

第1回 食と命の教室 2017.2.18

■最初のお話

高柳です。私はここで生まれてここで命を全うする予定です。現在で満67歳、1950年生まれです。満年齢っていうのは、日本では昭和22～23年に満年齢に決めたんですね。それまでは数え年にしていました。

世界的にそうなっちゃったんですが、アジア、朝鮮、ベトナム、中国、フィリピンなども数え年になっていました。なぜ数え年かわかりますか？命の誕生は10月10日、約1年前ですよ。世に出るのがその後。世に出るのを誕生日としたのが昭和22～23年なんです。満年齢は西洋的な考えで、欧米に倣え、という明治以来の流れでそうなったんです。

命というものを日本人は昔は教えていたんです、と私は思っていたのですが、そういうことを含めて、これから1年、私たちの命についてなどをまじめに楽しく話したいと思います。

先ほど、中野さんの自己紹介（不妊症やアトピー治療をやっているが、栄養学では足りず、食卓を見直さないといけないと思って参加した、などのお話）にありましたが、とてもいいですね。今の日本人の食べ物はエサになっていますね。本来、食事というのは、そこでとれたものの命を感謝して頂いて、調理して、頂くわけです。これは「※無着先生」流には「始めと中と終わりがある」ということなんです。

「※無着成恭」…1927年生まれ。禅宗の僧侶で日本の教育者。山形の中学校の教師時代の生徒の生活記録文を編集した『山びこ学校』が著名で、『全国こども電話相談室』の回答者も長年務めた。高柳さんが師と仰ぐ存在で、1987年から隣町の多古町のお寺の住職になり、三十年の間、親交がある。今は九州のお寺に在職。

「始め、中、終わり」というのは、農家的に言うと、「始め」は、まず育てる。大体3～4か月かけて育てものを収穫し、調理する。しかも食べる人に美味しく食べてもらえるように調理する。そこでみんな集まって、「頂きます」と言って頂く。

「頂きます」の意味は知っているよね？「命を頂きます」ということ。命を頂けて、頂ける命があって初めて私たちの命がある。命を食べないと死ぬわけです。それがぐっと詰まって「頂きます」となる。命、恵みを頂きます、となる。

そして実際に食べるのが中。それで終わりではなくて、後片付けをして茶碗などを洗い、次の料理が出来るようにきちんと整理しておく、それが「終わり」。食事は食べるのは10分ぐらいで、その前後をどう捉えるかどうかが大事。それは例えば、思い、形式、教養が関わってくると思うんです。

ところが、コンビニとかスーパーにいけば食べ物はいくらでもあると思っている人が最近が多いんです。そんなのエサじゃないか、と私は思うんです。食事を有難く感謝して頂いて、そういったものが我々のエネルギーになっていると思っています。

■有機農業とは？

私達の農業って何なのか？作物を育てる、というのは、食物の命を育てているということです。それを教えなくなってから、日本がおかしくなり始めたと思うのです。

なぜ「有機栽培」という言葉が出てきたのか？韓国のチョウさんという自然農法をやっている方が「それは近代農法が出て来たからだ」と言っていたんです。私はそれを聞いて「なるほどな〜」と思ったんです。近代農法というのは、シンプルに言うと、化学肥料、化学合成農薬、機械化のことですね。世界ではこれを近代農法、近代農業と言っています。ビジネス本位で作物本位ではないんです。

もっというと、窒素によって植物の生育が変わる、ということが発見されたんです。自然界の中では窒素はそんなに無いんです。空気中にはいっぱい、78%は窒素と言いますが、でも土の中にはそんなに無いんです。肥沃なところ、痩せているところとあって、肥沃なところは力があるから育つ。簡単に言えば、それは窒素があるかどうか。自然界にはそれほど無いものだから、植物は窒素があればあるだけ吸って育つ。

窒素、リン酸、カリというのを聞いたことがありますか？「※リービッヒ」というドイツ人が植物を分析した結果、この3つが一番あったというわけです。でも私はちょっとおかしいと思うんです。日本でも一番最初に作られたのが硫酸、これは「※鉄鋼産業とリンク」している。「※苦土石灰」も鉄鋼産業の残渣物。良く言えば有効利用だけど、悪く言えば産業廃棄物なんですね。

「※リービッヒ」…1803 年生まれ。植物の生育には窒素・リン酸・カリウムの三要素が必須であるという説、あるいは生長の度合いは3要素の中でもっともあたえられる量の少ない養分によってのみ影響され、その他2要素がいくら多くても生長への影響はないという説(リービッヒの最小律…後に養分以外の水・日光・大気などの条件が追加され、現在では、それぞれの要素・要因が互いに補い合う場合があり、最小律は必ずしも定まるものではない、とされている)などを提唱しこれに基づいて化学肥料を作った。そのため「農芸化学の父」とも称される。

「※硫酸」…硫酸アンモニウムのこと。成分が窒素のみの代表的な化学肥料の1つ。無色の結晶で、水に溶けやすく即効性がある。スキー場などでスノーセメントとしてシャーベット状の雪を固めるために使われることもある。主流ではないが生産方式の1つとして、製鉄所などでの石炭を燃やす際に発生するアンモニアを硫酸に吸収させて得られるものもある。

「※苦土石灰」…苦土石灰とは、苦土＝マグネシウムと石灰＝カルシウムが混ざった肥料。ヨーロッパの土はアルカリ性だが日本は酸性で、雨も酸性なので放っておくと畑は酸性に傾き、特に海外由来の野菜には土質が合わない。それをアルカリ性の石灰で中和する。また、植物の葉緑素は苦土が必要で、不足すると光合成が出来なくなってきて葉の張りやツヤが無くなり、最後は葉っぱが黄色くなってくる。なお、生石灰は鉄鋼を作る際に使われるが、苦土石灰はドロマイトと言われる鉱石を粉砕して作る。

そういう化学肥料を作り出したというのが、化学栽培の始まりです。あと、足りない所に足すのではなく、主力にしてしまったのが近代農業です。チョウさんが「もともと、人類史上、あるいは東南アジアの農業は自然農だった」と言います。それを化学資材を使ってやるという技術体系、つまりマニュアルを作ってしまった。それでいいのか？というアンチテーゼ、

あるいは伝統から言っておかしいだろう、と言い出したのが、「※福岡正信」であったり MOA の「※世界救世教の岡田茂吉」なんです。ドイツではシュタイナーの「※バイオダイナミック農法」。

世界的に土が疲弊していたんです。だから「※IFOAM」という、世界で有機農業運動を推し進めるところも出てきたんです。一方でアメリカの「※FDA」のようにお金のために化学農業を推し進めているところもある。ここはケミカル産業が牛耳っている。お金があるので世界的には力を持っていて、自分たちの都合の良い情報を流すんです。

「※福岡正信」・・・1913 年生まれの自然農法の草分け的存在。不耕起(耕さない)、無肥料、無農薬、無除草を特徴とする自然農法を行うだけでなく、その思想、哲学、著作『わら一本の革命』は後人に多大な影響を与えた。「粘土団子」と呼ばれる、様々な種を 100 種類以上混ぜた団子によって行う砂漠緑化を実現した日本人として世界で有名。

「※世界救世教」・・・岡田茂吉が昭和 10 年に作った新宗教。昭和 20 年代より自然農法という名称で、独自の無農薬有機農法を研究、実践、推進してきた。MOA 美術館なども運営。

「※バイオダイナミック農法」・・・人智学に基づいた教育者、哲学者のルドルフ・シュタイナーが提唱したと言われている自然農法、循環型農法。鉱物製肥料の使用を中心としたそれまでの農法を否定し、土壌と植物、動物の相互作用だけでなく、宇宙の力を土壌に呼び込むために太陰暦・占星術に基づいた「農業暦」にしたがって種まきや収穫、調合剤の攪拌などを行う。例えば牛の角に水晶粉を入れ、宇宙エネルギーを取り込んだものを畑に撒くなど。

「※IFOAM」・・・国際有機農業運動連盟。1972 年にパリ近郊で設立された世界的な有機農業の普及をしている国際 NGO です。世界 111 カ国以上の約 770 団体が IFOAM に加盟している。

「※FDA」・・・アメリカ食品医薬品局。食品や医薬品、化粧品、医療機器、動物薬、たばこ、玩具などの許可や違反品の取締りなどの行政を専門的に行う。本来は消費者の安全を守るための機関だが、遺伝子組み換え作物で有名なモンサントの元トップが政策担当になるなど、フードビジネス・アグリビジネス界との癒着が多いとされ、遺伝子組み換え、家畜の成長ホルモン剤、添加物などの認可もしている。

チョウさんが「本来の農業ではなく、違ったものを主力にしてしまった。だから、自然農法と言うようになったんです」と言います。おかげさま農場でいえば、無農薬、ノーケミカル栽培、ということですね。

だから、無農薬ということ自体は目的では無いんです。例えば、人間であれば薬、お医者さんに頼るのは健康じゃ無いでしょ？我々も自然体系の中で野菜が天寿を全うするような育て方をしたい。人間は 100%で死ぬ、死亡率 100%なわけで、最後まで丈夫で死んでいきたいと思うんです。お医者さんの力やチューブに繋がれて死ぬんじゃないくて。ガンになっても治せると言うけど、ガンにならない方が丈夫でしょ？

30～40 年の間、有機農業をやっている人達は、先代、先々代に聞いて本来の農業を知っているんです。「近代農業は違うんじゃないか？」という思いになり、「だから止めよう」となる。無農薬と人は言うけど、そうではなく自分で命を全うできる耕作のことなんです。育てられる環境などを整えて、例えばトマト、ナスなど天寿まで全うしてもらって、その分け前を頂こうということ。健康なものを食べることは、我々の命を全うさせる。栄養もあるけど、それだけでなく、生き様じゃないか、と思うんです。

■ここ 50 年で現れた病気

アトピーもこの 50 年で急激に増えてきましたね。例えば私が若い頃は、アトピー、ガン、アレルギー、花粉症なんて無かった。聞きもしなかった。つまり無かったんですよ。無かったものがあるのはおかしいでしょ？

私のおばさんがガンにかかって死んだんですが、とても悲しかったんです。それで調べてみたら、50 年前は病気といえばかつては「かかる病気」だった。つまりバイ菌、虫、肺結核など外から体に入られてかかる病気だった。だからその対策として防御をするのがお医者さんの仕事だった。それが「起こす病気」になった。自分で自分の病気を起こしちゃうんです。成人病、今は食源病と言われますが、自分が食べたものが原因で起こす病気。そうやってきたのが 1970 年代です。良く言われる高血圧、脳溢血、肝臓病、すい臓病などは自分で起こしている。それは環境もありますけど、ほとんどが自分の食べたものが原因。だから不妊症とかも今から 30～40 年前ぐらいから言われ始めたんです。

ちょっといやらしい話というか、でも真面目な冗談なんですけど、みなさん、大人だから言いますね。昔、私の恩師で岩手大学の石川教授という人がいたんですけど、千葉県の大塚市に来たので、ここからそう遠くないので会いに行ったんです。会いに行ったらいきなり「高柳くん、元気か？東京に行って娘たちとやってこい！」と言うんです。「何を言っているんだ！？」と私もびっくりしたんですが、先生いわく、「都市の男子の精子は 7000 万～5000 万で危機的だ」と言うんです。普通は億単位あるんですね。「このままでは日本民族がいなくなる。絶えてしまう。丈夫な日本男子の種を残すんだ」なんてね（笑）ちょっとスケベな話でごめんね。

また、これも昔の話ですが、アメリカのフロリダのレポートを読んだことがあるんです。フロリダはワニが多いそうなんです。ところがワニの数が減っている。そこで生物学者が調べたら、ワニのペニス退化してメス化していることがわかったんです。つまり生殖活動が出来ないんです。化学物質がホルモン攪乱物質として広がったのが原因だと言われています。貝なんかもメス化していると言いますよね。

地球上の生き物には両性がある。それがおかしくなっている。私は「それが人間に及ばないはずがない」と思ったんです。それが何十年か経った今、見事に人間に出てきていますね。ここは古い村で、5 件～6 件が 1 つの班で、それがいくつか集まって戸数が 40 軒あるんです。同じ村の者のことだからよくわかるのですが、10 軒あったら子供がいなくて 3 軒ある。これはとても大変なことなんです。都会の人にはわからないかもしれませんが、こうい

った田舎では、後継ぎがないということは代々続いてきたその家系が途絶えてしまうという、深刻な問題なんです。

人間と自然に起こっていること、全部が関係していると思います。

■環境に合わせて種が出来た

京都大学のある教授が言っていたことで「苗、種の出産地のことを思いなさい」という言葉があるんですが、それが農作物を育てる時の基本ですね。トマトはアンデス地方。冷涼で雨は少ない。日本はトマト栽培に適していないんです。トマトを育てる時は「雨よけしろ」と言われる。つまり、雨が降ると木が弱るんです。ジャガイモはちょっと違って、冷涼で20～25℃ぐらい。だから北海道が気候としてはあっている。

生態学者から言わせると、人間だって自然環境に合う合わないがあると言います。日本に住んできたから日本人が出来たんですね。日本人は穀物ならお米が適している。ヨーロッパは違って、フランス、スペインまでは穀物はとれますが、オランダ、ドイツ、フィンランドなどは作物は実らないんです。だから動物を飼った。草はあるから。つまり牧畜が広がったんです。それに対し、日本、朝鮮、ベトナム、フィリピンなど東南アジアは雨が多く温暖な地域だから、稲作、農耕が広がった。こちらは農耕文化圏、あちらは牧畜文化。だから日本人は米食なんです。

「※川島四郎」は知っている？私は川島先生以外の栄養学者と言われる人は信用していません。知らない？そうですか。まあその川島先生の本で「日本人の外国のものをそのまま取り入れてきてしまったのが病気の原因」と書いてあるんですね。

「※川島四郎」…日本の陸軍軍人で「軍用糧食の研究」により農学博士号を取得。戦後、栄養学者として桜美林大学教授、食料産業研究所長などを務め、栄養に関する本を多数書いた。高柳さんの話によると軍にいる際に玄米が本当に良いのか？塩は何g必要なのか？といったことを実際に食べさせて排泄物などを全て分析するなど机上ではなく実際の結果を元に行っているのが信用に足るとしています。

ヨーロッパの人達は、北へ北へと進んでいった人達。ビタミンDは日光で作ります。そのために白人はメラニン色素取りさらった。人類の祖の黒人と言われている人達から色素を抜いた。それが白い肌や青い目であったりブラウンヘアーだったりするわけですね。反対に日本人だけでないけど、モンスーン地域の人達はお米ばかり食べてきたから腸が長くなった。お米は肉より消化に時間がかかるんです。だから腹持ちが良いんですね。

日本人の体型と欧米人の体型の違いは、メラニン色素の違いで白人と黄色人の違いになった。腸でいえば欧米人は肉を食べてきて、肉は消化が良いから4,5mじゃなくてそんなに長く無くても良い。日本人は長くても良い。そういった種が生き延びてきて日本人になった。それなのにこの50年で日本も横文字食事になってしまったね。そもそも体質が合わないんです。

戦後、「米を食うと馬鹿になる」という記事が新聞に載ったんですよ。大々的に宣伝したんです。知らないでしょ？肉は消化が良いとって宣伝した。消化が良いということは、すぐにエネルギー切れするという事。すぐに切れる、というのはそういった事ともつながって

いると言いますよね。アメリカの小麦を食わせるためにも米を食うと馬鹿になるなんていう、ことを宣伝したんですね。

本当に変わったと思います。米よりパン、お茶よりコーヒー、味噌汁より牛乳の方が消費が多くなってしまった。日本人の食であったものが変えられてしまった。本来は日本人の食べ物じゃないんです。たまには良いが、常食のものではないんです。そういう時代に入っているんです。

2年前に、多摩美術大学の食のデザインというゼミをやっている先生から話があったんです。「食といっても生徒にはわからないので、体験だけでもさせて欲しい」ということで、20数人の学生が来たんです。で、事前に先生に「若い子達は、今、何を食っているのか教えて」と頼んでおいたので、1週間オン食事のメモをとってもらって見せてもらったんです。見せてもらったは良いが、理解不能な横文字ばかりなんです。私にはもう全くわからない世界。「あんたら日本人じゃないな、勝手に生きてくれ」ってね（笑）

■里山の新旧の違い

<山すその田んぼ道で>

私なんかの年代だと、日本を歩くと「あ～、ここは昔から人が住み着いてきたところだな」とわかるんです。逆に「ここはここ100年だな」というのもわかるんです。昔は人が生きていくために必要なのは水だった。水が無いと食べ物が出来ない。だから、山に蓄えられた水が湧き出てくる山すそに人は住み着いたんです。今は田んぼと言えば広く平らなところのイメージだけど、昔は灌漑設備が整っていなかったから、平地は水の手が悪く、人は住めなかったんです。このあたりの村は1,000年前からあったというのが、神社やお寺の資料からわかっているんです。ここの田んぼも1,000年続いているわけです。私も日本全国歩きましたが、大体、古村（こそん）というの、こういったところにあるね。逆に、小山の上などに切り開かれたところは、この100年ぐらいで出来た新しい町なんですね。

<今回は行きませんでした。今後、足を運ぶ山の上の畑について>

この山の上の方の畑というのは、明治から昭和初期までに開墾されて出来た、ここ100年の畑なんです。それまではクヌギやブナといった森だったところを、明治以降、政府が開拓・入植を推奨して、入植してきた人達が開墾して出来た畑の1つです。

このあたりは「十余三（とよみ）」というのですが、大栄町、多古町に連なってあるんです。それは、行政区として町が出来る以前に、何千町歩もの土地を「十余三」と呼んでいたから。ちなみに、「十余三」というのは、千葉県で十三番目に開墾された土地という意味。千葉県で開墾された1番目が「初富」というところで、8番目が「八街」といった感じなわけです。

「※補足」・・・調べたら以下の通りでした。四街道は4番目というのは間違いでした

- ・鎌ヶ谷市 初 富(はつとみ)
- ・船橋市 二 和(ふたわ)
- ・船橋市 三 咲(みさき)
- ・柏市 豊四 季(とよしき)
- ・松戸市 五 香(ごこう)
- ・松戸市 六 実(むつみ)
- ・富里市 七 栄(ななえ)
- ・八街市 八 街(やちまた)
- ・香取市 九 美上(くみあげ)
- ・富里市 十 倉(とくら)
- ・白井市 十 余一 (とよいち)
- ・柏市 十 余二 (とよふた)
- ・成田市&多古町 十 余三 (とよみ)

土は30cm出来るのに1000年かかると言われています。土とは海の砂のようなものではなく、種が芽を出し、花をつけ、実を結ぶ、そういう土なんです。みなさんもやってみたらと思うけど、海の砂で種を蒔いても育たないんです。世界的には平均すると耕土層、つまり生きた土というんですかね、それは十数センチと言われています。ドイツなんかでは、造成工事をする時に、どうしても土をひっぺがえさないといけない場合は、その土は横によけておいてとっておくんです。それだけ土を大事にしているんですね。人間は土を作れないということがわかっている。日本は違うでしょ？アメリカにも国土保全庁みたいなのところがあって、全土で土をどうするかを管理しているところがあるんです。例えば風で土が吹き飛んでしまう。それは年間数センチでも、十数センチしかない土だから、10年経ったらそれは大きなことですよ？まあ、風で飛んでいくのもあれば、飛んでくるのもありますけどね。