらに群馬は良質の野菜王国です。キャベツ・ネギ・トマト・コンニャク・キュウリ、ハクサイ、ニンジン……。粉食と野菜という健康的な植物性素材を伝統的に食べてきたから、健康寿命（自立して日常生活を送れる年齢のこと。平均寿命よりも重視されている指標です）も群馬県民はすぐれています。

日本人は世界一の長寿国で平均寿命が女性86・61歳、男性80・21歳と、ともに80歳代に乗っています（2013年）。健康寿命は日本の場合女性73・62歳、男性70・42歳といった状況です（2010年）。これは、シンガポールについて世界2位のようなのです。

2013年時点で日本の女性が75・56歳で、日本の男性が71・11歳と、男女ともに健康寿命は世界1位になったという話もあります。いずれにしても、世界のトップクラスということです。

そして、この健康寿命（2010年の数字です）を都道府県別に見ると、男女総合トップが静岡県で女性75・32歳（1位）、男性71・68歳（2位）です。

総合2位が愛知県です。群馬県は全国3位の健康寿命を誇ります。女性75・27歳（2位）、男性71・07歳（10位）です。世界でも指折りの健康寿命を誇るのが日本。その日本を都道府県で見れば、群馬は3本指に入るのです。これには、群馬の健康的な食生活が影響していないはずがありません。

僕ならば、郷土をこんなふうに表示します。皆さんも、一人ひとりの好みや興味のあるもので。こんな「ふるさと自慢」を組み立ててみませんか。それぞれ郷土の素晴らしさを再確認したら、それを簡潔に言えるよう、まず簡単な文章に書いてみましょう。ノートでも、便箋でも、パソコンでも。はい、ここまでは「文章表現力を磨く」世界の話です。

◇繰り返し読んで、覚えれば「完璧だ」

次にこの文章を「語り口調」で読んでみる作業を繰り返して、覚えてしまいましょう。「1～3分スピーチ」ってな具合に。すると、まわりの人たちにスラスラ言えます。県外の人に「あなたの郷土って、どういう土地ですか？」と聞かれた際、戸惑うことなく説明ができます。聞いた相手は、「なるほど」と納得します。好印象を持ちます。これは「言論表現力を磨く」世界の話です。

粉食王国と良質野菜で健康寿命王国になっている。こういう趣旨で頭を整理していた僕は、先日京都の宿に泊まった際に、女将さんと中居さんから「群馬からですか。群馬の美味しい物って何ですか」と聞かれて（どうせ「群馬はおいしいものなどない」と思いこんでいるのでしょう）、この粉食と野菜の話をしました。「京野菜の本場」のプライドを持つ女将さんたちは、楽しそうに相槌を打ちながら聞いてくれました。「群馬に行ってみたくまりました」とも。

そんなふうに、県民が思い思いの内容でふるさとを語れば、よく言われる「知名度最下位の群馬県」なんて、すぐにひっくり返ると思うのです。

◇言葉以上の「言葉」を磨く

○「笑顔」という最強の武器

高崎市内で横断歩道を渡ろうとしていた小学生の女の子がいたので、僕は車を止めました。横断した女の子はが、車の僕に向き直って頭を下げ、さらに笑顔で「ありがとう」と言ってくれました。

沼田市内のスーパーで、買い物カートを押して走り回っていた小学高学年の男の子ふたり。僕に当たりそうになりました。僕はカートをよけるようにすれ違いました。30秒もしないうちに、男の子たちが追いかけてきて。笑顔で「ごめんね」と言ってくれました。その子たちの「笑顔」の、あまりにもまぶしかったこと。

このふたつの出来事で、僕はその日ずっと気分よくすごせました。「この子の親は、きちんとしつづけているのだなあ」と実感して。

○お金のかからない笑顔習得法

老若男女、「笑顔の効能」を否定する人はいません。若々しい笑顔から、お年寄りの「笑いじわ」まで。そこで、お勧めの方法があります。スーパー、コンビニ、ホームセンター、書店、喫茶店、レストラン、食堂などいろんな場所で、買い物するとき、料理のオーダーするとき、品が運ばれてきたとき、お金を払うとき、意識して「笑顔」をつくってみませんか。慣れてくると、「笑顔の応対」が恥ずかしくなくなります。これ、お金がまったくかからない練習方法です。

笑顔は「万国共通の」すぐれた表現力ですからね。

○非言語コミュニケーションの威力

笑顔のついでに、こんな話を。言葉というものは、直接相手に意思を伝える有力な手段です。「言葉によらずに」となると、これはかなり難しいと思いがちです。でも、多弁であればあるほど「表面的な」「口先だけ」といった印象が濃くなることもあります。どんなに自分が真剣に語っても、その真剣度合いが濃ければ濃いほど、相手が引いていってしまう危険もあります。

そこで、口から出る言葉だけでなく、表情・態度・姿勢など非言語手段によって意志疎通を図ることが大切になってきます。

人間的な親近感というものは、言葉以外のものから伝わります。こうした非言語の手段、つまり「表情」（これ、大きいですよ。笑顔と怖い顔では、同じ言葉を口にしても、相手が受ける印象は正反対ですね）「アイコンタクト」「声のトーン」「ジェスチャー」「間合い」「服装」「相手の目を見る、うなづく態度」「身を乗り出す姿勢」などの「非言語（ノンバーバル）コミュニケーション」の力をよく考えましょう。これらの要素は、「相手に自分の考えを、より深く伝えたい」場合にも、「語る相手の真意をくみ取りたい」場合のどちらでも、とても大切なものです。

アメリカの心理学者であるアルバート・マレービアン博士がおこなった、人が他人から感情などの「情報」を受け取る際の、「言葉」以外の割合を調べた実験があります。

○顔の表情	55%
○声の質（高低）・大きさ・テンポ	38%
○話す言葉の内容	7%

話す言葉の内容は7%にすぎないという数字です。これって「意外だなあ」と感じる人が多いのではないのでしょうか。残る93%は、相手の顔の表情や声の質によってその気持ちなどを判断しているというのです。「人は、見た目が見え、言葉は3割」なんて言い方もありますからね。

◎自分自身の「ブランド化」という自己表現力

次に、自分自身のブランド化について考えましょう。といっても、大げさなことではありません。俳優さんたちが「自己ブランド」の洋服や化粧品、アクセサリなどを開発してアピールしています。あんなことを言いたいわけではありません。あれはあれで、メーカー・広告代理店・メディアなどを巻きこんでの「企業の戦略」ですからね。

そうではなく「自分の存在」「自分の可能性」について「人に負けない」でもいいし、「人より、ちょっと優れている」でいいから、自分が持っている「長所」や「得意技」を見つけて、それを磨くことが、「自分自身が生きやすかったり」「楽しかったり」するって言う「プライド論」です。

お笑い「僕の自己ブランド化構想」

つまらん具体例を出しましょう。僕自身はどうしているかっていう話。

木部克彦の食卓

僕自身の一番の自慢は「料理の腕」なのです。もちろん、職業としての料理人にかなうはずはありませんが、そういった人たちを除いて、家庭料理の世界では「世の中で僕が一番うまい」と自負しています。ことわっておきますが、半分冗談の世界ですよ。

結婚以来20年余。かみさんよりも僕のほうが料理好きなので、家庭の台所を仕切ってきました。古代ギリシアの哲学者のソクラテス（紀元前469年～399年）が言います。

「男にとって結婚はいいものだ。良妻に恵まれれば男は幸せになれるし、悪妻だったなら、私のように『哲学者』になれる」

彼の妻・クサンティッペは「悪妻」だとされています。もちろん、伝説の世界ですから、本当のところは分かりません。でも、ソクラテスのこの言葉は、今日まで語り継がれています。僕も同じようなことを言います。

「男にとって結婚はいいもの。料理が苦手な妻であれば、夫の料理の腕前がグングン上達するから」

おかげで、料理関係の本も3冊ほど出すことができました。

「やるからには徹底的に」そう思って「和・洋・中華」それぞれに飲食店を開いている友達がいたから、彼らにいろんなコツを教えてもらって、自宅の台所に立って20年以上。テレビ番組的に言えば「街中の巨匠」の教えを受け、今では「国語辞典みたいな大きなかき揚げ」なんて、普通の主婦が手を出さない領域に踏み込んでいます。さらに数年前に知り合った「食空間コーディネーター」の女性から、「食器・照明・テーブル装花」などのコツも伝授されて、ほとんど「完璧」（繰り返しますが冗談ですよ）に。

日々の食事から、友人知人が参加しての自宅宴会、仕事先の関係者への「ご接待」としてのおもてなしまで、「木部克彦の食卓」は、友人知人や仕事関係者の間でそこそこ評判なのです。



料理なら人に負けないよね、ぐんまちゃん！



大皿に盛った料理で客人を驚かす



名産・下仁田ネギでピザをつくる



下仁田ネギとマグロを串カツ風に



冷汁をソーメンにかけて焼いたアユをのせる

僕が言う自己ブランド化って、この程度です。それでも、「まわりの友人知人には、勝っているかな、この点は」ってプライドらしきものを持って自分自身を表現できます。人間って、なんらかの「優越感」みたいなものにすがりたいもの。これが「世知辛い世の中をなんとか生きていく」張り合いになっているのです。このくらいなら、皆さんも「得意なものがある」って気分になりませんか？

◎「最近、こんないいことがありました」と誰もが気軽に言える世の中に

仕事柄、いろんな団体や企業、学校などを訪ねた時に、いろんな人に「最近、なにかいいことありましたか？」と声をかけます。でも、ここ10年以上、特に若者世代からは「なにもありません。いいことなんて、あるわけないです」の返答が当たり前になっています。

日本は、もう20年以上も「不景気」が続いていますし、20代前半から下の世代の皆さんは、「物心ついて以降、不景気な世の中で生きてきた」ことになりますね。ですから、「いいことなんてありません」の返答も無理のないことかもしれません。

でも、それって寂しくないですか？ この世に生まれてきて、何十年も生きるんです。100歳以上の人もたくさんいます。そんな長い人生を「楽しいこと、いいことなんてありません」というスタンスで生きるか、「ちっぽけだけど、こんないいことがあった」の繰り返しで生きるか。その差はあまりにも大きくないでしょうか。

僕は、「いいことなんて、ないよ」ではなく、多くの人々が「いいことを見つけていない、気づいていない」のではないかと思います。「『いいこと』とを感じるネタはいくらでもあるはず」、日々、そんな姿勢を絶えず持っていれば、「いいこと」に直面する可能性は飛躍的にアップします。考え次第だということです。ちょっとした「いいこと」で出会えば、生きる元気が「しばらく続く」。人生はこの繰り返しかな。

ネパールで味わった一汁三菜

僕は群馬県文化審議会委員などという仕事もしています。そのため、日常生活で「文化」というものがいつも頭にあります。昨年秋にネパールを訪れる機会がありました。「どうせヒマラヤに行くのなら、エベレストを見るだけではなく、地元の人たちの生活文化や食文化にふれてきたい」と

いう考えが浮かんだのです。

ネパールの家庭料理の代表的存在である「ダルバート」という料理がありますが、これがまさに日本の食文化の基本中の基本たる「一汁三菜」なんですね。

ダルバートは、豆のスープ（「ダル」。これが日本で言えば味噌汁みたいな、食事に欠かせない存在です）・炊いた米飯（バート）・カレー味の肉や野菜料理（タルカリ）・漬物（アチャール）で構成されます。米飯にスープをかけて、「現地流」であれば右手の人差し指・中指・薬指をスプーンのように使って、すくって食べます。これはなかなか難しい。外国人はスプーンを使わざるをえません。

まあ、指で食べるかどうかはさておき、日本もネパールも米文化圏であることは共通しています。地域は遠く離れていても、同じ「一汁三菜」が伝統的に根づいているあたり「人間、考える事は変わらないなあ」という気にさせてくれます。

エベレスト登山の玄関口である山村・ルクラで、このダルバートを食べたとき、僕は「青菜のおひたし」みたいな品の味つけがよくて、「これだけでご飯3杯食べたい」という誘惑に駆られました。

ネパール語で「おいしい」は「ミトチャ」です。僕は「ナマステ」（こんにちわ、こんばんわ）、「ミトチャ」、「ダンニャバード」（ありがとう）を繰り返しながら食べ続けました。

同時に、ひとつ安心したのです。「『一汁三菜の和食と日本人の食生活』がユネスコの世界無形遺産になったけど、同じ一汁三菜のネパールの食生活に先を越されなくてよかったなあ」と。



僕が撮ったエベレスト（奥の左側）



ネパールの家庭料理「ダルバート」

17歳の滯奈さんとラグビーボールを投げ合って

こんなこともありました。ラグビーの強豪校に成長した明和県央高校に、須田滯奈さんという3年生の女子部員がいます。身長160センチの須田さん。タックルの激しさは男子に負けていません。「大学でラグビーを続けながら教員免許を取るつもりです。女子ラグビーをもっともっと盛んに。そんな指導者になればいいと思います。女子は気が強いですから、男子よりも激しいボールの奪い合いが展開されるところが見どころでしょうか。私たちのプレーでそんな魅力が伝われば」

須田さんは2015年末の男子全国大会開会式直後の「U18花園女子15人制東西対抗戦」に、東軍フロンティアとして先発出場を果たしました。

僕はテレビ中継に見入っていましたが、期待通り得意のタックルを中心にした果敢なプレーを見せてくれました。走り込んでくる相手を倒し、厳しいタックルに倒され、自らを鼓舞するように叫

ぶ。その姿は迫力満点でした。

花園出場を果たした須田さんは「スタンドは満員だし、緊張していて、力を出し切れなかったかなという思いはありますが、本当に楽しい経験をしました。今まで以上にラグビーが好きになりました。1年後も出場できるように頑張ります」と言います。

僕は2016年1月の彼女へのインタビューの後、久々にラグビーボールを手にして、須田さんとパスの練習をしてみました。学外の50代のおじさんが、当時は高校2年の女子部員と仲よくパスの練習なんて、本来はありえません。十数年ぶりにボールの感触を味わい、17歳を相手に思いっきりボールを放った僕の頭の中は、高校生に戻ってしまいました。涙がちょっとだけ浮かんできました。日没寸前の太陽がやけにまぶしく感じました（昔見た青春映画みたいな気分です）。



17歳の須田さんには「ご迷惑だった」ことでしょうか……

プロのオペラ歌手と『オペラ座の怪人』をデュエット

2016年春には、客席数700の高崎市文化会館大ホールを会場に開かれた「歌が大好きで、毎週練習を重ねている人たちのコンサート」に友情参加しました。

主催者と親しかった僕に「あなたは声が通りそうだから出なさいよ」の声。しかも曲は「神をも恐れぬ行為」で、世界的に有名なミュージカルである『オペラ座の怪人』のメインテーマです。これをプロのソプラノ歌手さんとデュエットするという無謀な企画。「ステージで歌うという生涯一度の経験は、文化審議会の議論に役立つかもしれないね」といった思いもありました。

これもアマチュアの強みですね。僕も、主催者も、そのソプラノ歌手さんと親しかったので、デュエットをお願いしたら「まあ、木部さん流の『宴会芸』としては楽しいかもしれませんね」と承諾してもらった末の実現です。

当日、舌を噛むこともなく、歌詞も間違えずに、なんとか歌い終えたら、700人から大拍手。これは癖になりそうです(^)/

「プロ歌手に負けてなかったよ。うまかったね、素人の割には」

ステージの後、周囲からはお世辞交じりのお褒めの言葉。なんとって「アマチュア」ですからね。まあ、「プロ野球のエースが軽く投げたボールを、打席に立った野球少年が『どうせ、打てっこない』と目をつぶってバットを振ったら、たまたま当たった」。そんな評価ですね。

- 「間違えずに歌えるのかな」の不安と緊張
- 「なんとか歌えた」達成感
- 「歌い終えた瞬間、700人から拍手をもらった」感動

不安→緊張→達成感→感動

人生、これが大切なんですよ。

自称「華道家」の満足感

日常生活でも、ちょっとした「いいこと」ってけっこうあるじゃないですか。

今は秋ですが、僕はこの季節になると、知り合いからイガや葉のついた栗の枝とか、実や葉がついた柿の枝、さらには稲刈り直前の稲穂などをもらってきて、自宅に飾ります。いろんな花瓶にさして「華道家」気分を味わうのです。ほとんどもらいものですから、お金がかからないし。

春夏秋冬、僕はこんな感じで「知り合いから植物をもらってきては」華道家気分を楽しんでいます。

けっこううまく活けられると、2週間か3週間は長持ちしますから、家でそれを見るたびにいい気分になります。物言わぬ植物ですが、まるで「語り合う」かのように見つめることで得るものもあります。どんなちっぽけなことでもいいんです。そこに喜びを見出すかそうでないかで、日々の気分は大違い。



緑のイガグリを



枯れてきたらこんなふう



柿も秋には欠かせない

そういった「いいことがあった」ことで、2週間から数か月は、「やる気」が続くのもですよ。

人間、そんなに大それた才能や特技なんて持ち合わせていませんから、「ちょっとしたこと」に喜びを見出しながら生きるほうが楽しいと、強く思うのです。

念ずれば「無料で」花開く？

『念ずれば花開く』とか『想いはかなう』は、単なる格言じゃなくて、本当のことだったんですね。しかも『無料で』花開いたんですから、なんとも。

◎大きな花器がほしい

高校の先輩に華道家さんがいて、その人が「大人がすっぽり入れるような大きな花器に、長い丈の花や枝を投げ入れるように活ける豪快な作品をつくる」のです。

その迫力が忘れられず「僕も、同じようなものを」の気分になってしまったのです。

でもね、そんな大きな花器を買えば、何十万円もするでしょう？

だから、仕事やドライブで農山村に行くたびに、「軒先に大きな水瓶が放り出してありませんか」と聞いて回っていたんです。

「こんなのがいるんかい？ あげるから持っていきなさい！」

なんて声を期待して。そんな想いを抱き続けていました。何年も「大きな水瓶がほしい」と念じ続けたのです。その末に花開く日がやってきました。

◎「よかったら、持って行けば？」

先日、安中市の市街地から奥に入った農山村に暮らしているご夫婦を訪ねました。

そこは、築140年の大きな建物と広い庭。都会から移住してきた人たちです。ちょっとした要件を済ませて、車に乗り込む直前に、特別な期待もせずには言いました。口癖ですからね。

「ご近所のどなたか、大きな水瓶なんて持ってませんか？ 『持って行くな片づくから、あげるよ』なんて言う人は」

そしたら、奥様がひと言。

「庭の隅にあるわよ。古そうだけど大きな水瓶が。私たちが引っ越してきた時から、放り出したまま雨ざらしよ。よかったら持って行けば？」

指さす先を見ると、ありました。赤銅色した年代物の水瓶が。

メジャーで測ると高さ70センチで、直径は60センチ。大人がふたりでやっと持ち上がる重さです。重厚感と古さにあふれています。

「これこれ、使えるぞ。リビングの床に分厚い板でも敷いてその上に水瓶を置けば、床から花の先っぽまでが1・5メートルを超えるかもね。迫力満点だ」

「ところどころひびが入ったり、一部が欠けたりしているが、これはかえって値打ち物。瓶に水は入れられないから、中に別の花瓶を置いて花や枝を活けよう」



◎花開いた瞬間

後日、友人のワンボックスカーを借りて高崎市内の自宅まで運んできました。

内側・外側をきれいに掃除して、リビングのコーナーに。

ちょうどいい「台座」が、まだ見つからないので、そのうちに到達してくることにしましょう。

まずは適当に花や葉っぱを飾ってみました。それだけで、大きな花に変身したかのような気分にあひたれます。

「長い木の枝なんか集めてこよう。ずっと挿しておけるから経済的だ。花ばかりだとお金がかかるからね」

自分が「念じていた」ものが、文字通り「花開いた」光景の出現です。

◎「全員が必死に走れば、なんとかなる」と言った恩師

僕は高校時代から「ラグビー少年」です。40歳まで草ラグビーの試合に出ていました。今日は、最後に高校生時代の話をしてしまおう。正直に言うと、僕は「この先生の教えは人生に役立ったなあ」と実感できたことはひとつしかありません。これは当時の先生の責任ではなく、小中高校時代の僕

が「人生を真剣に考えなかった、いいかげんな子どもだった」からです。

でも、ひとつだけ、今も胸に残る教えがあります。それはラグビー部監督だった中原さんという体育の先生の言葉です。

ルールも十分に理解しないままボールを追っていた僕たちに、中原先生はよく言っていました。

「難しいことなんかしようと思うな。15人全員が必死に走ればなんとかなる」

そう言われたって、強い相手には、どうやったら勝てないんです。「番狂わせが起こりにくい」のがラグビーの特徴ですから。でも、恩師はグラウンドにしながら、目先の試合のことを言ったのではなかったのでしょうか。

「社会に出たって、いいことばかりじゃない。つらいこと、苦しいことがたくさんあるだろう。壁に跳ね返されそうになることも多いはずだ。でも、必死になって走ってみろ。きっとなんとかなる」

僕は勝手にそう解釈して、社会人になってからというもの、苦しいことがあると、その監督の声を思い出していました。むろん、大人になっても僕に難しいことなんかできるはずもなし。

「でも、後で悔いが残らないように、とにかく必死に取り組んでみるか。どうにもならなかったら、そのときはそのときのことだ」

そんな気分で、人生の 苦しいシーンでもあんまり落ち込まないで生きてこられました。

これは50代後半の僕から、若い世代の皆さんに贈る「経験論からくる真剣なアドバイス」です。

「必死に走れば、なんとかなる」

僕は、この中原先生との高校時代があったことだけで「群馬県に生まれ育ってよかった」と思い続けています。さきほど、シルクカントリーや健康寿命王国という観点にふれましたが、僕にとっての最大の「群馬自慢ネタ」は、実は「人生を切り開く教えをくれた、ひとりの高校教師との出会い」なんですね。こういう人がいたことも、間違いなく「群馬の底力」なんですから。

誰のものでもない、自分の人生なのだから

皆さん、高校時代は貴重な時間です。皆さんのまわりの大人（親・教師・地域の人など）、そして友人知人たちの言葉の中には、さらには動物や植物の姿にだって、その後の人生を左右するほどの力を持つものが必ずあります。

でも、それを見過ごしてしまいがちなのが人間です。だから、「宝石のような教えが、絶対にある」、そんな姿勢を忘れないでください。その姿勢は「自分自身のプライド」を高め、社会人として家庭人としての長い人生を支えてくれる力になるはずです。少なくとも僕は「必死に走れば、なんとかなる」の言葉と、それを語った先生への感謝の気持ちで、ここまでの人生をなんとか乗り来ってきました。

「ふるさとへの愛」と「自分自身へのプライド」。それがあれば、厳しい世の中も、なんとか楽しく歩いてゆけます。

その道は、ひとつだけの価値観にとらわれた「一本道」じゃありません。多様な価値観にのっとった「数え切れないほど多くの道」があるのですから、皆さんの未来には。

何10年後、皆さんのうちの誰かが「そういえば、前に変なことを力説していた男がいたなあ。必ずしも間違っただけではなかったかもしれないね」と思ってくれば、今日、僕がこの場に臨んだ意義がおおいにあったというものです。そうなることを切望しています。

せつかく、この世に生まれてきたのですから、やりがいを持てる人生にしなけりゃ、もったいないうち。皆さん、誰のものでもない、自分の人生です。いろんなことを学んで、吸収して、自分なりに消化して、無理せず、でも時にはちょっぴり背伸びして。実り多き人生を歩んでください。

学校教育に当たる皆さんのこれからの期待しつつ……。