

ふれあいパッチューズ

No.36

Feel

北星しんきん

キラリ★夢中人 Vol.7 SOIL&"PIMP"SESSIONS



Photo by Toru Watanabe



Photo by Toru Watanabe



Photo by Yusuke Kitamura

深田 元晴さん

名寄出身でプロサックスプレイヤーの元晴さん(34歳)。SOIL&"PIMP"SESSIONS(ソイルアンドピンプセッションズ)の一員として世界を舞台に活躍する中、故郷・名寄への熱い思いを持ち続ける元晴さんにお話を伺いました。

Q1. 音楽を始めたきっかけは?
小学校までは、1年のうち360日は野球をやっているようなスポーツ少年でいたね。サックスに興味を持ち始めたのは中学の頃。3歳年上の姉がやってたサックスがカッコよく感じて、中学校ではブラスバンド部に所属しました。当時、サックス等の木管楽器は女子、金管は男子と伝統的に決まっていたんだけど、「どうしてもサックスをやりたい」という熱意で。晴れて伝統は崩れました(笑)。思えばサックスプレイヤーの道のりはそこがスタート地点です。

Q2. 現在所属しているジャズバンドについて教えてください。
北は北海道から、南は九州まで、出身がバラバラな6人が、2001年に東京でのジャズセッションで偶然にも出会ってしまっただけで、それがきっかけでグループを結成することになりました。日本では「爆音ジャズ」、ヨーロッパでも「DEATH JAZZ」なんて呼ばれていますね。

Q3. ジャズ(サックス)の魅力について教えてください。
ジャズのライブってステージ上で音のパス回しをしたりクッキングしたり、その時々で変化するの楽しいんです。リハサルされたものではなく、自由な生きた音楽を味わう事が出来るってことが一番の魅力だね。毎回違ったライブになって、むしろハプニングがある方が面白い(笑)。

楽器は何でも好きだけど、自分の中にある歌を一番に表現できるのがサックスです。サックスの魅力は楽器一本あればどんなバンドでも飛び入りで参加できる事かな。



同級生の当庫職員と。

Q4. 世界で活躍するチャンスを得たのはいつ頃ですか? また、きっかけは?
世界中でリスベクトされているイギリスのDJ「ジャイルス・ピーターソン」に出会えたことが一番大きい。ジャイルスが偶然聴いたソイルの演奏を称賛してくれて、イギリス国営放送のBBCラジオでSOILの曲を頻繁に流してくれた事でイギリスでも人気が出て。2005年には、日本人として始めてBBCのスタジオでセッションし放送され、同年の年末授賞式で「Jon Peel Play More Jazz Award」という賞をいただきました。彼との出会いが自分たちの歴史を大きく縮めてくれたんです。

Q5. 音楽をやっている中で、一番思い出となっている出来事を教えてください。
地元、名寄でライブをするのが自分の中で一つの目標であり、長年の夢だったからソイルのようなバンドでそれを叶えられて最高です! そして、ヨーロッパのジャズフェスティバルも、大きなチャンスを与えてくれたという意味で良い思い出かな。あと、ジャズメッセンジャーズの曲をカバーして演奏する機会があった時に、ライブが終わって楽屋に戻ると本人がサブライズで待っていてくれたことがあって。そのときは本当にサブライズでした(笑)。

Q6. 故郷・名寄でのライブはいかがでしたか?
高校まで過ごした名寄の地でライブが出来た事、それをきっかけに久しぶりに仲間が集まってくれた事が嬉しかったです。名寄では最高のスタッフにも恵まれ、客席と実行委員会の熱い魂があってそれに応えるメンバーの魂があって。会場が一体となった最高のライブだったよ!!

楽屋の方も手作りのテーブルクロスや座布団カバー等で綺麗に飾られていて、そんな心配りにメンバー一同感動しました。僕らもこんなに熱い気持ちに出来ない訳にはいかないって思ってた。僕も近年にないくらい気分が上々でした(笑)。

Q7. 今後の更なる目標はありますか?
メジャーデビューをして名寄

に届く活動をする事が最初の目標だったから。その目標が成し遂げられた今は、「音楽を続けていくこと」が何よりの目標であり、親や親戚、同級生、友人等に自分の姿を届ける為にメジャーで活躍していくことが一番だと思っていますね。

日本とヨーロッパでいっぱいだったから、時間を作ってアメリカにも行きたいです。

Q8. 今後の活動予定を教えてください。
2008年はツアーとCDリリースを予定しています。その他、ライブ等の最新スケジュール等はオフィシャルHPをチェックしてください(<http://www.solimp.com>)。

また、最新ライブDVD「I WANT MORE」が発売中です。世界最高峰のジャズフェスティバルでの映像やイギリスの世界最大級のロックフェスティバルに出演した時の映像が収録されています。

Q9. 最後にファイルの読者にメッセージをお願いします。
何処に住んでいてもやりたい事が発信できる時代だから。この土地でしか生まれなないものや文化を大切に、新しい情報を発信して欲しいと思います。名寄にも天文やスノボをはじめ色々な世界で活躍されている方がたくさんいますね。一緒に良いものをつくって、これからの日本の文化を作っていきたいです!!

故郷、名寄でライブをやりたいという夢を見事に実現させた元晴さん。

目標に辿り着くまでにはたくさんの苦労と、並大抵ではない努力があったと想像されますが、何処にいても諦めなければ夢は叶う事を教えた気がしました。故郷への熱い思いも元晴さんを後押しさせたのかも知れません……。

世界を飛び回り活躍を続ける元晴さんを、私たちも心から応援していきたいと思っています!!



癒しとくつろぎの空間



Cafe-lounge Hill-side Box
かみえラウンジ ひるさいどボックス

小高い丘の上にある一軒の喫茶店「カフェエラウンジ・ヒルサイドボックス」。落ち着いた店内と小雪がちらつく窓からの夜景が、何とも言えない神秘的な雰囲気をかもし出します。

その店主である山本美津子さんは、明るく気さくで可愛らしい感じの方で、私たちの取材にも快く応じて下さり、とても楽しい時間を過ごさせて頂きました。そこで山本さんの人柄・お店の雰囲気を読者の皆さんに少しでも実感してもらいたい!!ということで、私たちと山本さんの会話を盛り込んで、ご紹介していこうと思います☆

きつかけ

〈編集員〉 お店をはじめたきつかけを教えてください。

〈山本さん〉 このお店を始める前はずっと事務の仕事をしていたんですけど、一時期頼まれて中学校の相談員もやっていたんです。でも相談員というよりは子供達とはまるで遊び仲間だったんですよ(笑)。

〈編集員〉 遊び仲間!!なるほど。山本さん、すごく話しやすいですね。

〈山本さん〉 そこで人と接する事の楽しさを覚えちゃったから、仕事をしていくな人と出会いたいって思ってた。それで思い切ってこのお店を始めたの。

おすすめメニュー

〈編集員〉 !!このソフトクリームおいしい☆すごく濃厚で今まで食べたことない感じ。

〈山本さん〉 うち、ソフトクリームがおいしいってよく言われるんですよ。どんな味にするか決めるまでいろいろ食べ比べて、結構大変だったんですよ。

〈編集員〉 お店の中で食べるだけでなく、立ち寄ってアイスだけ買うこともできるんですか?

〈山本さん〉 できます。サンデーもカップが用意してあって、持ち帰りできるようになってるんです。

—— 私たちの食べたカップ型のワッフルコーンに入ったソフトクリームサンデーは、とにかく絶品!!見たため以上のボリュームに大満足。味もキヤラメル・マンゴー・ストロベリーなどとても



種類豊富です。続いて私たちはハーブティーを注文してみました。

〈編集員〉 わぁー、すごくキレイですね。目でも楽しめちゃう!

〈山本さん〉 ハーブティー大好きな人は大歓迎ですよ。私が好きなので♥ 相談員をしていた頃の子供達が恋人を連れてきた時には、特別にスイートキッスというハーブティーを出してあげてます。

〈編集員〉 へえー♥ステキ。

〈山本さん〉 でもまだ一回しか出てないの(笑)。

—— ハーブティーはまるで宝石のような色鮮やかさでとってもいい香り。メニューは他にもハンバーグやバジルソースのシーフードピザなんか人気。パスタやピラフ、トーストセツトもあります。デザート・飲み物はサンデーやシャーベット、コーヒーや紅茶など、とっても充実。夜はお酒も飲めますよ。

お店のコンセプト

〈編集員〉 客層はどんな方が多いですか?

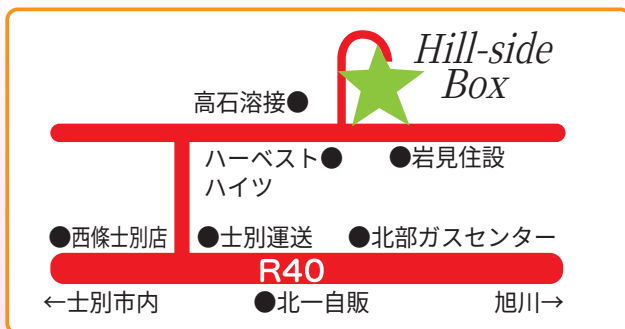
〈山本さん〉 昼間が主に主婦、夜はカップルや男性の方もいますよ。休日は家族連れも多いですね。

〈編集員〉 幅広いんですね。

〈山本さん〉 もともとはお母さん方が小さい子供を連れてきてもゆっくりできるお店が最初の夢だったの。自分が若い時に子供を連れて行ったお店で、子供を静かにできないのかって怒られて、すごく嫌な想いをした事があったんですよ。それがずっと引っかかっていて、私がやるなら絶対に子供連れでゆっくりできるお店にしようって!ただ本当にみんなが、のんびりして癒されてくれればいいなって思ってるんです。

—— ゆっくりくつろげる癒しの空間……このお店はまさにそんな言葉がぴったり。不定期でプロによるジャズやクラシックの生演奏を聞けることもあり、お客さんにも大好評とか!

私たちもついつい時間を忘れるくらいまでいなくなっちゃうような、ヒルサイドボックスはそんなステキなお店でした。



■ ご案内 ■

〒095-0046
士別市南町東3区473番地108
電話 0165-22-0554

営業時間

11:00~24:00 (オーダーストップ 23:00)

毎週水曜日はお休みです

ホームページ

<http://www.nextftp.com/hill-sidebox/>



超簡単クッキング

チンジャオロース丼



- ＜材料＞（4人分）
- ・豚肉または牛肉……………350g
 - ・ピーマン……………5個
 - ・パプリカ（色合いがキレイ）……………2個
 - ・白ねぎ……………1／3本
- ※肉下味用
- ・しょうゆ……………大さじ1
 - ・酒、サラダ油……………各小さじ1
 - ・片栗粉……………小さじ1
 - ・塩、こしょう……………適量
- ※合わせ調味料
- ・しょうゆ……………大さじ1
 - ・砂糖、酒……………各小さじ2
 - ・こしょう……………少々
 - ・中華スープ（とりがらスープの素）……………大さじ3
 - ・片栗粉……………大さじ3
 - ・サラダ油……………大さじ1／2
- 作り方
- ① 豚肉または牛肉、ピーマン、パプリカを細切りにする。
 - ② 白ねぎを4～5cmの長さに切り、せん切りにする。
 - ③ 下味用の(A)を混ぜ合わせ、肉をつけておく。
 - ④ 合わせ調味料を混ぜ合わせておく。
 - ⑤ 肉を炒める。
 - ⑥ 肉の色がついてきた、ピーマン、パプリカ、白ねぎを入れてさらに炒め、そこに合わせ調味料を加えて手早く炒める。
 - ⑦ ご飯の上に盛りつけて出来あがり!!

フィール編集委員作

なめ茸の冷ややっこ



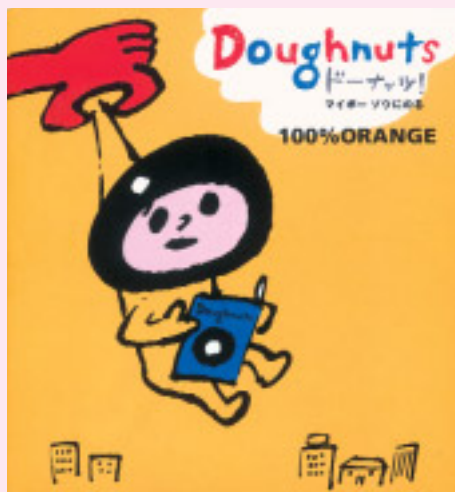
- ＜材料＞（4人分）
- ・絹ごし豆腐……………1丁
 - ・きゅうり……………1／2本
 - ・長ねぎ……………1／3本
 - ・ミニトマト……………8個
 - ・なめ茸……………適量
 - ・しょうゆ……………適量
- 作り方
- ① きゅうりは斜め薄切りにしてから、せん切りにし、ねぎは小口切りに切る。
 - ② 豆腐は水気を切り、食べやすい大きさに切って皿に盛る。
 - ③ 豆腐の上にしょうゆをお好みでかけ、その上になめ茸、きゅうり、ねぎを飾る。
 - ④ ミニトマトを飾って出来あがり!!

フィール編集委員作

～こころに響くものがたり～

絵本『Doughnuts（ドーナッツ）』

作・絵…100%ORANGE



主人公のMybow（マイボー）は、ドーナツタウンに住む詩人。もともとはある詩人のマイボールだったが、現在はボーリング場でアルバイトをしている。正直者だが機嫌には少々ムラがある。そんな個性的なマイボーをとりまく仲間たちも実に個性的。

いつも気になるコトバTシャツを着ている、親友のクマのダツチ。

パンが大好きで、頭にパンを乗せていないと不安になるこぶたのブーブなど……。個性豊かな可愛らしいキャラクターが織りなす独特の世界観をたっぷり味わうことができる、読み応え満点の絵本です。

絵本『はらぺこあおむし』

作・絵…エリック・カール
訳…もり ひさし



お日様が昇る暖かい日曜日に、たまごからちゅぽけなあおむしが生まれました。あおむしは、おなかをペッコペコ。あおむしは食べるものを探しはじめました。

月曜日 りんごを1つ
火曜日 なしを2つ
水曜日 すももを3つ・・・

毎日毎日食べ続け、やがて大きくふとつちよになったあおむし。

さあ、あおむしはこの後どんな姿に変身するのでしょうか？

いつまでも眺めていたくなるような、美しく色鮮やかな姿を是非ご覧下さい。

どちらの絵本にも共通して楽しめる最大のポイントが、大胆な色使いです。「絵を楽しむ本」そんな言葉がぴたりあてはまる作品です。

知っておきたい身体のとぼ2

前回は手のツボについてご紹介しましたが、2回目となる今回は第二の心臓と言われる「足ツボ」についてご紹介したいと思います。

★足ツボって？

足ツボとは東洋医学といわれる中国の伝統医学の中で見つけられたもので、その歴史はとても古く、全身の状態が足裏だけで分かると言われています。それもそのはず、足の裏には内臓のほか、全身の各器官の状態が反映される反射区（ツボ）が面で広がっており、足ツボを刺激することで、体の悪い部分や病気を知ることができるのです。

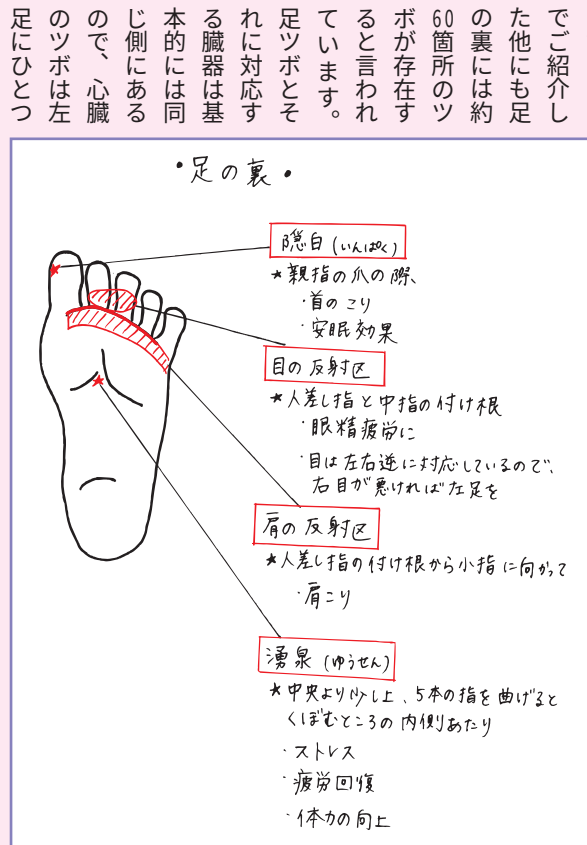
★足ツボマッサージの効果

足裏を刺激することによって血行を促進させ、各器官を活性化し、疲労回復やストレス解消、冷え症の改善などの他、様々な病気の予防や治療にも効果を発揮します。また自然治癒力を高めるなどの効果も期待されます。足裏から身体の内臓や中枢に信号が送られ、そこから各器官に指令が送られる状態が整えられるのです。

★足ツボのマッサージ方法

まずは、親指や人差し指の第二関節を使い、1ヶ所をゆっくりと5回くらい押し揉みます。押し方のポイントは、途中で力を弛めた場合でも指を肌から離さないようにすることです。また、足が温まった状態で刺激するのがベストですので、入浴後や就寝前に行うと最も効果的です。

それでは、左の図を参考に、ツボを刺激してみよう。



だけ、肺のツボは両足にあることになりす。ただ、耳と目だけは例外で、左右反対側となります。

病院に行くほどではないけれど、何だか身体の調子が悪いような気がする……という方にはぴったりの足ツボマッサージ。寒い冬はウォーキングの代わりに毎日足のツボを刺激する習慣をつけてみてはいかがでしょう？是非チャレンジしてみてください☆

