



明日もいち日、ぶじ日記  
高山なおみ

2学期が始まって1ヵ月。涼しい日も増えてきましたが、体調を崩したりはしていませんか？  
9月19日にNHKで放送された「高山なおみの神戸だより 海の見える小さな台所から 六度目の夏」という番組を見ました。高山さんは6年前に東京から六甲に移住されています。朝起きて、山を見ながらヨーグルトと果物（その日はスイカとメロン）を食べ、パンをフライパンで焼き、たっぷりのバターを塗る。紅茶を淹れ、仕事。お昼頃になったら冷蔵庫の中身と相談、何を作るか考えた結果、ロシアっぽい炒めご飯が完成。そのあとは近くの川で涼む。帰宅後、明日の朝食べるスイカの下ごしらえ。日が落ち始めたら、暗くなるまでお裁縫をする。出来上がったワンピースを着て屋上へ。グレープフルーツジュースとビールでカクテルをつくって飲む。撮影は8月上旬、思い返せば暑い日であったはずなのに、映像からは涼しげな雰囲気か漂っていました。部屋の大きな窓から見える海と空、屋上から見下ろす神戸の街。私たちはこんなに穏やかな素敵な場所に住んでいたのだ、とカメラを通して気づかされたのでした。カメラマンは濱田英明さん。淡路島出身で、『おちよやん』のメインビジュアルや、いきものがかりの最新アーティスト写真などを手がけられています。図書館に所蔵している『明日もいち日、ぶじ日記』は2011年から2012年にかけてを綴ったもの。東日本大震災のあの日、どのようにすごしていたか。お友達で歌手の原田郁子さんが「直接顔をあわせて話し合える場所が必要」と企画した対談の会。コロナ禍のいま、1番難しいことだなと思いながら読みました。技術の発達により、オンライン上で顔を見ながら話せても、やっぱり直接会いたいもの。10年前とは違うしんどさのなかで生活している、と思いました。そんな日々のなかで料理の描写が出てくると、文字から美味しそうなのが伝わってきて、どんな味なんだろう、どんな香りでどんな盛りつけなんだろう、とページをめくる手を止めて想像してしまいます。

日々いろんなことがある、ということを目録を覗かせてもらうことで思い出した気がします。いつ何があったかということだけでなく、その時どう感じたとか、印象に残った誰かの言葉とか、書き残しておかないと忘れてしまうようなこと。その積み重ねが生活なんだなと思います。

高山さんは毎朝同じものを食べる、とおっしゃっていました。景色や自分の体、気持ちが変わっていくことがよくわかるそうです。私たちもなんとなく忙しい、たいして代わり映えのない、でも同じではない毎日をすごしています。きっと東京とは違う時間が流れている神戸。それを感じながら、もう少し風景や出来事に目を向けてみたいなあと思いました。高山さんは現在もWEB上で日記を更新されています。

高山なおみ

1958年、静岡県生まれ、神戸在住。料理家、文筆家。著書に『料理＝高山なおみ』『帰ってきた日々ごはん1～7』『本と体』など多数。近年は、『どもるどだっく』『それから それから』など、絵本制作も精力的におこなっている。2021年4月より、神戸新聞朝刊に「毎日のことごとく」掲載中。

