

ひな祭りは春の始まり！

「灯をつけましょ、ぼんぼりに〜♪」お雛様の頃、このEDELWEISS 3月号が皆様のお手元に届くと思います。

この素晴らしい7段飾りの雛人形は、日本人学校に飾られています。以前、子供達を日本人学校補修校に連れて行っていた頃、これを眺めながら日本に想いを馳せたものです。こんな学校に通えるのって、幸せですね！日本人学校の先生のご厚意で、私達のEDELWEISSにも登場してもらいました！

3月3日の桃の節句、「日本人の食と祈り」の研究者、勢メゆかさんによると、「(旧暦では)新緑の美しい頃、水辺に出かけて青葉踏みをする禊始め」がひな祭りになったといえます。自然が美しいスイスに住んでいる私達は、ひな祭りをきっかけに自然の中に歩き出してみませんか？(食と祈りのアーティスト勢メゆかさんによる「日本人の食と祈り」講演はZoomで、基本的には毎月第2月曜日スイス時間の11時から開催されています。主催しているコミュニティ「住所地球えん」のメルマガに登録すると、優待参加できます。)



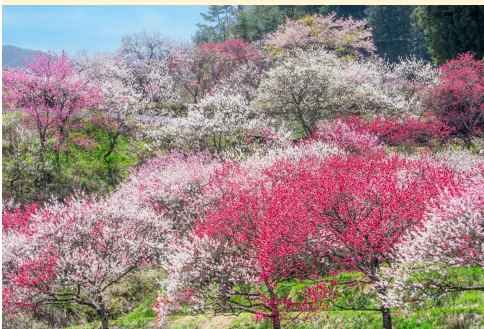
そんな春を目前に、世界スキー選手権大会男子大回転ではオーダーマツが金、メイヤードが銀メダルを獲得、世界スノーボード選手権大会女子パラレル回転でもゾックが金、ジェニーが銀のダブル入賞と、スイスのウィンタースポーツも華やかです。今年は雪が重くなるのが早いような・・・春スキーでは皆様お気をつけて！



3.März Puppenfest!

2023年度の会費納入のお願い

当該EDELWEISSの発行を含め、イベント等、会の活動費は皆様の年会費から捻出されています。今年度分をお納めでない会員の方がまだいらっしゃいますので、できるだけ速やかに振込みいただきますようお願いいたします。今号もイベントが目白押しに告知されています。皆様にお目にかかれるのを楽しみにしております！



- ◆ 巻頭文 『自然と共に生きる日本の行くべき道』 青砥 玄
- ◆ 私のイチオシ、シェアします！ Vol.32
『私のふるさと、バンクーバー』 ドレ ゆきこさん
- ◆ ホイツアメ 「片想い連帯感」長坂 道子
- ◆ 我々の食べ物はどこから来たのか？
第6回 牛乳とラクトース 清水 健太郎
- ◆ KETTE Vol.165 市居 美帆さん (Kloten在住)

巻頭文 自然とともに生きる 日本の行くべき道

青砥 玄(会長)

ドイツの宰相ビスマルクは、「その国の未来を知りたいければ、その国の青年を見よ!」と言ったといわれています。現在の日本の若者を見た時に、私たちはどのような未来を知ることが出来るのでしょうか?

内閣府による2018年度の「我が国と諸外国の若者の意識に関する調査」によれば、「自分の将来は明るいと思いますか」という設問に、「明るい」「どちらかといえば明るい」と答えた日本の若者はわずか30.9%。それに比べて諸外国の数字は、アメリカ67.6%、スウェーデン62.0%、ドイツ60.7%、イギリス56.7%、そして韓国41.0%となっています。

若者たちが未来に希望を持っていないという事は、国家にとっては重大問題です。人生100年といわれる時代に、若者たちが希望を持っていないまま、これからの長い人生を歩まねばならないというのは誠に残酷なことです。国家としても幸福な国づくりを進めるには、若者の志がその原動力であり、希望を持っていない若者は志も持たず、「今だけ・カネだけ・自分だけ」といった風潮の現れとなっていると思います。

このような「希望のなさ」はどこから来たのか、どうしたら若者が未来に希望を持ち、生きがいを持って自分の人生を歩むことが出来るようになるのかを皆様と共に考えてみたいと思います。

そこでご紹介したいのが、伊勢雅臣氏著の『この国の希望のかたち・新日本文明の可能性』です。氏はその本の結論として、現代日本の問題の根本原因は、日本が「近代物質文明」の「悪しき優等生」となってしまったことであると指摘し、その現状を脱皮して、最新の科学技術と先人たちの智慧を融合した新しい文明を作らなければならないと叫ばれています。日本が近代物質文明の「悪しき優等生」となったとの表現は、まさに的を得た指摘だと思えます。その結果、首都への人口集中が先進国で最悪となり、第一次産業はあと20年で消滅の危機に直面しています。もはや明治以来の西洋文明追従は限界にきているという指摘にも大いに賛同いたしました。伊勢氏は、日本はこれから科学技術の成果を踏まえつつ、縄文以来の日本が培ってきたその特性に根ざした持続可能な発展のあり方を具体的に提示されています。

かつての庶民の幸福な光景

現代日本の「希望のなさ」はどこから来るのか?そのヒントを求める為に、近代物質文明を取り入れる前の日本人の生活を振り返り、現在と比較してみましょう。幸い幕末から明治初年にかけて多くの西洋人が日本にやってきて、日本人の暮らしぶりについて様々な記録を残してくれています。例えば、明治初年(1868年)の庶民の生活ぶりを、米国の女性旅行家イライザ・シッドモアが、ある漁村の光景として活き活きと次のように描写しています。

日の輝く春の朝、大人は男も女も、子供らまで加わって海藻を採集し、砂浜に広げて干

す。…漁師のむすめたちが脛(すね)を丸出しにして浜辺を歩き回る。藍色の木綿の布きれをあねさんかぶりにし、背中に籠をしょっている。子供らは泡立つ白波に立ち向ったりして戯れ、幼児は砂の上で楽しそうにころげ回る。…婦人たちは海藻の山を選別したり、ぬれずみになったご亭主に時々、ご馳走を差し入れる。あたたかいお茶とご飯。そしておかずは細かにむした魚である。こうした光景すべてが陽気で美しい。だれもかれも心浮き浮きとうれしそうだ。…(渡辺京二『逝きし世の面影』平凡社)

幕末に来日した米国の初代駐日公使タウンゼント・ハリスも、同様に庶民の幸福な暮らしぶりを見て、「私は時として、日本を開国して外国の影響を受けさせることが、果してこの人々の普遍的な幸福を増進する所以であるかどうか、疑わしくなる」と日記に記しています。

現代日本が失った共同体の和、自然との和

この海岸の光景には、現代日本からは失われたものが二つ見てとれると伊勢氏は言います。第一が共同体の和、第二が自然との和です。

第一の共同体の和とは、家族や地域の中での暮らしぶりとして、この光景から明らかです。家族と地域で支え合って生活していく。そのような共同体の中での和が、幕末までの日本社会には豊かにあったのです。現代の若者が派遣労働者として低賃金で働き明日の収入にも不安を抱え、結婚もできずに寂しくワンルームマンションに住み、一人でコンビニ弁当を食べ、職場では友達づきあひも乏しく、短期目標のストレスばかり受けている、こういう暮らしでは他者との豊かな繋がりなど到底期待できません。

進化人類学では人間は群生生物であり、群れの中で暮らしてきた生物として進化したことを示しています。そして群れの中で和を維持するために、人間は他者への思いやりを本能として発達させました。すなわち人間が生きがいを持って幸福に暮らすには、共同体の中で支え合って生きていくことが不可欠なのです。

前述の漁村の光景にあって、現代日本からは失われた第二の忘れ物は、当時の人々が当然としていた自然との和です。人々は自然の中に生かされ、自然に感謝し、自然を畏れ敬って生きています。共同体自体が、自然の一部として生かされていたのです。

スイスに在住する私としては、スイス社会がまだこの二点を完全には失っていない姿を見るにつけ、彼らの生活の質の高さに憧れさえ感じることがあります。

近代物質文明の両輪、グローバル化と都市化

近代物質文明の両輪は、グローバル化と都市化だと伊勢氏は指摘しています。

例えばグローバル化の指標としてエネルギー自給率を見ると、日本はわずか9.6%と、OECD加盟36カ国の中34位。麦や米などの

穀物の自給率では、日本は24%。イギリス87%、イタリア82%と欧州の平均的な国と比較しても段違いに低いのが実情です。価格さえ安ければエネルギーでも食料でも輸入に頼れば良いという、グローバル化の最先端を現代日本は突っ走っています。そのしわ寄せを受けて、国内の農林水産業は衰退し、このまま従事者の減少が続けば20年ほどで消滅してしまうとの試算もあるのです。

都市化に関しても「主要都市圏の人口が国全体の人口に占める割合」を見ると、東京圏の28.8%に対し、パリ18.2%、ロンドン13.4%、ニューヨーク7.4%、ベルリン4.3%です。

行き過ぎた都市化によって、若者が出て行ってしまった地方では、高齢化、過疎化が進み、地域の共同体はますます崩壊しつつあります。

近代物質文明の行き詰まりがもたらした多くの問題

前述の極端に低い食料自給率やエネルギー自給率は、安全保障上の大きな問題です。東シナ海で何かがあれば、日本はすぐに深刻な食糧危機、エネルギー危機に見舞われます。しかしながら、どれだけその危機感が日本国内で共有されているのかは大いに疑問です。

エネルギーに関しても、自然エネルギーとして太陽光発電が強く推進されているようですが、日本の国土への適合性を先ず考えるべきだと思います。太陽光発電は土地も広く、年間日射量も多い地域により適合したシステムです。日本は平地が少ない上に雨が雪に覆われる地域も多くあります。しかも頻繁に台風が襲われて太陽光パネルが吹き飛ばされ深刻な土壌汚染につながる可能性も否定できず、メガソーラーに起因する保水力低下に伴う洪水や地滑りといった二次災害も危惧されます。一度美しい日本の自然が破壊されソーラーパネルで覆われてしまうと後戻りできませぬし、また島国ですので電力変動を欧州のように他国との電力融通で補えない日本列島には不適合です。それよりも、急峻な山地に大量の雨が降り注ぐ日本列島においては、スイスのように水力が最適な自然エネルギー源の一つになり得ると思われます。一例をあげれば、発電ダムを新たに作るのではなく、全国にすでに二万箇所ほどある砂防ダムなどに発電施設を設置すれば、3500万人分の電力が得られるとの試算もあります。アメリカやヨーロッパでやっているからといって盲目的に良いと信じる必要はなく、日本に最適化したシステムを考えるべきであり、それが本当の意味での科学技術立国への道に通じる気がいたします。

我々の先人達は豊かな日本列島の自然の恵みを十二分に活用して、自然の中で暮らしてきました。我々も最新の科学技術を使いながら自然との和に包まれた生活を取り戻すべきでしょう。

このように、様々な問題を見つめてゆくと、幕末のタウンゼント・ハリスの憂慮はまさに的中したことになります。日本人が歴史的に築き上げてきた伝統の軸を先ず取り戻し、日本の造り変える力を総動員しながら、日本独自の希望のかたちを構築してゆくべきと強く感じる次第です。

ご意見・ご質問は青砥まで
gen.aoto@toyota.ch



STADT, BERG ODER INSEL?
私のイチオシ、シェアします!

私のふるさと、バンクーバー
ドレ ゆきこ

2021年にチューリッヒに移住するまで、私はカナダに住んでいたのですが、今日は私のカナダ生活のほとんどを過ごした、西海岸のバンクーバー周辺地域についてざっとお話しします。ブリティッシュコロンビア(British Columbia *以下BC)州最大の都市バンクーバーは、チューリッヒと並び、世界で最も住みやすい都市の上位に選ばれる常連です。温暖な気候、美しい山と海、治安の良さ、多様性を重んじ移民や難民に優しい懐の深さ...などなど、良いところが数え切れません。アジア系移民が多いため、食文化の面でも非常に恵まれています。昨年の市長選では、初めてアジア系のKen Sim氏が当選しました。



春夏

バンクーバーには1930年代に日本から500本の桜の木が寄贈されたこともあり、あちこちの公園でソメイヨシノなどの馴染みの深い桜の木の下でお花見を楽しむことができます。日本同様、桜の季節はバンクーバー市民にとって、とても愛着のある季節になっています。この季節にバンクーバーを訪れるのでしたら

Queen Elizabeth ParkとVan Dusen Parkをお勧めしますが、住宅街を歩いていても桜並木があちこちにありまますので、ぶらりとお散歩してみてください。

雨季が長いせいか、夏はアウトドアで楽しむという活気で満ち溢れます。5~9月はファーマーズマーケットで野菜や果物を生産者から直接買うことができますし、市内や周辺地域のビーチやキャンプ場も大賑わいになります。バンクーバー市を見下ろす3つの山(サイプレス、グラウス、シーモア山)の他、バンクーバー市とバンクーバー島(州都のビクトリア市はこの島に位置します)の間にある島々(Gulf Islands)、オカナガン地方(近年では国際的な賞も獲得するようになったワイン産地)、ウイスラー周辺(2010年オリンピックの中心地)などがお勧めですが、時間に余裕のある場合はBC州北部へも是非足を運んでみてください。



インサイドパッセージやハイダグワイ島などでは、バンクーバーとは全く異なる手付かずの大自然と先住民文化に触れることができます。

そうそう、5月は年に一度のBCボタムエビ(Spot Prawn) シーズンです。大型で独特の甘みを持つ地元名産のエビは、この季節にしか味わえませんが、5~6月に訪問される方は是非! レストランでも味わえますが、グランビルアイランドやステイプストンの棧橋で、漁師さんから直接購入して生で食べるのがたまりません。

秋冬

10月中旬頃から長い雨季に入りますが、この季節にはカナダの国旗にもある赤く紅葉した楓(メープル)の葉が鮮やかです。赤い絨毯になっているところもありますから、滑らないように気をつけて。



スイス同様、冬はウィンタースポーツの季節です。前述のバンクーバー近郊の山々なら、短時間でグレンデに行けますので、仕事の後にスキーを楽しむ人も多いです(お勧めはサイプレス山)。これらのスキー場の醍醐味は、何といても海を見下ろして滑ってこられることです。青い海に浮かぶ島々に向かって滑り下りる爽快感は、他のスキー場ではなかなか味わえません。そして、カナダと言えばアイスホッケー。地元バンクーバー・カナックスのホームリンクであるロジャース・アリーナでの本場NHL(National Hockey League)の試合は、ホッケー好きでなくても十分楽しめるはず。市内のコミュニティセンターにはアイスリンクを併設しているところが多いので、スケート好きの方は訪れてみてください。スケート靴もレンタルできます。

悲しい歴史

この素晴らしい国にも暗い歴史があります。先住民の人はヨーロッパ人が入植してきて以来、ずっと差別迫害されてきました。特にレジデンシャルスクールについてはスイスでも報道されていますが、先住民の子供たちが組織的に家族から引き離され、虐待され、その多くが家族に会えないまま命を落としました。また、BC州に住む日系人は真珠湾攻撃の後財産を没収され、強制的に内陸の収容施設へ送られました。戦後も自分たちの家へ戻れなかった人も多く、長い間大変なご苦労をされました。今のモダンなバンクーバーそしてカナダは、そうした人々の痛みの上に成り立っています。カナダに行かれたら、先住民の方々や、高齢の日系人の方々や触れ合う機会があると思います。そんな時は、彼らが経験してきたことに思いをさせ、リスペクトの気持ちで接してくださいね。

GlobAS Relocations Europe GmbH

スイスからのお引越は、グローバス・リロケーションにお任せを! 海外・国内及び欧州内引越しサービス、譲渡/転売品の市内輸送、処分品廃棄等の関連付帯サービスも承っております。ご成約特典として空港宅配無料クーポン、JAL・ANAマイル積算サービスのご用意がございます。詳しくはお問い合わせ下さい!

Email: zurich@globas-relo.com

HP: http://www.globas-relo.com

Tel: +49(0)89-189-386-21 (日本語直通) 担当: 三嶋



【大使館からのお知らせ】

- (1) 領事出張サービス予定なし
- (2) 領事窓口のご利用における予約制継続

領事窓口は予約制となっております。なお、日本国籍留保の必要な出生届に関し、法定の届出期間(誕生日から3か月以内)に間に合わない可能性がある場合には、至急お電話でご相談ください。

- (3) JCZ新年会に新大使ご夫妻が参加

1月29日にヒルトンホテル・エアポートで開催された新大使ご夫妻が参加されました。特命全権大使スイス国兼リヒテンシュタイン国駐劄(ちゅうさつ)は当会JCZの名誉会長でもあります。その際の写真は他3団体と共に大使館HPに掲載されています。



こちらのQRコードをスキャンして該当ページへ。

Hoi zäme

ホイツァメ

言葉に寄り添う居場所探し

12

片思い連帯感

長坂 道子

エッセイスト@スイスドイツ語勉強中



この年末年始、久しぶりに日本へ行った（「帰った」という感覚はもう長らくないので敢えてこう書きます）。当初予約していたスカンジナビア航空便がなぜか全便キャンセルになり、向こうから代案としてあてがわれたのがルフトハンザ。はいはい、それで結構、とフランクフルト経由便を利用することになった。

「え、魔のフランクフルト？え、トランジット一時間半？絶対荷物なくなるよ」と数人の友人から立て続けに脅されたため、スイスからの便を一本早めた結果、待ち時間四時間。空港は大きいし、人は多いし、コロナ明けの身にはなかなか気疲れするところだが、もっとも緊張を強いられるのは、実は他でもない、かの国のドイツ語だ。

スイス在住が長引けば長引くほど、ここでの暮らしに慣れれば慣れるほど、ドイツは緊張する国になる。カフェに腰を下ろしてやれやれ、というところできなりやってくる「Was darf es sein?」。それはスイスに慣れ親しんだ耳にはあまりに大げさで哲学的に聞こえる。学生時代に習ったヘーゲルの哲学用語 Dasein、生涯最後に作曲した弦楽四重奏曲の自筆楽譜にベートーヴェンがメモ書きした有名で意味深な Es muss

sein! を連想してしまうような格調高い響き。たかが注文一つ取るのにこの言い方なのか、と面食らう。

ちなみにそこに存在しているだけで敵かなオーラを放つ sein という音。だがこれのスイスドイツ語は si。ひょうひょうとしていて全然哲学的に聞こえない（笑）。例のベートーヴェンの書き込みは S muess si となり、実に牧歌的だ。

さて、空港での長い待ち時間を経てようやく機内へ。だが搭乗後も機内アナウンスや CA さんたちの早口で「頭良さそう」なドイツ語に、やはり少しだけ緊張してしまう。「機内でゆっくりお過ごしください」という文脈で彼らが多用する Aufenthalt、こちらはつい、移民の滞在許可証（B とか C とか F とかの、あれですね）の意味の方を連想してしまって、あまりゆっくりくつろげない気分。スイス航空ならこんなとき、「どうぞ、eine angenehme Zeit を」とかなんとか言うのではなかったか（それならくつろげそうだ）。

離陸後もなかなか肩の力が抜けないまま、搭乗前に見かけたたくさんの母子連れの姿を思い出していた。その様子から、現地で家庭を持ち、お正月休みに子供を連れて帰国する人たちの、とう

かがい知れた。コロナ騒ぎでしばらくぶりなのかもしれない。長いフライトで子供が退屈しないように、騒いだり泣いたりしないように、お菓子やおもちゃを大量に持参しての旅。かつての自分も、そうやって世界のあちこちと日本とを往復したものだだったな、懐かしさで胸一杯になった。

様々な理由で降り立った土地で、皆それぞれが土地の言葉や習慣を身につけ、仕事に励んだり、そこにある素材でご飯を作ったり、子供を叱ったり抱っこしたりしながらなんとか生きています。あの若いお母さんたちは、私たちスイス在住組のそれよりもっと早口で厳しい響きのドイツ語を懸命に身につけてきたのだろう。それでも私たちには意思の疎通を叶えてくれる共通言語が少なくとも二つはある。そんなことが少しばかり嬉しく、お互い頑張りましょうね、とルフトハンザの座席から一方的にエールを送った。先方にはこちらのドイツ語は随分間延びして聞こえることだろうけれど。

※ ホイツァメ/ Hoi zäme Hallo, zusammen は「みなさん、こんにちは」という意味のスイスドイツ語表現

NINJA NOODLE

従業員特典あり!!

店舗移転につきスタッフ大募集!

★ホールスタッフ (パート)

1日に3~4時間程度でも大丈夫です(時間相談可)

★キッチンスタッフ (正社員)

ラーメンが好きな方、料理する事が好きな方、調理師優遇

当店では新たに製麺機、軟水機、スチームコンベクションオーブンを導入し、麺、日本式のスープ、カエシ、トッピングの全ての工程を自家製で提供する事が可能になりました!

ラーメンが好きで一からラーメン作りを勉強したい方、将来麺業で起業を考えている方、私達と一緒に働きませんか? 独立希望の方は全力でサポートします!

《連絡先》 Email: heyoshi1979@gmail.com

HP: <http://www.ninjanoodle1010.com>

Tel: 055 212 53 41 担当: 橘

BULLETIN BOARD

竹下数雄テノールリサイタル

日時: 3月26日(日)

15:00 ~ 16:30

Zunfthaus zur Waag

Münsterhof 8, 8001 Zürich

044 216 99 66

www.zunfthaus-zur-waag.ch

竹下 数雄

東日本大震災チャリティーコンサート「絆」Sushi Nacht

日程: 3月11日(土)

Bruder Klaus Zürich教会

Milchbuckstrasse 73, 8057

17:30 礼拝

18:30 コンサート

21:00 アペロ

放射能問題支援対策室「いずみ」への募金活動で、2012年

より続けてきましたが今回最後となります。バラエティー豊富なプログラムのコンサート。ポツィーニ 直美

ヴァイオリン教室

きれいな音を出すことを目指す初級から、色々な曲に挑戦する中級上級まで。講師宅のWallisellenで、もしくは出張でヴァイオリンの個人レッスンをいたします。子供用のヴァイオリンのご用意がありますので、お気軽に体験レッス

ンにお申し込みください。
makiko424
abe@gmail.com
阿部 牧子



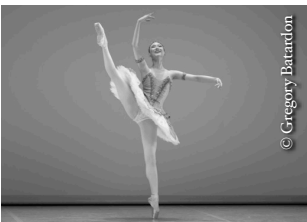
MAKIKO_VIOLINLESSON

去る1月29日から2月5日、若手バレエダンサーの登竜門として名高い「ローザンヌ国際バレエコンクール」が開催された。今年には50周年記念大会(昨年の予定が延期された)とあって、11位入賞者まで奨学金が支給されるので(例年は7位若しくは8位まで)、決勝には通常より2名多い22人が選出された。日本人も13名参加、内4名が決勝に進んだ。

中でも私が注目したのは、最年少の宮崎圭介さん(15歳0ヶ月)だ。1年前にチューリヒ芸術大学附属のバレエスクールTanz Akademie Zürich(TAZ)に短期留学し、当時の校長先生からもその資質を絶賛されていた彼は、普段はおっとりして、ご飯粒が頬に付いていても気が付かずに、そのままニコニコと食べ続けているような男の子なのだが、踊り出すと集中力がものすごい。そして連写した写真の、どの瞬間も美しいのだ!

決勝では、白鳥の湖のジークフリート王子のバリエーションで気品あふれる踊りを披露。9頭身のスタイルと優しい笑顔で、王子様役がまさにピッタリだ。と思いきや、コンテンポラリーでは、15歳とは思えぬ鍛え上げられた肉体で、情緒たっぷりな演技を見せ、見事8位入賞!

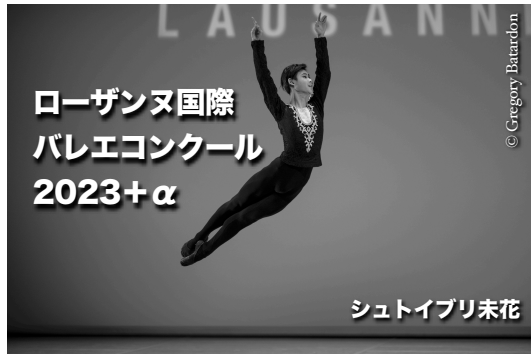
決勝後、「本番ではかなり緊張してしまい、少し踊りが硬くなってしまった。セレクション(決勝進出者を決める予選。決勝の前日に行われる)の方がリラックスして踊れた」と話してくれた。Prix de LausanneのYoutube公式チャンネルに、両方ともアップされているので、ぜひご覧いただきたい。



もう一人、私が応援していたのが、TAZ在籍中の田辺陽奏さん(18)だ。昨年度2位入賞を果たした田中月乃さんのクラスメートで、柔らかな雰囲気を持ち味。順調に決勝に進み、伸び伸びとガムザッティのバリエーションを踊りきった。惜しくも

入賞は逃したが、コンテンポラリーも素晴らしかったのだ。きっと色々な学校やカンパニーから声がかかっていることだろう。

スターが顔を揃えた50周年記念ガラ公演では、東京バレエ団プリンシパルの上野水香さんが「瀕死の白鳥」の儂い美しさで観客を魅了した。クラシックのハイライトや若々しいコン



ローザンヌ国際
バレエコンクール
2023+α

シュトイブリ未花

テンポラリー、コミカルなタップダンス風まで、「美味しいとこ取り」のプログラムは、medici.tvの“La Gala des Étoiles du 50e anniversaire du Prix de Lausanne”で見ることができる(登録要・無料)。私のイチオシは、'21年度の優勝者、António Casalinho。受賞後、バイエルン国立バレエにソリストとして入団し、本年度からはファーストソリストに昇格。素晴らしい跳躍と体幹、チャーミングな笑顔で、コンクールを総なめにしてきた19歳だ。

だがこうした華々しさの傍らで、ふと物悲しい気持ちを覚えたのは私だけだろうか。昨年、スイスのバレエ学校における生徒たちへの行き過ぎた指導・暴言や過度のダイエットの強要等が大きくメディアに取り上げられた。その結果、昨年のコンクールでは審査員として華やかな舞台上にいたTAZの校長は指導の場を離れ、現在TAZは体制の刷新と立て直しに取り組んでいる。

クラシックバレエの分野で、TAZと並んで唯2校、スイス連邦能力取得証明書Eidgenössische Fähigkeitszeugnis(EFZ)を取得できる学校として認可されているバーゼル劇場・バレエスクール(BTB)でも、元生徒たちが同様の被害にあったと昨年10月に声をあげ、11月30日には、資金調達困難のため今年いっぱいプロ養成コースを閉講する、と発表があった。日本人留学生も多数在籍している当校は、今年、過去最多の7名がローザンヌのビデオ審査を通過、メキシコ出身のFabrizio Ulloa Cornejoさんが見事優勝を果たした(同点優勝者2人)。それなのに、数ヶ月後には彼らの母校は消滅してしまうのだ。

今後スイスのプロバレエダンサー養成は、どうなっていくのだろうか。大きな夢を抱いてスイスにやってきた日本人留学生達は、どうなるのだろうか。一介のバレエファンとしては、今後、客観的な調査で全てが明らかになり、より健康的で人間的な教育環境が整えられていくことを切に願う。日本からやって来るダンサーの卵たちが、目を輝かせてスイスで踊っている姿を、私はまた是非見たいのだ。とりあえず、自分ができるささやかな応援の一環として、6月Basel劇場で行われるBTB公演、7月8日にチューリッヒ歌劇場で見られるTAZ学校公演を鑑賞し、Bravo~!と叫ぶつもりである。もし、私も…と思う方がいらっしゃれば、ぜひ劇場に足を運び、一緒に暖かい拍手を送りませんか。若い踊り手たちの成長と飛躍を、心から祈って。



Dinner with Hayao & Ayumu & Teruki
JCZ2月のイベント感想文

後半ロスタイムに川辺選手が劇的ゴールを決め勝利を収めたバーゼル戦から3日後の夜。この企画に参加出来る事が決まってから、食事会の日まで、ワクワクし過ぎて仕事が手につきませんでした。(会社には申し訳ないです…)前置きはこれぐらいにして…

3選手との食事会は最高でした!

瀬古選手も川辺選手も原選手も本当に優しくて気さくな方だったので、笑いの絶えないバラエティに富んだ会話に加え、サッカーの話やプライベートな話まで掘り葉掘り聞けちゃいました!

日本で沢山のファンから愛されている理由が分かりましたし、僕らの心も驚掴みにされました!日本代表クラスの選手達とご飯を食べに行くという事は、本当に貴重な体験です。特に日本国内で考えたら、本当に限られた人達だけが経験できる事だと思います。

このような「神企画」を了承して下さった川辺選手、瀬古選手、原選手、そしてこの企画をアレンジして下さいましたチューリヒ日本人会の運営の方々にも心より感謝を申し上げます。本当にありがとうございました!(T.I)



サッカー観戦ご招待
Hopp GC!

4月イベント!

日本人3選手を応援に行こう!

先日の食事会では気さくな3選手に魅了された方も多かったと思いますが、一昨年に続き、グラスホッパークラブ・チューリッヒ様から試合観戦にご招待いただきました!「ハヤオ・アユム・テルキ」選手とGCを、一緒に応援に行きましょう!参加ご希望の方は、以下のメールアドレスまでお早めにお申し込みください。

日時: 4月2日(日) 14:15
GCZ vs FC Lugano戦
場所: Stadion Letzigrund, Zürich
申込: chizuko.arnold@japanswiss.ch

- * 枚数に限りがありますので、先着順とさせていただきます。
- * 家族会員の方はご希望の枚数をお書き添えください(同居のご家族に限ります。ご希望に添えない場合もありますので予めご了承ください)。
- * 6歳未満のお子様は、チケットなしで入場出来ます(席はありません)。

我々の食べ物はどこから来たのか？

第6回 牛乳とラクトース



清水 健太郎

(進化生物学者・チューリッヒ大学教授)

スイスでも日本でも、牛乳と乳製品のない生活というのはなかなか考えにくいでしょう。一方で、苦手な人の多い食品でもあります。私の通った東京多摩地区の小学校では、1980年代のころ、昼食時に全員に牛乳が配られていましたが、牛乳が嫌いな子も多くいました。たまたま製造業者の名前が「シミズ牛乳」で私の名字と同じだったために、牛乳の嫌いな子に「おまえが何とかしてくれ」と文句を言われて困りました。後に牛乳を飲まない選択ができるようになったときに、先生が「そんなにみんな嫌いだったのか...」とつぶやいていたのを聞いてしまいました。私は当時から好きで飲んでいて、だからこそいまスイス生活にも適応しやすかったのかもかもしれません。現在では、ラクトースフリーの牛乳も普通に販売されるようになりました。チーズなどはラクトースがほぼ除かれています。しかし、栄養に富むはずの牛乳がなぜ下痢も引き起こすのでしょうか？

人間を含めて哺乳類にとってラクトース（乳糖）は、誕生してすぐの赤ちゃんにとっては欠かせない栄養です。母乳にはラクトースが多く含まれていて、赤ちゃんはラクトースを消化するラクトース分解酵素（ラクターゼ）をふんだんに持っています。しかし、いつまでも母乳大好きではやっていけません。赤ちゃんはいずれ離乳して、ラクトース分解酵素は減っていくのです。大人もある程度はラクトースを消化できますが、乳糖不耐症といって、牛乳に含まれるラクトース（乳糖）がうまく分解できずに腹痛や下痢などの症状が出る人がいることが知られています。

人間の食べ物に大転換が訪れたのは、これまでの連載でも記してきたように、農耕牧畜が始まった約1万年前です。ウシ、ヒツジ、ヤギなどを飼い始めると、大人にも十分な量の乳製品が得られるようになりました。大人でもある程度ならラクトースを分解できるので、人間の栄養状態を劇的に改善したと考えられます。家畜乳消費はおそらく中東で始まりヨーロッパやアフリカに広まっていきました。そして、この地域では多くの人が「ラクトース耐性」のDNA変異を持っています。大人でも大量にラクトース分解酵素をつくることができます。そして、13910*Tと名付けられた変異が過去数千年にヨーロッパで広まったという証拠が得られました。人類が家畜の乳という新しい食品を得たことで、人類の方も進化した、ということがわかったのです。この研究は、進化生物学の教科書に載るようになりました。単純に考えると、このDNA変異が広まったことに伴って、大人も牛乳を

飲めるようになったと考えられます。ただ、この配列が、具体的にどのように牛乳摂取に有利なのかはあまりわかっていませんでした。

近年、ラクトース耐性の進化について、予想を覆す大発見が続いています。チューリッヒ大学で研究をすすめていたChristina Warinner（現ハーバード大学）らは、古代人骨の歯石を解析するというユニークな分野を開拓してきました。歯石というのは、歯医者さんでクリーニングの時に除いて捨ててもらった「ごみ」ともいえるものです。しかし、歯石に閉じ込められたタンパク質は何千年も残るため、昔の人々が何を食べていたかが解明できるのです。彼らが約3000年前のモンゴル出土の歯石を調べたところ、牛乳・ヒツジ乳・ヤギ乳のタンパク質が残っていました。一方、彼らのDNA解析をすると、ラクトース耐性を持っていなかったのです（Jeong et al. PNAS 115: E11248, 2018）。さらに2022年には、詳細な年代研究によって、ヨーロッパでも先に牛乳摂取が広がり、後からラクトース耐性の遺伝子型が広まったことがわかりました。つまり、ラクトース耐性の遺伝子型を持っていなくても牛乳を摂取できていたのです。

さらに、イギリスのデータを見る限り、現代の食生活ではラクトース耐性変異を持っていても持っていないでも健康にほとんど差がないことが報告されました。（Evershed et al. Nature 608, 336, 2022）。ラクトース耐性変異を持っていなくても、子供の頃から牛乳をよく飲んでいたらラクトース分解酵素が維持され、さらに腸内細菌も消化の助けになることが考えられています。日本人の多くがラクトース耐性変異を持っていませんが、牛乳消費にとくに問題がなさそうなのはそういう理由かもしれません。

それでは、ラクトース耐性変異が広まった本当の理由は何だったのでしょうか？新たな仮説として、ラクトースに加えて、栄養状態や病気なども考える必要があるのではないかと提唱されています。牛乳が広まった後になって、飢饉や流行病が起こった場合には、ラクトース耐性が有利だったという仮説です。チューリッヒ大学のShevan Wilkin（Nature 608, 269, 2022）も述べるように、今後ヨーロッパ以外での研究を進めることにより、この謎の答えに近づいていけるでしょう。長い人類史の中では新しい食物である乳製品とどうつきあうか、乳糖不耐症の対策のヒントも歴史を理解することで見えてくるかもしれません。

チューリッヒ発 JAL 経由便キャンペーン実施中!

●パリ、ロンドン、フランクフルト経由便ご利用の場合

◎日本での空港宅配無料サービス、日本ご出発時 羽田・成田ラウンジご利用可
(対象期間/2023年3月~6月末 除:2023年4月28日~5月7日)

●ヘルシンキ経由便ご利用の場合

◎日本での空港宅配無料サービス、日本ご出発時 羽田ラウンジご利用可
(対象期間/2023年3月~6月末 除:2023年4月28日~5月7日)

◎ヘルシンキ空港 ASPIREラウンジご利用可 (対象期間/2023年3月末まで)



要事前
お申し込み



詳細・ご利用条件は
こちらから

詳細・ご予約は www.jal.co.jp/ch/ JALヨーロッパ予約センター 0844-888-777 (スイス国内・日本語専用ライン)



JAPAN AIRLINES



チューリッヒ近郊
お出かけ情報

(URLの詳細は、HP : japanswiss.ch上の「チューリッヒ近郊お出かけ情報」をご覧ください)

3月 イベント

パイプオルガンの世界へようこそ!

1864年創業のOrgelbau Kuhn社は、世界でも有数のスイスのオルガン製造会社です。チューリッヒのトーンハレや東京オペラシティなど世界中の様々なオルガンを製造、また歴史的な楽器の修復も行なっており、今回はその興味深い工房を案内していただきます。ぜひ一緒にパイプオルガンの世界を探検しましょう!

日時: 3月24日(金) S7 Männedorf駅に10:05集合
定員: 20名(14歳以上。車椅子での見学は出来ません)
申込: JCZ HPイベント申込フォームより
またはメールにて、kikaku@japanswiss.ch



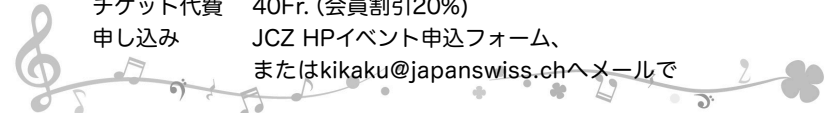
3月 イベント

『細川俊夫作品演奏会+作曲家を囲んで』

日本が世界に誇る作曲家、細川俊夫氏はトーンハレの今年のCreative Chair。皆様もシーズンオープニングでの新曲初演やリートベルク美術館でのイベント、ファミリーコンサート等で見かけたこともあるかもしれませんね。3月にはトーンハレで人気のLieteratur und Musikで細川氏の室内楽作品が扱われます。

トーンハレ管弦楽団のご協力で、JCZ会員は2割引でチケットが買えます。そして演奏会後、細川氏を囲んでのアペロを開催します。是非、直接質問など投げかけて下さい!

日時 3月26日(日) 11時集合(11時15分開演)
場所 トーンハレ Claridenstrasse 7 (正面玄関) 8002 Zürich
チケット代費 40Fr. (会員割引20%)
申し込み JCZ HPイベント申込フォーム、
またはkikaku@japanswiss.chへメールで



4月 イベント

チューリッヒ日本人会、チューリッヒ日本商工会共催
ゼクセロイテン祭り
「キンダーパレード」参加のご案内

春を呼ぶチューリッヒ最大の祭り、「ゼクセロイテン・キンダーパレード」が開催されます。例年、日本人学校の児童生徒とチューリッヒ在住の日本人子女にも多数参加していただき盛大に行っております。

つきましては、このパレードに参加ご希望のお子さまは、下記の申込記入事項を記入の上、電子メールにてお申し込みをよろしく申し上げます。

- 開催日時 2023年 4月16日(日)
集合 14:00
パレード開始 14:30
解散予定 16:30~17:00
- 参加年齢: 小学1年生以上(ゼクセロイテン当日時点) ※保護者が同伴すること。
- 申込先: チューリッヒ日本人学校ゼクセロイテン・キンダーパレード担当(向井)
Email : jszurich@bluewin.ch 申込後、詳細をEメールにてお知らせします
- 締め切り: 3月13日(月)

【申込記入事項】

- | | |
|-------------------------------------|----------------|
| ①参加児童生徒名【ローマ字つづり】 | ②性別 |
| ③年齢(ゼクセロイテン当日時点) | ④法被レンタル希望(有・無) |
| ⑤保護者名【ローマ字つづり】 | ⑥住所 |
| ⑦携帯電話番号(当日の緊急連絡用) | ⑧メールアドレス |
| ⑨チューリッヒ日本人学校のホームページでの写真や動画の掲載(可、不可) | |

アフタヌーンカフェのお知らせ



カーニバルも終わって、少しづつ春の気配のする今日この頃。町に出たついでにおしゃべりしませんか。Jelmoliのカフェでお待ちしています。どなたでもどうぞ。

日時: 3月9日(木) 14:00-16:00
場所: チューリッヒJelmoli 3Fのレストラン
申込: JCZ HPイベント申込フォームより、
またはメールでkikaku@japanswiss.chまで

*チューリッヒ歌劇場
https://www.opernhaus.ch

※Stimme open space 毎週火曜日 19時~22時
於) Ensembleproberaum 8000 Zürich
「声と演技の可能性を発見」
※《ロベルト・デヴェリユー》3月4、7、17日
テノールが振り出し物!

※《ジークフリート》新演出 3月5、9、14、18、22、26日 題名役に期待!
※《チェネレントラ》3月8、10、12、15、19、21、24日 バルトリの当たり役!
※アズミック・グリゴリアンリサイタル 3月13日

[バレエ]
※open space tatnz 毎週水曜日 19時~21時
於) Ballettsaal A 無料
「16歳以上なら、誰でもバレエを踊ってみれる」
申し込み
musiktheaterpaedagogik@opernhaus.ch
※「アンナ・カレーニナ」
3月19、23、25日、4月1、2、5、6日
あの評判のバレエが戻ってくる!

*トーンハレ tonhalle-orchester.ch

3月1~3日 18時半 ケント・ナガノ(指揮)
3月19日 11時15分~、14時15分~
ファミリー・コンサート「ロビン・フッド」
3月8、9日 19時半 クリストフ・エッセン
バッハ(指揮)、ゴータイエ・カブソン(チェロ)
ブラームス、エルガー
3月22、23日19時半 ヤルヴィ(指揮)、ファジル・サイ モーツァルト、Rシュトラウス

*アイスディスコ(シーズンクローゼング)

3月4日17時~22時 Dolder Eisfeld
Adlisbergstr.36, 8005 Zürich
グリューワインとフォンデュの食べ放題も。
https://www.doldersports.com/winter-front-page/veranstaltungskalender/

*大人のためのトランポリンコース

3月6日~7月11日 毎週月曜日17時45分~18時45分
Zirkusquartier Hohlstrasse 256
8004 Zürich
https://zirkusquartier.ch/kurs/trampolin

*Kokubu 和太鼓

3月27日(月)20時~ Volkshaus Zürich
Stauffacherstrasse 60 8004 Zürich

*香りの化学

3月28日(火)18時15分~19時15分
ETH Zürich Höggerberg
Stefano-Franscini-Platz 5 gta Ausstellungen
8049 Zürich
https://ethz.ch/de/news-und-veranstaltungen/veranstaltungen/details.chemie-der-dfte.66675.html

Kinderspitalへの寄付金のご報告

先日の新年会で募りましたKinderspitalへの寄付金は、合計1274.05フランとなりました。皆様の温かいご協力に心より感謝いたします。

KETTE

Vol.165

市居 美帆さん
(Kloten 在住)

*お仕事は？

専業主婦ですが、2018年の4月号からエーデルワイスのレイアウトをお手伝いしています。初心者で始めたので不慣れで見苦しい箇所があったとは思いますが、前任者に丁寧に教えていただき楽しく作業しています。これからも見やすく読みやすい会報になるように心がけていきたいです。

*スイスに来るまでのお話

兵庫県西宮市の古民家を改装した高齢者通所介護施設で、6年間、ソーシャルワーカーとして働いていました。送迎、食事介助、入浴介助、レクリエーションなどの介護をしながら、ケアマネージャーが作成した介護福祉計画書を元に、その方に合った介護方針や通所介護目標を作成する仕事です。ひとりひとりに寄り添った介護を大切にされる施設だったので、その方の生きてこられた背景や環境を大切に、本人の意思を一番尊重することを目標にしていました。

何度も同じ話をする方には何度でも話を聞き、その都度受け止める。お昼ご飯が近くなると「もうお昼ですか？」と何十回もキッチンに確認しに行く方には見守りながら「お昼ご飯楽しみですね。」と共感する。日々の介護を通して、受容、傾聴、共感を繰り返し、信頼関係を築いて、重度の認知症で「手のかかる」と言われてしまう方でも穏やかに過ごせると評判でした。

職員が何か困っていると、知恵を出してくれたり昔の体験談を話してアドバイスをくれたり、どんなに認知症が進んでいる方でも人を思う気持ちはずっと残っているということを教えてもらいました。息をつく暇もない程忙しかった仕事ですが、長い人

生の最期に寄り添わせてもらい、一緒に笑えて楽しかったです。

*スイスにいらしてから

夫の仕事の関係で2013年にスイスに来ました。当初は2、3年だけの予定でしたが、はや10年！になりました。

スイスに来てすぐの頃、買い物の度に驚いていた物価の高さや日曜日ほとんどのお店が閉まっていることにも大分慣れましたが、語学にはとても苦労しています。



*ご出身は？どんな所？

石川県、金沢市です。山や海もあり、新鮮な食材がたくさんあります。湧水が多く、水も美味しいので美味しい居酒屋さんや小料理屋さんも多いと思います。秋冬の天候はスイスの天気と似ていて、空が常に雲に覆われてどんよりしています。「弁当忘れても傘忘れるな」と言われるくらい雨や雪の多い地域です。

加賀藩前田家の城下町として栄え、歴史と文化を大切にしている伝統があります。私の通っていた小学校では、伝統芸能体験や地域との交流、給食で郷土料理を食べる機会、お祭りなどを通して歴史や文化に触れる機会が多かったです。

*お気に入り、または行ってみたいヨーロッパの街は？

旅行が大好きで、可能なら全ての国を廻ってみたいくらい楽しみにしています。行きたい場所の歴史や見どころを調べてノートにまとめ、旅先で1日の始まりに読み直してから観光に出かけています。

行ってよかったところは、アイスランド、エストニアのタリン、サンマリノ、

スペインのビルバオ・トレド、クロアチアのドブロヴニクなどです。

特にアイスランドはスイスとは一味違ったダイナミックな自然が魅力で、温泉に入りながらオーロラが見られたり、氷河の洞窟を探検したり、滝の裏側を歩いたり、北米プレートとユーラシアプレートによって大地が引き裂かれた境目「地球の割れ目」が見られたり、アイスランドでしか出来ない体験ができました。いつかまたアイスランド一周旅行に出かけたいです。

他に行ってみたい街は、マルタ島、ベルギーのブルージュ、ドイツのハンブルク、クロアチアのスピリト、スコットランドのエディンバラ、ボリビアのウユニ塩湖など、書ききれないくらいあります。

*スイスに来てよかったこと

家族や友達が遊びに来てくれて一緒に旅行出来たことです。

コロナ前までは毎年の様に誰かが来てくれていて、友達が友達を連れて来てくれたり、中には友達家族がご両親を連れて来て親子三世代旅行に私たちが一緒するという機会もありました。

私が旅行好きだからというのがありますが、三食を共にし、朝から夜まで一緒にいられて、日本では出来ない体験をできたり、かけがえのない時間でした。

コロナ禍で海外旅行しにくい状況になってしまいましたが、早く以前のように何も気にすることなく旅行出来る日が来るのを願っています。

*趣味、今ハマっていること

子育てです。2019年に長女を出産しました。思いもよらないことが沢山起こって毎日楽しいです。

スイスで出会った日本人バリエ留生のお母さんが「子どもが成長していく中で、その時々でいろいろな景色を見せてもらっているいろいろな場所に連れて行ってもらえるのが子育ての醍醐味！」とおっしゃっていたのが印象的でした。

夫にはスイスに連れてきてもらえたので、娘にはどんな景色を見にどんなところに連れてってもらえるのかを楽しみに子育てしたいと思います。

編集後記

春は、辛い心にはキツイ季節でもあります。ウクライナ侵攻開始から1年が過ぎ、未だに停戦の見通しは立っていません。そしてシリアとトルコを襲った大地震。日本でも東日本大震災、そして福島原発事故と、今も春が来ると辛い方々も大勢いらっしゃるでしょう。そう思うと、私に何が出来るのだろうと途方に暮れてしまいます・・・

人気ピアニスト、イゴール・レヴィットは人権活動家としても知られており、コロナ禍でも、ウクライナ侵攻開始後にも、オンライン演奏会を開き、ギャラが入らなくなった音楽家や、戦禍に苦しむウクライナ人のための募金を集めて来ました。インタビューの依頼が来た時、それに触れると「私達に出来る事は、目の前に困った人がいたら助ける事だけです。」とキッパリ言う言葉に彼の決意が感じられました・・・。(SN)

広告掲載のご案内

ジャパンクラブチューリッヒでは、会員の方からのお知らせ・広告の掲載、フライヤー等の会報同封配送を、有料(一部無料)で随時受け付けております。詳細については編集部までお気軽にお問い合わせください。

伝言板コーナーをご利用ください

200文字以内のお知らせ・ご案内は無料で掲載いたします。掲載内容責任者のお名前(会員に限る)を入れた原稿を毎月10日までに編集部にてメールにてお送りください。

*JCZでは広告・フライヤー・伝言板の記載情報については責任を負いかねます

JCZ会報誌エーデルワイス
2023年3月号

発行責任者: 青砥 玄(会長)

編集: 中東生 阿部 牧子

鎌田 裕子 市居 美帆

編集部専用メールアドレス
edelweiss@japanswiss.ch

チューリッヒ日本人会
JCZ Japan Club Zurich
Office of Honorary Consul
General of Japan
Utoquai 55, 8008 Zürich
www.japanswiss.ch
jcz@japanswiss.ch

