

料理研究家

藤野真紀子さん

国会議員の経験もお持ちで、料理研究家として活躍している藤野真紀子さん。ニューヨークやパリでのお菓子・料理の研究や、食の原点をふまえた食育への取り組み、TOKYO ZEROキャンペーンを中心とする動物保護活動などについてお聞きしました。

(聞き手・構成：佐藤 光子, 小峯 健介)



— お料理に興味を持たれたのはいつ頃からでしょうか。

小さいときから食べているというのがもう幸せだったんですよ。嫌なことがあっても、母が何かおいしいものを作ってくれればもうそれで全部帳消しになるというか。そもそもすごく食べるということが楽しみだったというのが基本にはあると思います。祖母もごちそうするのが大好きで、一緒に買い物に行くとものすごく、山ほど食材を買って、山ほど作って、もう食べなさいと。食べるということが好きだったし、親たちも私が食べるということを喜んでいたのね。

— ご自分で作るようになったのはいつ頃からでしょうか。

だんだん大きくなって小学生ぐらいになったら、今度は自分で作りたいと思うようになりました。人が作ったものじゃなくて、自分のこだわりで、パンの薄さとかサンドイッチの具の中身とか、それから小学校の4～5年ぐらいからチャーハンも全部自分で作るようになった。それからやっぱりすごく作りたかったのがフルーツケーキなんです。フルーツケーキとか、バナナブレッドとか、ホームステイしているアメリカ人の女の子がいるような家があって、そこでそういう焼き菓子があって、すごくそれが好きで、自分でも作りたいと思いました。作っても、最初はカチカチで、なかなかおいしくはできないんですけども、母がそのカチカチのケーキをおいしいって毎日、一生懸命薄くスライス

して食べてくれたんですよね。それがお菓子作りを好きになるきっかけだったと思います。

— お料理の作り方はどうやって覚えたのですか。

ご飯は母や祖母の料理しているのを台所で見るのが好きで、とにかくいつも台所において、ずっと見ていました。そのときは、まだ子供だから見ていただけでしたが、いつか自分がやりたいと思っていて。あとは本です。

それから中学、高校と、どっちかというとお菓子を作っていて、クッキーを作ったりしました。下手くそだったんだけど、それでもすごい楽しかったんですね。24歳で結婚して一番うれしかったのが、自分の台所が持てるということで、自分の城というか、台所ができたというのがうれしかったですね。大学のころはもうおけいこは全部お料理だったから、結婚して本当に実際に食べる人がいてというのがすごくうれしかったですね。ただ、料理研究家になった大きなきっかけは、もう完全に海外生活だと思っています。

— 海外生活でどのようなきっかけがあったのですか。

夫がニューヨークに赴任になったのですが、海外に行くと、これは日本に帰るとき、ただでは帰れないみたいな、せっかくこのチャンス、故郷に錦を飾らなきゃ(笑)みたいな気分だったわけです。私はやはり食べる

ことが好きだから、好きこそもの上手なれ、であり、継続の力ということで、ローズという先生にお菓子を習ったり、いろいろなパーティーをしたり、あとは食べ歩きとか、いろいろなことをしながらアメリカでできるだけ食べるということを経験しました。

— アメリカではパーティーは多かったんですか。

すごく多いですね。ホームパーティーというのが。そういうホームパーティーの場で私たち女性の活躍する場というのが結構多かったんです。

それから、逆に海外に出ると日本のよさ、妙におせちを作りたくなる。妙に白いご飯をちゃんと食べたくなるというのがあったので、そこでお重を持っていっておせちを作ったり、子供たちに、アメリカにいるからこそロブスターで、伊勢エビの代わりにね、お重の中に入れてたりとか、そういうことをやりましたよ。

— アメリカの方と交流していかがでしたか。

アメリカの女性の持っているエネルギーというのにすごい触発されて、何かやっぱり学ぶことをしたいと感じました。子育てってすごく大事なことなんですけど、地味なんですよ。でも仕事って、やっぱり社会というところで私個人が認められるという。若かったから、何かそういったところの安心感みたいなのがあったのかもしれないですね。そこで何かしようかなという。アメリカの女性は、すごいたくましいし、ものすごいエネルギーだし、歩き方ひとつ違ふし、もう胸の張り方ひとつ違ふし。今で言う肉食系女子ですネ（笑）。ステーキ食べて活力にして、私は絶対負けたくないみたいな気分になっちゃったの。

ただ、すぐに晴れの舞台に出たいと思ったわけじゃなくて、最終的に準備をしようと思ったんです。料理の勉強をして、きちんと自分のレシピを蓄積していくとか、そういった準備をしておこうと思ったんです。だから勉強して、そこできちんとため込んで自分の引き出しをたくさんつくっておいて、あるときが来たら、そこから私はもうその引き出しを開けて仕事ができる状態にしようと思っていたの。老後のライフスタイルプランでした。ところが、結構早い段階で引き出しを開けちゃったという感じですよ。

— 思ったより経験を生かすチャンスが早く来たのですか。

アメリカに行ったときは、ローズ・バレンボエムという先生の自宅でお菓子を習っていました。

ただやはり、私の引き出しがアメリカの時代は少なかったんですね。子供が小さかったので、まだそんなに、何かすぐにこれを使って仕事になるとも思っていなかったし、何をしたら仕事ができるかも分からない。思いもつかないから、わりとあいまいにしていたの。でも、アメリカから帰国して、アメリカのクッキーを出してくれという話が来まして、アーリーアメリカンの雑貨屋さんでクッキーやアップルパイを出すことになりました。そこから『LEE』だとか、『ELLE Japon』とかの取材が入ってきました。

その仕事 came ときに、やっぱり自分のキャパ、持っているものがあまりにも少ないということに気付いたんですね。それで、こんな自分の状態で、それから失敗もするし、経験も少ないし、これで仕事ができるんだろうかという疑問を持っていました。

— その後、パリに行かれたのですね。

そう思っているときに、パリに行くぞという話になったので、やったあみみたいな感じでパリに行って、今度はもう徹底的に勉強するという意気込みでした。

日本で編集者の人たちとお付き合いをしていると、やはり名刺代わりの学歴なり、キャリアなりというのは、お付き合いの入口では、効果的であるということを感じていて、リッツ・エスコフィエという料理学校に入って。ディプロマを取るということをしたんです。

フランスは、世界の食文化の最高峰ですから、もうありとあらゆるレストランから、マルシェから、いろいろなものを食べ尽くそうという意気込みで、食べる楽しみというのは本当に尽きませんでした。

— 帰国されてから、本格的にお料理研究者としての活動を始められたのですね。

帰国後、著書を出したのですが、その本に入っているアンケート用紙で「お教室ないんですか」という問い合わせが1,000通ぐらい来ちゃったんですね。それで、じゃあ、ということですぐにお料理教室、お菓子教室を始めましたね。

著書が立て続けに何冊か出まして、もう何十冊と出ましたけど、その一番最初、新人から上がっていくときが一番注目を浴びるときで、みんなが殺到して

くるときなんですね。

その後、ウエイティングの人たちも、生徒さんの数も落ち着いてきたころに、国会議員選挙の候補者となって、そこでひとつの節目といいますか、教室が縮小されたと思います。その中で、やはり何というのかな、料理研究者としてのエネルギーは少し下がってくると思うんですね。そして、国会議員となりましたが、一期で政界からは退きました。

自分の積んできたキャリアを世の中に生かすために、世の中に役に立てるためには議員でいるのか、料理研究者でいるのかであれば、圧倒的に料理研究者でいた方がお役には立てると思ったので退いたんですけども、法律とか政治というのは、実は私たちの生活とすごく密接な関係があって、その後、動物愛護の活動とか世の中を何とか変えたいというときに、4年間の政治の世界にいたという経験がものすごく生きてきているということは痛感します。

——国会議員をされていたときに動物愛護の活動に関心を持つようになったのですか。

そうです。私は本当に生まれたときから犬がいっぱい、鳥がいっぱいという生活で、動物はずっと好きでした。議員になったときに、やっぱり犬好きだったので環境委員会に所属しました。自然環境とか、動物の問題とか、生態系の問題というのは私はものすごく興味がありました。環境委員会の中の問題で、動物愛護というところで特化してやるようになったんですね。

そこで初めて動物愛護の世界に入っていくんですが、名古屋市の動物愛護センターの視察をして、初めて捨てられた犬と、それから野犬とを見て、人の理不尽さというのに憤りや疑問を感じました。かつて飼われていたであろう犬が一生懸命お手をするんですね。その子を、あと数時間後にガスで殺すというわけです。そのときに、そこにいた3匹を引き取ったというのが私が保護犬を引き取った始まりです。

本当にガスで殺されているんだというのと、捨てに来る人たちがいて、その捨てられた犬たちが全部殺されている。その諸外国との差や日本の動物福祉の意識の低さというのもそこで分かって、これはどうにかできないのかと。原因は何なのかとか、どうしたらこれが直せるのかとか。そこから動物愛護法の改正というところに入っていったんです。

——「TOKYO ZEROキャンペーン」という活動で代表理事をされているんですけど、立ち上げからずっとかかわっていらっしゃるんですね。

オリパラが東京で開催されるんだといったときに、世界に恥ずかしくない日本、世界に恥ずかしくない東京で、オリンピックを迎えたいというのがみんなの思いだと思うんですね。動物の命を尊ぶ国際都市東京というところを目指してほしいというのがあったので、「TOKYO」なんです。その意味で、1つの直近の目標というのができたんだと思うんです。

もっと知恵を使って工夫をして、犬猫の殺処分をしなくてもいいような日本をつくろうというロビー活動であったり、それから啓蒙をしようという。

「TOKYO ZEROキャンペーン」はネットを通して、いろいろなジャンル、いろいろな分野の人のオピニオンリーダーたちが声を上げることによって、そのジャンルごとにやはり人が付いてくるんだということで、いろいろなジャンルの著名人にお声掛けをいただくということで始まったんですね。

そしてネットでの署名活動をして、要望というものを政治の世界で具現化していくことをしまして、署名が10万人近く集まったので、今年の1月に環境大臣に一度提出しました。

——どのような内容の署名活動をされているのですか。

命を大事にするという動物福祉の精神をもっと広めるということと、それから幼齢の犬猫を8週齢まで展示販売してはいけないということの実現がなされていないので、前回の動物愛護法改正の際に積み残したものを、着実に次回の法改正の中で成立させていこうということ、それからあとはティアハイムの実現というのがあります。

——それはドイツの施設の発想ですよね。

今の日本の自治体が行っている愛護センターというのは、まさに処分をする場所であった。東京オリパラということになってから、動物福祉先進国のように殺処分をしないという方向に社会が変わってきています。変わってきていますけれども、愛護センターは、まさに処分をするところだったので、それを譲渡の方向の施設にしようという動きが出てきているんですね。とはいえ、温度差はまだまだで、地方によっては、改善

されていない状況もあり、問題です。

——動物愛護法の改正の予定や、2020年のオリパラがあったりという動きのなかで、目標をもって活動をされているということですね。

そうですね。だから本当にロビー活動が大事だと思うんですよね。4年間の議員生活というのは、効率の良いロビー活動の仕方とか、そういうことも含めて、私にとっては、とても大事な経験だったと思います。

——話は変わりますが、食育の活動もされていますね。

「味覚の一週間」というのが、フランスで27年されています。ジャンクフードとか食の安心安全が壊れていくので、きちんとした食の安心安全と、それから食文化の継承をしていこうという活動です。

私たち日本はフランスと一緒に共同で連携してやり始めて6年目になるんです。1週間イベントがあって、フランスの食育イベントですけど、何をやるかという、子供たちには出前授業をやるんです。甘い、酸っぱい、しょっぱい、苦い、うま味とこの5つの味を、五感を使って感じながら食べるということですね。

あとはイベントとしてデパートだとかレストランで展開して行って、一般の方たちにやっぱり味覚というものをもう1回確認していただいて、嗅覚を使ってみたり、目を使ってみたりして、五感をとぎすまして味わってみる感動にもう1回気付いてもらう。食を通した五感の目覚めですネ。日常の本当に当たり前の営みなんだけれども、すごく大事なことを、見直そうねということなんです。

——具体的にどんなことをされているのですか。

この1週間のイベントの中で、私たちが力を入れてやっているのが、子供たちに対しての味覚の授業です。生のごまをいってすり鉢でする。何が違うかという、香りが違うんです。子供はうわっと感動するんです。食べるということは命にかかわることなんです、食べるということは幸福感でもあるんですね。1年に1回でも2回でもいいので、おだしを削り節でキッチンで作ってみたり、それをやったときに、本物を味わう感動を、一生のうちに1回、子供たちに味わわせる。それは必ず脳に記憶されます。食で体験した幸福感や感動の記憶は、大人になった時にも、よみがえり、生きる勇

気につながります。日本の子供だったら、お母さんやおばあちゃんのおにぎり1個でも、人生をあきらめない力になるはずですよ。

本当に1つ、今日のごまだけをいって、すって、おひたしに、買ってきたんだけど掛けましょうと。たった一手間でいいんですね。この労をいとわない一時間が、愛情なんですよ。

たぶんどんなに忙しいお母様でも、子供が喜ぶことはしたいはずなんですよ。食べるということは実はすごく感動があって、その感動は生きたい、生きようというそういった力も持っているという、そこを自分で体験してほしいのです。

本当にそのときに子供たちがエキサイティングに、活気にあふれてくる、目が輝いてくるという、それをどこかで大人になったときに覚えていて、自分が家庭を持ったときに思い出すでもいいし、ずっと忙しくてコンビニのお弁当を1カ月食べ続けたときに、ふっと思い出して、そうみたいなきがあるかもしれない。そういったことをこういった活動を通してやれたらいいかなと思っています。

——最後に、弁護士会や弁護士に何か期待することとかありましたら教えてください。

弁護士さんは、法律のプロということなので、いろんなトラブルがあったときに、救済のルートを探してくれる人たちだと思います。

動物愛護法の改正のときも、法律のプロの方に入っていただくことによって、より確実な国の法律の体系ができていこうと思っています。そういった意味で、ぜひご協力をしていただきたいと思っています。社会の小さな声やもの言えぬ命などにも光を当てていただける存在であってほしいと思っています。

プロフィール ふじの・まきこ

料理研究家。元衆議院議員。夫の赴任にともないニューヨーク、パリに居住し、パリではエコール・リッツ・エスコフィエでお菓子和料理のディプロマを取得する。帰国後、お菓子と料理の教室「マキコフーズ・ステュディオ」を主宰。「フランスの素朴なお菓子」など著書多数。フランスの食文化を日本に伝える活動をしているほか、食を通じて豊かな心を育てる「食育」にも力を入れている。オリンピックが東京で開催される2020年までに、まずは東京から殺処分対象となる犬猫の数をゼロにしていこうを目指す活動であるTOKYO ZEROキャンペーンの代表理事も務める。