

東京の郷土料理を守るために

みなさんは「日本を代表する料理」と聞いて、どんな食べ物を思い浮かべますか。天ぷら、うなぎの蒲焼、そばなどがありますが、最も有名なものはやはり握り寿司ではないでしょうか。

東京の郷土料理の一つに「江戸前寿司」があります。これは江戸時代に登場し、魚を酢や塩でしめたり、煮たり焼いたりするなど寿司だねに一手間加えることに特徴があります。では江戸前寿司の「江戸前」とはどのような意味でしょうか。その意味は「江戸城の前」。江戸前寿司とは、現在の羽田沖から江戸川のあたりで獲れた魚介類を使っていたことから、その名がついたと言われています。今その場所を地図で確認してみると、江戸時代、魚が獲れた場所は埋め立てられ、土地になっていること

が分かります。そのため現在の「江戸前」は、東京湾全域を指すことが多いです。

次に、魚が育つ環境について考えてみます。かつての江戸前の代表格だったカレイ類、アナゴなどの主に海底にいる魚は、近年、獲れる量が減少しています。この原因として考えられるのは、河川の水質が悪化したことです。東京湾には数多くの川が流れ込んでいます。江戸時代、集落から流れ出る生活排水や農業排水に豊富に含まれている栄養がプランクトンを増やし、魚を大きく美味しく育てました。しかし現在、私たちの生活から流れ出る生活排水の量は、江戸時代と比べ格段に多く、海に流れ込む栄養量は増えています。結果、東京湾の水質を悪化させ、魚の命や漁獲量にも影響を与えているので

す。

このように見てくると、江戸前寿司とその魚が育つ東京湾の環境問題は深く関係していると言えるのではないのでしょうか。生活の豊かさや利便さのために湾を埋め立て、東京湾の水質がさらに悪化していけば、魚がいなくなり、もしかしたら江戸前寿司がなくなるのかもしれない。そうならないためにも、私たち一人一人が東京湾の環境について考えていかなければいけないのだと思います。では、私たちは具体的にどのようなことができるのでしょうか。東京湾の汚れの原因の約七十パーセントが生活排水だと言われています。この生活排水の四十パーセントが台所からの汚れです。つまり、台所からの汚れを減らすことが大切だと私は思います。食器洗いをするときに、汚れたお皿をそのまま水で流すのではなく、拭き取ってから洗ったり、料理で残ってしまった油を固めて捨てたりすることで、排水の汚れを抑えることができると思います。植物成分の石けんや無リン洗剤を使うことも、海に流れ出る余分な栄養を減らすことに繋がらないかと考えます。

郷土料理とは、その地域に根付いた産物を使って、独

自の調理方法で作り、地域に広く伝えられてきている料理のことです。江戸前寿司以外にも東京には数多くの郷土料理があります。そして、それらはここ「東京」という地でしか生み出すことができないものです。そのような郷土料理を私たちがこれからも守り続けていくことが大切ではないでしょうか。郷土料理を守ることは、昔から伝わる味や調理方法などを受け継ぎ、伝統や歴史を繋いでいくことだと思います。そしてそれは自然環境も守っていくことに繋がるのだと考えます。私は、自然環境を守るために自分に何ができるのか、環境問題を少しでも改善するために今すべきことは何かを日常の中で考え、東京の郷土料理を守っていききたいと思います。



東京の地産地消を考える

家の近くのスーパーには「農家さん家から直送」というコーナーがあり、母は買い物時には必ずここをチェックしている。野菜の入っている袋にはラベルが貼ってあり、そこには生産地と生産者の名前が書かれ、売り場には生産者の写真がずらりと並んでいる。このコーナー以外でも同じ野菜は売っているが多少割高でもここから野菜を選ぶ理由を母に聞くと、地産地消のメリットって大きいでしょ、と答えた。

地産地消という言葉は知っているが、私自身が気にしたことはほとんどない。しかし調べてみると確かにメリットがある。鮮度の良い食品が手に入り、それを誰が作っているかがわかる安心感がある。安心感があるからこそ、大きさや形が規格外の商品でも購入しようという

気になり、廃棄食料を減らすことにつながっている。また地域の食文化の継承という点でも大きな役割を果たしている。

しかし、いざ東京産の食品を手にとろうとしても東京産のものは少ないことに気付く。スーパーの直販コーナーでも数々の旬の野菜が並んでいるが、ほとんどが関東近郊の県産で東京産の野菜は非常に少なく、全体の1割にも満たない。農林水産省の統計によると、二〇二一年の東京都の農業産出額は一九六億円で二〇一五年以降は特に減少傾向にある。この数字は全国四十七位、つまり最下位である。また、東京の野菜農家は直売所などに向けた少量多品目の形態が多く、東京都で生産される農作物の八割は直売や庭先販売で販売されているようだ。

道理で東京産の野菜を目にすることが少ないわけだ。このまま東京の農産物は減少の一途をたどってしまうのか。

野菜の流通という点に目を付けた、農家と消費者をつなぐ農業ベンチャー企業の取り組みがある。収穫した野菜を集荷場に持ち込み、タブレット操作で出荷先と価格

を選択することで販売先のレジに対応したバーコード付きラベルが出来上がる。それを袋に貼ればスーパーの直売場に届けてくれる仕組みで、農家側は販路の拡大が容易に可能となる。また飲食店へ産地直送野菜を届けるサイトやアプリも存在する。市場を通した流通では収穫から納品まで三〜四日かかるが、このサービスは収穫翌日に必要量が飲食店に届く仕組みである。このようにIT技術を駆使することで、鮮度の良い食材が届くという消費者の満足と、農家の収益確保の両方を実現する仕組みが開発されることや、それを手掛ける企業が増えることが望ましい。東京の農業を衰退させないためには大消費地が近いというメリットを活かし、農家が儲かる仕組みを広げていくことが重要だと思う。

また、東京産農作物の地産地消を推進するための取り

組みとして、東京都は事業者に対して補助金交付を行っている(東京産農産物消費拡大支援事業)。こういった行政のサポートを活用し、情報発信やイベント開催などを通して、東京産農産物の消費拡大と販路開拓の取り組みがより活発になることに期待する。

東京にはおいしいものがたくさんある。日本中、世界中の様々なジャンルの料理が楽しめる。選択肢が多い中でも、江戸前寿司やもんじゃ焼き、深川めしといった郷土料理や、佃煮やべったら漬けといった東京の特産品を食べ、他府県の友人や親戚が来た時にはそれらを紹介し一緒に食べて楽しむ。そして、生産者との交流会やマルシェ等のイベントに参加したり、直売所に足を運び東京産の食材を購入し食したりすることで地産地消の取り組みに一役買い、東京の恵みをこれからも味わい続けていきたい。

駄菓子の世界に見る東京食文化の魅力

ネットゲームやスマホの急速な普及、さらにはコロナ禍でのソーシャルディスタンス等の影響により、僕たち若者のコミュニケーション能力が低下しているといわれている。

しかし、僕は、未だにネットゲームもスマホも持っていない。休日には友人と近所の川や東京近郊の海で釣りをしたり、緑の多い場所で生き物を捕獲したりするといったリアルな遊びを全身で楽しんでおり、バーチャルツールにはない醍醐味を堪能し、対面により分かち合う喜びに勝るものはないと実感している。

僕の生まれ育つ東京にも、食文化を通じた素晴らしいコミュニケーションツールが存在する。それは、昔ながらの駄菓子屋の世界だ。

我が家は代々東京に住んでいるが、とりわけ母の実家

のある地域では、曾祖父の代から続く駄菓子屋が今も数軒営業している。

両親は、駄菓子屋に入ると今でも、ドキドキワクワクといった、複雑で懐かしい感情が湧き上がり、一瞬にして童心に返るといえる。僕もそれがよく分かる。僕も幼い頃から弟達と駄菓子屋に通っており、昔ながらの素朴な菓子やカラフルな菓子が雑多に所狭しと並ぶ様子は壮観で、僕の好奇心を大いにかき立てる。

駄菓子屋は、主な顧客を子供とする、他に類を見ない商業形式の店である。ここは、駄菓子という食文化を通じた子供同士の社交の場であり、小遣いの範囲で大人と経済取引ができる貴重な場でもある。また、家や学校とは隔離された子供だけの秘密基地ともいえる。

駄菓子の食文化を通して駄菓子屋で学べることは数多

い。昔ながらの伝統菓子自体の魅力、小遣いの範囲で好きな物を購入するための計算力のほか、雑然と並ぶ駄菓子の無秩序な面白さに触れられる一方、異年齢同士での譲り合いや店主とのやり取りを通じた約束事や礼儀作法などの秩序をも学ぶことができる。

このように魅力的な食文化等を伝える駄菓子屋が僕の地元には今も点在するが、両親の子供時代と比べると明らかに減少しており、僕は、伝統菓子と文化の絶滅を危惧している。

この絶滅の危機を打破し、駄菓子を通じた東京の食文化の魅力を広めるために、例えば、学校給食のデザートに駄菓子を提供するのはどうだろうか。駄菓子の素朴な美味しさを次世代の子供達に実際に味わってもらうことは、伝統文化が継承される一番の近道であると考え、また、ソラマチ等の観光エリアや深川江戸資料館等の施設に駄菓子屋を再現し伝統菓子を販売するのも良いと思う。実際に店内の独特な空間を体感してはじめて醍醐味を味わうことができ、駄菓子も一層美味しく感じられるものだと思っている。さらには、東京都を挙げて駄菓子屋（駄菓子文化）の復活を支援すると共に、教育機関に対して、駄菓子屋の存在は文頭に挙げた課題（コミュニケーション能力の低下）の解決をも期待できるというこ

とを伝えるというのも有効だと考える。

そして何より、東京都職員の方々が、駄菓子屋という空間の持っている機能や役割を再認識してくださることが重要だと考えている。

これまで僕自身も、遠方に住む友人が遊びに来るたびに地元の駄菓子屋を紹介しており、「無秩序の中の秩序」の面白さや、昔ながらの駄菓子の素朴な美味しさを伝えている。友人達も、秘密基地のような独特の空間や飾らない菓子の良さをとても喜んでくれるし、その様子を見ると僕もとても嬉しい。これからも、古くからの伝統菓子である駄菓子を通じて、東京の食文化の素晴らしい魅力を友人や年少者へ全力で伝承していきたい。

子供がメインの顧客として社会の縮図を実体験し得る貴重な場であり、対面方式による販売を通じてバーチャルではなくリアルなコミュニケーションにより文化や伝統を学ぶことのできる社交の場でもある駄菓子屋。その魅力が再認識されることにより、こうした場が復活し、又は創設され、それに付随する効果として、現代における課題も解決されることを、僕は心から願っている。

江戸東京野菜「内藤とうがらし」

今後、東京の「食」は、江戸東京野菜を取り入れた食材で彩られていくのだろうか。

江戸東京野菜とは、「江戸期から始まる東京の野菜文化を継承するとともに、種苗の大半が自給または近隣の種苗商により確保されていた昭和中期までのいわゆる在来種、または在来の栽培法等に由来する野菜のこと」と説明されている（JA東京中央会ウェブサイト）。現在、四九品目の野菜が、JA東京中央会の江戸東京野菜推進委員会により、江戸東京野菜として登録されている。登録野菜には、練馬ダイコンや、アシタバ、のらぼう菜、内藤カボチャ、内藤とうがらしなどがある。

また、政府は、食育を国民運動として推進しており、令和七年度までには、国民の食育への関心度を九〇%以上の復活を目指して活動している。

僕たちは、小学校で、この市民グループの方から内藤とうがらしに関する講演を聞き、その歴史などを学んだ。そして、僕たちで内藤とうがらしを育て、収穫して、給食で食べた。内藤とうがらしは、ちよつとピリツとしていたが、はちみつなどで甘く調理されていたので、子供でもおいしく味わえた。また、僕たちは、内藤とうがらしに関する紙芝居や、発表資料を作って同学年で発表し合った。さらに、校外活動として、近所のお寺や神社でイベントを開いた。会場には、来場者に、内藤とうがらしを知り、関心をもってもらうため、内藤とうがらしをモチーフにしたランタンを作り、また、歴史や栽培法、育てた感想をまとめた看板も作成した。当日、これらを会場に飾ったところ、来場者の中には、立て看板の前で立ち止まって読んでくれる姿もあり、内藤とうがらしについて関心をもってもらえたと思う。

僕は、このような体験を、他の江戸東京野菜の普及にも活かせるのではないかと考える。たとえば、東京都の学校に江戸東京野菜の普及プロジェクトへの参加を呼び掛け、参加希望校には、江戸東京野菜に関するチラシ

上にする方針を公表している（農林水産省令和三年三月第4次食育推進基本計画）。

僕は、小学校の食育の授業で、内藤とうがらしについて学んだ。内藤とうがらしとは、江戸時代に江戸の内藤新宿で育てられた唐辛子で、当時、江戸の町は、蕎麦が流行していたため、内藤とうがらしは薬味として重宝されていた。しかし、次第に、江戸では栽培農家がいなくなり、やがて絶滅した。そうしたところ、二〇一〇年に、特定非営利活動法人おいしい水大使館という市民グループが、内藤とうがらしの古い種を見つけ出し、その栽培に取り組み、二〇一六年には、江戸東京野菜に認定された。この市民グループは、内藤とうがらしを全国に広め、新宿の名物といったら内藤とうがらし、というイメージやポスターなどの作成、イベントの開催に協力してもらう。これらの活動によって、都民に江戸東京野菜を広めていくという考えだ。

また、江戸東京野菜を家庭の料理に使用してもらうためには、生産量を増やし、入手しやすくすることが必要である。現在、東京都心部には畑となる土地が少ないが、近年、建物の屋上や室内で、野菜の栽培が行われている。たとえば、JR東日本の恵比寿駅の屋上には、ソラドファーム恵比寿という貸し農園があり、ここでは野菜が栽培されている。また、株式会社伊東屋のビルの十一階ではレタスやルッコラなどの栽培が行われ、収穫された野菜は十二階のレストランに提供されている。これらの事例を参考に、建物の屋上や室内を活用すれば、東京都心部でも江戸東京野菜がより簡単に手に入るようになるのではないかと考える。

こうして、東京の食卓に江戸東京野菜を使った料理が登場するようになれば、江戸東京野菜の継承が期待できるだろう。

「捨てる」を変えるまちへ

東京が世界中の人々をひきつける理由の一つは、渋谷や秋葉原などの近代的な町並みと、浅草や歌舞伎座のような伝統的な建物という対照的なものが共存している点だと私は考えている。

東京の「食」の魅力も同様に、寿司や天ぷらなどの高級といわれる料理と、ラーメンや焼き鳥といった庶民的な食事の双方を味わえる点にあるだろう。

そんな「食」の魅力あふれる東京だが、毎朝通学路で見かける飲食店前の道路に並んだごみの量には目を見張る。調理過程で出る生ごみだけでなく食べ残しの廃棄も多く、カラスがゴミ袋を破る光景は日常的だ。

調べてみると、日本における食品ロスの年間総量は約六四三万トン、そのうち外食産業や小売業といった業者

からは約三五二万トン、家庭からは約二九一万トンにもなることが分かった。

日本だけでなくSDGs（持続可能な開発目標）でも世界的な目標となっているこの問題の解決に少しでも近づければ、東京の「食」の魅力はもつと高まるのではないだろうか。そしてそのために、私ができることはなんだろうか。私は身近な体験をヒントに、二つの案を考えしてみた。

一つ目の案は地域にコンポスターを導入することである。

私の通う中学校では地域の方々・保護者・生徒からボランティアが参加して「土」づくりプロジェクトという活動を行っている。給食の野菜くずや、近隣のお店から

頂くコーヒーかすなどをコンポスターに入れて混ぜ、土にしていく。言葉通り泥臭い作業なのだが、友人と一緒におしゃべりしながら、土いじりをするのが楽しくて参加している。できた良質な土は学校での野菜栽培や緑化活動に利用される。

これを、地域で設置してみてもどうだろうか。各家庭やお店で出た生ごみを集め、地域のボランティアで管理して土にし、また野菜や草花が育つ。自然の循環だけでなく、土を通して産まれる世代や職業を超えた循環つまり交流が生まれ、よりよいまちづくりにも役立つはずだ。

二つ目の案は幼い頃大好きだった「どうぞのいす」という絵本をヒントに思いついた「どうぞのいす」活動だ。

その絵本は、「どうぞのいす」と書いた立て札のそばにうさぎが置いた椅子を通して、動物たちの間で食べ物が取り換えられていくというお話である。同じように各家庭やお店で賞味期限の近い食品や規格外の食品等を「どうぞのいす」に置いておくのはどうだろう。ある人は店先に置かれた売り物としては規格外のトマトをサラダ用にともらっていく。ある人は個人宅の前に置かれた賞味

期限が近いパンを朝ごはんにと持ち帰る。直接互いが会うことがなくても、広がるのは絵本同様「どうぞ」という思いやりにあふれた、やさしい世界だ。

東京都で実施されているフードドライブやフードバンクもあるが、個人で参加しづらい点を解決する方法としても有効だと思う。

私達のまち東京は経済や政治の中心として栄え、多くの人々が活動する。だから「捨てる」食品も多い。けれど「捨てる」に少し工夫や思いやりが加われば、人や命を「つなぐ」に変えることができる。それは東京に今ある発展とは対照的で、食文化だけでなく都市としての魅力を増すことにつながるのではないだろうか。

まずは自分事として食品ロスのような問題を受け止め、改善のために考え、学校や地域の活動に参加することから始めていきたい。東京、日本、世界、そして未来を変えていくのは私達自身だから。