



海が大好きだから、  
冷たい冬の水も苦にならないの。

夜明けに朝刊を開いてまっさきに見るのは、潮の満ち干の時間と、今日の波のようすである。まるでサーファーの朝のようだが田中房子さんはボードには乗らない。岩に生える海苔、そしてモバ(さまざまな海藻)などの海の恵み「シーベジタブル」の収穫である。

時期は十二月の末から、年を越して二月ごろまで。いちばんの厳寒期だ。長靴、合羽の完全装備とはいえ、海の水は凍りつくように冷たいことだろう。

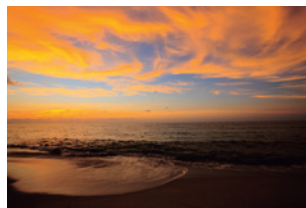
「わたし、海が好きだから、苦にならないの」。海のどこが好きかといえば、ずばり、「ところが大らかになるから」。

その大好きな冬の海に出て水平線を見渡し、磯の空気を大きく吸い込んでから岩に向かう。専用の道具で海から授かる恵みを念入りに収穫し、持参の笊(ざる)へ。きれいに洗ってから、小さく刻んで簀(す)に乗せ、天日で干す。こうして、磯の香りをたっぷり含んだ一枚ができてあがる。岩海苔もモバも、水溶性食物繊維をたっぷり含むだけでなく、ミネラルなど人のからだに欠かせない多くの栄養素のかたまりだ。島国の海の民が、遠く古代から愛してきた最高のヘルシー食品であることは、生産者自身が実証している。

「風邪を引くなんてこと、知らないの」

さぞかしたくさん召し上がるかと思えば、「いいえ、食べるより穫るのが好きなの」。そう、健康の秘訣は海の仕事なのである。

岩海苔生産者  
田中房子



ゆ  
う  
ゆ  
う、  
ゆ  
り  
は  
り  
ま