



(上) 村長の家での歓迎料理会  
(右) 村での牛の飼育

ベトナム在住17年の伊能まゆさんの案内でのベトナムの農村を訪ねた。彼女は2009年、NPO法人Seed to Tableを設立し、農村活動の支援を行っている。北ベトナムのナムソン村(標高900m、人口1500人)を訪ねた。山の上まで稜線に沿って段々畑が続く、あちこちに木造の小さな農家が見える。家々では鶏や犬が放し飼いにされ、小さな小屋で豚が飼育されている。田んぼには水牛とアヒルがいる。自給自足の生活だ。村の青年数人と山に登った。木々の葉や野草を採取し、村の高床式の集会場に集まり分類する。葉になる葉が12種類。お茶や栗など木材に使

## 46 ベトナム・ナムソン村 自然の恵みを生かした 豊かな食文化



● 金丸弘美

かなまる・ひろみ / 食環境ジャーナリスト。1952年生まれ。執筆活動のほか食のアドバイザー、事業を手がける。著書に「幸福な田舎のつくりかた」地域の誇りが人をつなぎ、小さな経済を動かす(学芸出版)「実践 田舎力 小々くても経済が回る5つの法則」(NHK出版新書)など多数。

う木が7種類。実を食べるものが9種類。ハーブ類や野菜類が11種類。山々の草木が密接に暮らしにつながり利用されている。その日の夜は、チュエン村長の高床式の家で蚊帳を吊ってもらい宿泊となった。村長を中心に5つの円座が組まれ、日本から来た7人を手料理でもてなしてくれた。豚肉や鳥肉の茹でたもの。カボチャのスープ。ザボンの葉でくるんだ豚肉。バナナの花、パイナップルの葉、カボチャの種、ピーナツをあえたものなどを一つの茶碗で食べる。村の人が次々に来て「ようこそナムソン村へ。みなさんの健康を祈ります」と挨拶をし、ラム酒のような香りのバナナ酒を酌み交わす。かつて私の家族が住んだ徳之島とそっくりだ。作物もよく似ている。今回のツアーには、鹿児島県大島支庁徳之島事務所農業普及課の上赤笑子さんも一緒だったことから「ナムソン村と交流し、食文化の連携をした方がいい」と話した。パイナップル、バナナ、パイナップル、コーヒーなど、両者には同じものが沢山ある。そして、ナムソン村ではバナナの花やパイナップルの小さな果実が料理に使われるなど利用の仕方が多様だ。

さらに感銘したのが米粉利用の多彩さだ。麺類のフオー、春巻きを始め、出てくる料理に多くの米粉が使われ、ハーブや山菜、魚介類が加わっている。日本と米粉利用の料理ノウハウで文化交流が進むといい。農地面積は一軒あたり20aほどで、主要農産物はトウモロコシだ。かなり上の段々畑まで栽培されている。また、アヒルが田んぼの雑草採りもかねて飼われている。このヒントは、日本のアイガモ水稲同時作からきている。農業収入は年間約2万円。そのため、高く売れるアヒルを増やし、同時に雑草を食べてもらい農薬の使用も経費も削減する。そして、安心安全な農産物を、ハノイの都市の専門店と連携して販売する。また、村人たちからの信頼が厚い伊能さんのアドバイザーで、2011年から生き物調査、自然の素晴らしさと暮らしを紹介する活動も行っているという。一方、農業収入が低いことから、都市に新たな仕事を求める傾向も強くなっている。農村の多様性や新たな農村景観、料理での観光誘致や加工品の販売、地域食の文化事業や良品の市場展開を図れば、もっといい農村の形になるのではと思った。