みらい新聞

今月のみらい新聞は東京都江東区在住の
ママサークル「ママリングス」が担当することになりました。

Fragaria×Ananassa（ふらがりあ×あなっさ）

東京都江東区亀戸7-12-19 TEL 03-6906- 9858

SWEETS SWEETS SWEETS

東京の下町、江東区亀戸にいちごだけを使ったケーキのお店があります。
今年で開店4年目を迎えるフラガリア＆アナナッサさん。
いちご、イチゴ、苺…。
可愛くて甘酸っぱい！
女の子の夢でできたお店です。
さて、店長さんはどんな人なのでしょう？
そして、夢を叶えるってどんなこと？

夢×好奇心

MOKA
江東区在住の中学1年生

私の夢はパティシエになることです。いちごのケーキのお店があると聞いて、気になる点をインタビューしました。

Q1．いちごの種類はどのくらいですか？

A．日本国内で約30種類以上あります。

Q2．ケーキによっていちごの種類は変えていますか？

A．ケーキによってほぼ毎日いちごの種類は変えています。同じケーキでも変えていちごを使うのマフィンやマシュマロ、ジャムなど全てに

Q3．いちごの旬以外の夏や秋などの季節はどうしていますか？

A．高価なので市場には出回りませんが、涼しい北海道産などを使います。国産にこだわっているので、輸入いちごは使いません。

Q4．ケーキの種類はどのくらいですか？

A．一年間で40種類程あります。ケーキ以外

☆ありがとうございました☆

店長さんってどんな人？次ページ

いちご のようなパティシェさんがいる
いちご のケーキ屋さん「フラガリア×アナナッサ」

なぜ いちご のケーキ屋さんに？

二人ともいちごが大好きなんです！
特に、パートナーのまりりんは学生時代に「いちごちゃん」というあだ名がつくくらいのいちご好き。
オープンした当時は、二人ともまだ２６歳。お店を持つにはちょっと若かったんです。よそのお店にはない強みも作りたかったんです。うちはいちごの専門店で、いちごを使ったケーキでは他には負けないものを作ろうという１つテーマを決めました。
いちごが苦手なお客様も時々いらっしゃいますが、赤ちゃんでも食べれると言ってもらえることが多いです。いちごが大好きなお客様がいらした時は本当に嬉しいです。

いちごは何種類くらいあるのですか？

いちごの種類はそれこそ沢山あって、年間通して３０種類くらい使います。ケーキは年間通じて４０種類ぐらいつくります。同じケーキでも季節によって使ういちごを変えたり、逆にこのケーキにはこのいちごじゃないと、、というものもあります。
日本でも１年で３０種類くらい新しい品種が毎年うまれています。
いちごを育てている方は皆さんすごくかわいがって育てています。いちごはとてもデリケートなフルーツなので。それをケーキにする時にはまた気持ちが違います。

いちごがない月はどうしているのですか？

実は、いちごがない月はないんです。
北海道、長野，ちょっと上の寒い東北地方のいちごを使っています。
真夏のいちごは夏という名前がついているんですよ。「なつみ」「サマープリンセス」とか。

ケーキ屋さんのお仕事をおしえてください。

朝８時からお店に入ります。１１時開店なので３時間でスポンジから焼いて１２種類のケーキを作ります。
ケーキのメニューは二人で考えています。
頭の中で季節と美味しい組み合わせを考えます。「いちご」と「パイナップル」を使ってみようかな？とか。
絵を描いてみたり、試しに作ってみたり、お互い別々に作ったのを相手に食べてもらって、「これはもう少し甘い方が良いかな？」とか話し合います。

小さい頃からケーキ屋さんになりたかったのですか？

両親が警察官だったので小さい頃は婦人警官になるのかなと思っていました。
お母さんがケーキを作ることがあったので、ケーキを作る道具が家にあったり、小学校の頃にお友達同士でケーキを作ることが流行ったりしましたが、ケーキ屋さんになりたいとは思っていませんでした。
高校を卒業する頃に将来の仕事として「面白そうだな」と改めて思ったのがきっかけです。
パートナーのまりりんは小学校の卒業文集では既に「ケーキ屋さんになりたい」と書いていたそうです。
小さい時の夢ではないですが、今はケーキ屋さんになれてとても楽しいです。

好きなものに囲まれているから楽しい

ケーキ屋さんの仕事は大変です。一日中立ちっぱなしで重いものを運んだり。
大好きないちごに囲まれているので本当に楽しいんです。
辛い気持ちも消してくれます。
好きなものを見つけるのはオススメです。

自分の夢を発信して

自分の夢を言葉にして周りの人に伝えることは大切だと思います。
周りの人に伝えることで夢への近道になると思います。
私たちがいちごの専門店を始めた時にも、
「お店をやりたいんだよー」と発信すると手伝ってあげるよ、とか、こうやったらと良いんだよー、とか、教えてくれる人がどんどん出てきたんです。
自分がなんとかになりたいなーと思ったら、それを一人で強く思い続けるのも大事だけれども、周りのいろんな人に伝えると、自分の味方ががどんどん増えていくその道が開けるのが早くなると思います。
私はどちらかというと不器用。でもなりたい、なりたいという気持ちと、なりたいんだよーと伝えたことで、いろんな人が助けてくれてお店を続けています。
最初は「ケーキ屋さんをやる」ってまわりの人に話すのは恥ずかしかったんです。人にいったら「ほんとに出来るの？」と言われたりするんじゃないかとおもっていました。
でも、言ってみたらまわりの人に沢山沢山助けてもらいました。
自分の夢を言葉にして発信することは、夢を叶える近道だと思います。
なりたいものを見つけたら言ったら良いかも。（笑）

大切な友達

友達はすごく大事だなあと思います。
周りにいる友達ってすっごく助けてくれるんです、卒業したあと、その先も。
友達は助けてもらう為にいるもんじゃないし、特に製菓学校の友達はみんなライバルでもあるけれど、今もすごく助けてくれる。
いろんなことを知って友達になるから新しく大人になってから会う人と全然違いますよね。
特に専門学校の時の後輩に言うんだけど、競いあっている友達がお店を開いた時にはすごい助っ人になるからって。今は学校の先生であっても、卒業してからはアドバイスをくれる人になったり。
人、大事ですね。助けてもらうことが本当に沢山あります。

伝えたいこと

「やっぱり好きなものを見つけてほしい」

自分が学校に行っていた時は、友達とけんかしたりテストがあったりやだなと思うこともすごくあったんです。
でも、そこで、好きだなと思ったこととか、好きな物を見つけてそれをもっと知りたいなと思ったら調べてみて、それが大人になってつながってくるんですね。
今見つけた好きなものを大事にしてもらいたいなあと思います。嫌なことが沢山あっても、すごく楽しいこともこれから沢山あるから。

SUMOU お相撲 SUMOU

江東区 朝日山部屋の力士 大広星さん・大天白さんにお話を伺いました

大広星　政浩（だいこうせい まさひろ）
広島県の出身。23歳
大広星の意味は広島の星になれ、という意味が込められている。
１５歳で東京に来て８年目。

大天白　能仁（だいてんぱく　よしひと）
愛知県名古屋市天白区の出身。23歳。天白は区の名前を背負っている。
１５歳で東京に来て８年6ヶ月。大広星さんとは半年違いの兄弟子。

江東区大島の朝日山部屋（※）に所属。

お相撲さんになろうと思ったきっかけは？
大広星）中学を卒業する時に、今の部屋に縁がある知り合いの方が居た。中学の時は陸上をやっていて今より全然細かった。
大天白）僕は自分から入りました。でも、僕も小1から中3までは野球をやっていました。子どもの頃はスポーツが好きで、卓球、サッカー、スイミングスクール、バスケット、スポーツというスポーツはかじりましたね。
最終的には相撲、実は一番なりたくなかった、やりたくなかった競技。（笑）
実はおじいちゃんが相撲が大好き。子どもの頃はおじいちゃんにつきあっていやいやテレビをみていました。でもだんだん面白くなってきて、、それがきっかけですね。

お相撲さんになるのにはどうしたら良いんですか？
大広星）スカウトもあるし、自分から入りたいという人もいます。中には相撲のことを全然知らないで入ってくる人もいますし。未経験、好きでもなかったという人もいます。
自分は相撲のことはまったく知らなかったです。
入ってからいろいろ、相撲部屋で過ごしながら知っていく感じです。
大天白）僕も知り合いに今の部屋に関係のある方がいてお願いしました。

陸上、野球と同じスポーツでも相撲とは随分違いますね。
大広星）陸上とは全然違いますね。陸上はとにかく「走る」ことが中心なので、体を鍛えあげる相撲とは違いますね。
入る時には体が細い人も大勢居ます。入ってからご飯を一杯食べて、鍛えて筋肉を作っていきます。筋肉がつけば体も大きくなります。
相撲取りはただ太っている、というのとは違うんです。筋肉がほとんど。筋肉の鎧をつけている、といえばわかりやすいかな。なので体脂肪率も高くないと思います。
注※：力士の体脂肪率は２０％以下。九重親方の現役時代の体脂肪率は１０％以下だったそうです。
大天白）他のスポーツとは違う。
とても厳しい、自分の中でもそういうイメージですね。イメージが甘かったかなと思うくらい厳しいです。覚えることも沢山ありますし、今でも覚えること、学ぶことが沢山あります。

相撲と東北

大天白）じつは、力士は東北が一番多いんです。青森は相撲の王国と呼ばれています。秋田、福島、岩手、宮城。朝日山部屋には東北の方は居ないんです。うちはもともと大阪相撲の名門なので、関西の方が多い。昔は大阪相撲と東京相撲に分かれていたんですよ。

どうしたらそんなに大きくなるんですか？
大広星）体を作るのには何年もかかります。毎日食べて鍛え続けることで体が出来てきます。少しづつ大きくなります。脂肪ではなく、筋肉をつけるんです。もちろん体質もあります。

お相撲さんの一日はどのような生活ですか？
大広星）朝は５時頃おきて稽古をします。稽古のあとはお風呂に入って体をきれいにして、それからご飯です。
そのあとは昼寝をしますが、実は寝るのも相撲取りにとっては仕事なんです。
ご飯を食べて寝ることによって体が作られるんですよ。
相撲取りの食事は一日２回です。１食で三合、４合は食べます。食べるようにも指導されます。間食は自由なので、お菓子は食べていいんですよ。（笑）

好きな食べ物はなんですか？
大広星）やっぱりちゃんこですね。

ちゃんこを家族や友達に作って振る舞うことはあるんですか？
大広星）自分はないですねー。
大天白）僕はあります。僕は実家が中華屋さんなんです。家族や親戚に振る舞ったりすることもありますよ。
ちゃんこはご飯が沢山食べれるような味付けなんです。あとは運動したあとで汗をかいているので塩分も濃いめなんです。
一般のちゃんこ屋さんのちゃんこは寄せ鍋みたいな味付けですが、相撲取りのちゃんこは濃い味付けでご飯が沢山食べられるように工夫されています。
いろいろな種類の味付けもあるんですよ、おいしいですよ！

大広星さんは相撲のことも知らなかったようですが、抵抗はなかったんですか？
大広星）抵抗はなかったです。入ってしまえば自然に慣れっていうのもあるし、いろいろ知って好きになっていくということもあります。

お相撲さんの世界はまた一般の世界とは随分違うような印象もありますね。
大広星）確かに相撲は一般の世界とまた全然違いますね。厳しさもすごくあるし、それでいて楽しいところももちろんあります。一般の人が思っている厳しいだけというわけでもなく、和やかな感じもあったり。
稽古中は皆ぴりぴりしますが、終わったらみんな仲良く和気あいあいとしている。
家族、そうですね、絆が深いです。辛いばっかりじゃなくて、皆仲間で助け合って楽しくやっているっていうのがあるからやっていけますね。
大天白）一番思い知らされたのは上下関係ですね。いきなり１５で入って、やっぱり離れている兄弟子は２０歳ぐらい年上の人も。上下関係は厳しいなと思いましたね。

子どもの頃の自分にどんな言葉をかけたい？
大広星）この世界に入って大人になったなあと思いますね。毎日本当に学ぶことが多いんです。子どもの時の自分には「もっとしっかりしてほしかった。（笑）。」

楽しみや人の輪を広げていく

大天白）でもね、楽しみもいろんなことがいっぱいありますよ。
例えば、クレソン（亀戸の大船渡支援の拠点）で出会った方々、そこで出来た友達とわいわい。ああいう楽しみがないとやっていけないです。兄弟子に食事につれいってもらったり。いろんな楽しいことが沢山あります。
もちろん苦しいことも沢山あります。でも、８割の苦しさの中に２割の楽しみがあればやっていけるなあと思っています。
その楽しみは「ご縁」も大切。クレソンさんとの出会いなんて完全にご縁ですよね。
クレソンのママと知り合って、江崎さん（大天白さん、大広星さんの友人でクレソンのお客様）と知り合って、今もこうして皆さんと。
縁があった時に輪を広げていくことが大事。
そこで終わりではなく。そこからまた知り合いの方、知り合いの知り合いの方へ。
楽しみも広がっていきます。

稽古も一生懸命、遊びも一生懸命

大天白）自分たちがよくいわれるのは、稽古も一生懸命やって遊びも一生懸命やりなさいって。何でも一生懸命になりなさい、といわれる。

一生懸命になれない時はどうしているんですか？

大天白）「我慢」ですね！
また良い時が来る、と思って耐えるしかない。自分で良い方向に持っていくしかないですね。どうにもならない時ってあるじゃないですか、あぁどうしたら良いのかな、って。
そんな時は「我慢」ですよね。
人間ってどうしても楽な方に行くじゃないですか。でも、また良い時が来ると思ってひたすら。
もちろん良いときもありますよ！
でも、嫌な時、スランプみたいな時もいっぱいありますしね。「どうしようかな」と悩んで、「悩んでもしょうがないな！」って、やんなきゃしょうがないですからね。（笑）
調子悪い時は稽古やって、遊ぶ時は遊んで、はっちゃける時ははっちゃけて、メリハリが大事です。

我慢し続けることで得るもの

大天白）そんじょそこらのことではへこたれなくなってきましたね。何があっても自分は焦らない、あんまりびっくりしない、受け入れられるんですよね、全部が。
先々週、実はこの相撲の道へのきっかけになってくれた祖父が亡くなったんです。その時もすんなり受け入れられました。
あぁ、いつかこういう時があるんだ、と。
もちろん、現役中には両親の死に目にも会えないと思っています、そういう人も何人もみてきているし、、。
多少のことではびっくりしない、驚かないですね。
覚悟が出来ているんですね。

東北の地震や自分の夢についての思い

大天白）ただ、地震は覚悟できることじゃないですけどね。自分が東北出身だったらわからないですけどね。想定できないことですし、だから地震には覚悟があるとは言えないけど
お相撲さんだけじゃなく、スポーツ選手ってそうなのかもしれないけど、「きっかけ」でいきなり出世することもあるんです。
自分の知っている仙台出身の力士は親戚が流されてなくなって、それをバネにがんばったのかいきなり出世しました。
人の死をきっかけにするというのはたとえが良くないですが、何か出世するにはきっかけがあるんですよね。

自分の中でもおじいちゃんの死がきっかけになっていると思います。
気持ちがね、おじいちゃんの為にという気持ちになるんです。
今までを考えると遅いですが、人って亡くなって有り難みがわかるというか。
生きているうちにテレビに出ている姿を見せたかったですね。
おじいちゃんが居なかったら相撲もみてないでしょうしね。
最初はいやいや見ていて、おじいちゃんはテレビ変えてくれないのかな、ってそのうち見ているうちに面白いなあ、って思い始めて。
本当に運命というか、自分で決めたことですしね、そう簡単には変えれないし、やめるなら皆に納得してもらいたいし。

努力はわかってくれる人がわかってくれれば良い

大天白）見る人は結果しか見ない、内容なんて見ないもんです。結果なんですよ。結果を出さないうちは人は見てくれない。
ただね、わかってくれる人がわかってくれれば良いんですよね、自分が努力しているっていうのはね。
両親はもちろんわかってくれているし、師匠や部屋の皆もわかってくれている。あぁ、あいつはちゃんとやっている、努力しているなって。そういう人達がわかってくれれば良いかなあって思っているんです。
あとは、（相撲を）見てくれる人達は結果を見ててくれればそれで良いかなって。
みんな考え方は違うと思いますが、一概にはいえないですけど。自分はそう考えていますね。

子どもの頃になりたかったものは、お花屋さん？ケーキ屋さん？お母さん？　野球選手？パイロット？
子ども達はどんな夢を持っているんだろう。これからどんな夢を紡いでいくんだろう
私はどんな夢を紡いできた？
ぼくの、わたしの夢をコラージュで白い紙に表現してみよう。

どんな夢が広がっているかな。。。。

みんな de つくりんぐ

みんなの「夢」はどんな夢？
子どもたちとママに、コラージュでそれぞれの夢の世界を表現してもらいました。

３月２５日@ママリングス
チャリティーイベント　みんな de つくりんぐ
講師：山崎那菜
アトリエ・カジュー主宰
多摩美術大学立体デザイン科卒業
プロジェクト結にて継続的に石巻市の子どもたちへの支援に関わる。

みんな de つくりんぐ

【インタビューゲスト】
「いちごのケーキ屋さん「フラガリア×アナナッサ」斉藤友佳里さん、澤口真利子さん
“大きな広島の星” 大広星 政浩さん・“名古屋天白区を背負う” 大天白　能仁さん
【インタビュアー】堀内百花・落合香代子
【カメラマン】小出真規子・加納さつき・落合辰巳
【アート指導】：山崎那菜（アトリエ・カジュー主宰　アトリエ・ムトト専属講師　プロジェクト結）
【編集】堀内光子・落合香代子・落合辰巳

その他、江東区の沢山の子ども達、お母様方、そしてボランティアの皆様
＊「フラガリア・アナナッサ」江東区亀戸7-12-19　ハイツ松田1F　06-6906-9858

編集後記

「みらい」で岩手の皆様にご挨拶をさせていただくことになりました。「岩手」が、わたしにとってみじかなところになって1年５ヶ月が経ちました。

まだ訪れたことの無い、岩手県釜石市。
知り合いすら居なかった岩手の方々と、この1年５ヶ月で沢山のご縁をいただきました。フィンランドから液体ミルクを送る活動をされていた日本人お母さん達から広がった海を越えたご縁は、また海を渡って釜石を経由し、ここ東京をまたつないでくださいました。フィンランドのお母さんたちとのつながりから、ご縁が輪になってつながっていっています。
「ママリングス」
おむつを1枚からでもいいから集めよう！という活動から始まった私たちの輪。ママたちの小さな支援の輪がつながっていったらいいな、という思いを込めて「ママリングス」と名付けた活動です。私たち、一人一人は小さな小さな輪です。
これからもママリングスをつないでいきたいなと思います。（落合）

壁新聞「みらい」第7号編集部　東京亀戸支局
編集長　ママリングス 落合香代子
平成24年８月発行