

私たちの住む四国の美郷。

吉野川から少し入った静かな里山、そこには「ありのまま」の自然があります。梅農家が多く、2月～3月になると梅の花で、里の山は覆われます。3月半ばになるとウグイスがあちこちで鳴き始め、灌木の芽吹きと桃や桜の花が見事な色のハーモニーを織り成します。4月には、高開の石積み、桃色の濃淡や白などの芝桜で彩られます。芝桜の咲く高開は、名前の通り、美郷でも高い場所にあり心地良い風が山間を渡っていきます。急な山肌を耕し、こつこつと石を組んで畑を作ってきた先人の苦労が偲ばれます。初夏になると、里のアチコチで蛍が乱舞します。お盆を過ぎると、青い宝石「スダチ」の収穫が始まり、スダチの収穫が終わればユズが少し色づいてきます。11月になると、山はモミジやツタの紅葉に覆われ、静かに冬を迎える準備に入ります。そんな自然の中で、私たちは梅やスダチを中心にユズ、茶、蕎麦、野菜を作っています。また、四季折々に表情を変える里山にはたくさんの山野草もあります。

今回、そんな地域の素材を活かした商品づくり、中美恵先生に教えていただいているマクロビオティックに基づいた料理メニューの開発、ヘルス・ツーリズムの体験メニュー作りに、取り組んでいます。単に、商品を買ってもらうのではなく、観光に来てもらうのではなく、私たち美郷の一人ひとりの思いや、こだわりを一緒に届けたい…。

健康・美容・暮らし・気持ちなど様々の面から人をやさしい気持ちにできたらいいなと思い、そのコンセプトを「キレイのさと 美郷」にしました。美郷の自然と、同じくらしい「キレイ」を伝えたい、そして感じてもらいたいです。

「キレイのさと 美郷」一同



「自然界はキレイなものしか作らない。」そのことを体感できる場所がここ四国の美郷です。

美郷にはじめてお邪魔したときの第一印象は「特別ではない素朴な田舎」でした。この場所を都会の人がどうやって理解していくのだろう…。そんな不安とともに美郷を案内してもらいました。そこで体験したのは作られた美しさではなく自然のままの美しさでした。山に囲まれたその環境で時間を過ごしていくうちに、毎日刺激にもまれて作られた環境で暮らしている私の体の緊張がほぐれ心もカラダもどんどん癒されていくことを感じることができました。「自然なままがいい」私の体がそう教えてくれたのです。

ここ美郷には自然と調和をとりながら生活をしていくために考えられた知恵や生活方法がぎっしりと詰まっています。自然の恵みに身をゆだねて生活されている美郷の人たちはどの方もお話をするだけで疲れた心を癒してくれる人たちばかりです。飾らずに心がきれいな人たちばかりなのです。天日干し、手作業だけで作り上げる梅干、美郷の土地柄を活かして出来上がった石積みの段々畑。無農薬で路地ものスダチやユズ。そして初夏には川が輝くほどの蛍の群れ。ここ美郷にあるものは自然界からの贈り物ばかりです。

この贈り物を体感していただくことで多くの人にキレイな心を手に入れてもらえるようにここで食べたものでカラダがキレイになってもらえるように、そしていつまでも自然の恵みを守っていくことをコンセプトとして今回「キレイのさと美郷」をプロデュースさせていただきました。日本がずっと昔から自然界にもらった美しい恵みを次世代に残したい。そんな願いを込めての企画です。ぜひ皆様もここ美郷に足を運んで自然のキレイを浴びてそして日本の美しい恵みを味わってみてください。



心と体を癒す料理研究家

中美恵

- KII (Kushi Institute International, Inc.) 認定マクロビオティッククッキングティーチャー
- 日本フードアナリスト協会学術委員
- KII 認定マクロビ® クッキングスクール校長
- 東京南青山プライベートサロン Mie's Room 主宰

美郷商工会

〒779-3504 徳島県吉野川市美郷字峠463-3 tel 0883-43-2505 fax 0883-43-2705
✉ tsci3100@tsci.or.jp http://ameblo.jp/shokokai-misato/



キレイのさと
misato