本棚ぶらり

寒い冬にあたたかくなる本

人類は、
冬の寒さをしのぐために
様々な暖をとる方法を考案してきました。
今回は、冬だからこそ読みたい「あたたかさ」をめぐる
本をご紹介します。

温泉と日本人　増補版
八岩まどか著　青弓社　2002

身も心も疲れきった時、ふと行きたくなる場所。われわれ日本人にとって、とても身近な存在である温泉との付き合いは、はるか昔から脈々と続いてきました。

奈良時代に編纂された『風土記』や『日本書紀』には、各地の温泉の様子や、天皇の温泉への行幸についての記述があります。平安時代には、貴族たちを中心に温泉行が楽しまれました。戦国武将は温泉で傷ついた体を癒し、江戸時代の人々は湯治の旅を楽しみます。明治維新を迎え、諸外国との戦争に突入してからは、温泉の多くは傷病兵のための療養所となりました。

そうした古代から現代へと続く温泉と日本人とのかかわりを、著者は、資料をひもときながらさまざまなエピソードとともに紹介しています。湯をめぐる争い、ロシア兵捕虜とのロマンス、温泉のタブーに関わる「湯の花事件」など、温泉をめぐる物語はどれも興味深いものばかりです。

温泉の魅力と神髄がたっぷり詰まった一冊。本書を読んで、温泉の来し方と行く末に思いをはせてみてはいかがでしょうか。

聞き書き　紀州備長炭に生きる
ウバメガシの森から
阪本保喜語り　かくまつとむ聞き書き
農山漁村文化協会　2007

うなぎなどを焼くのに欠かせない備長炭は、火力が安定していて長持ちするので料理人の間で重宝されています。そんな備長炭を子どもの頃から焼き続けてきた炭焼き職人・阪本保喜氏が、その炭焼きの技術や山中での暮らしなどについて語ります。

谷際に生えている雑木を橋脚にして、谷沿いに木の線路を敷き、材料となる木材を運び出す、伝統的な運搬方法「木馬」。かつてはウバメガシのある山を求めて一家で転々と住まいを変えた、移動型の暮らし。そうした昔ながらの炭焼きの製法や技術、職人の暮らしの様子が、本人の口調とともにいきいきと語られています。

炭焼き職人という自身の仕事に寄せる誇りと熱い思いが感じられる一方で、ブランド化されてしまった備長炭の未来への危惧など、職人が直面している厳しい現実も伝わってきます。

備長炭一筋50年の炭焼き職人が語る一冊。厳しくも熱い職人の世界を垣間見ることができるとともに、日本の「ものづくり」の神髄にも触れることができます。

ガリ屋がまとめた生姜のはなし
遠藤榮、遠藤栄一編　創元社　2011

食べておいしく、体にも良い生姜は、私たちの食卓に欠かせない存在です。特に近年の健康ブームで、体をあたためる効果がある食材として注目されています。ところが、意外に知られていないのが、有効的な利用方法です。

本書によると、生姜は、漢方薬の処方の約70パーセントに使われている「薬」でもあり、食べ方によって効能に違いが出るのだそうです。冷え性対策には、生の生姜ではなく、乾燥させた生姜の活用をお勧めしていたり、生姜の足湯やあたたかいジンジャーチャイも紹介されています。

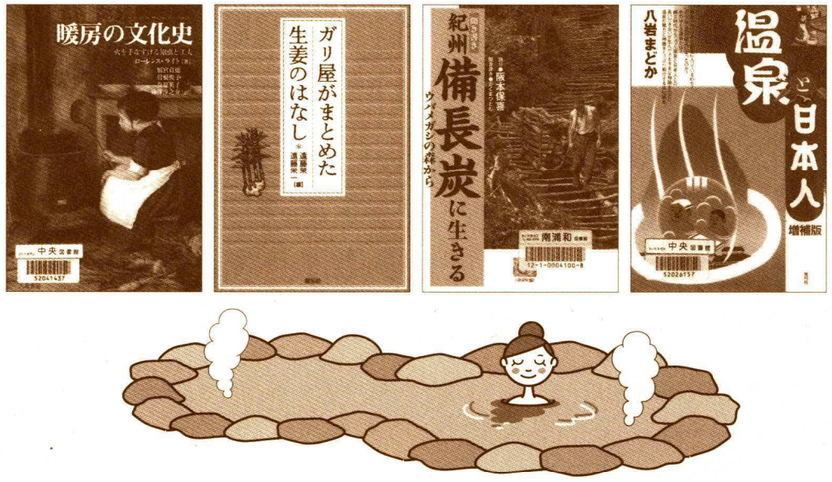
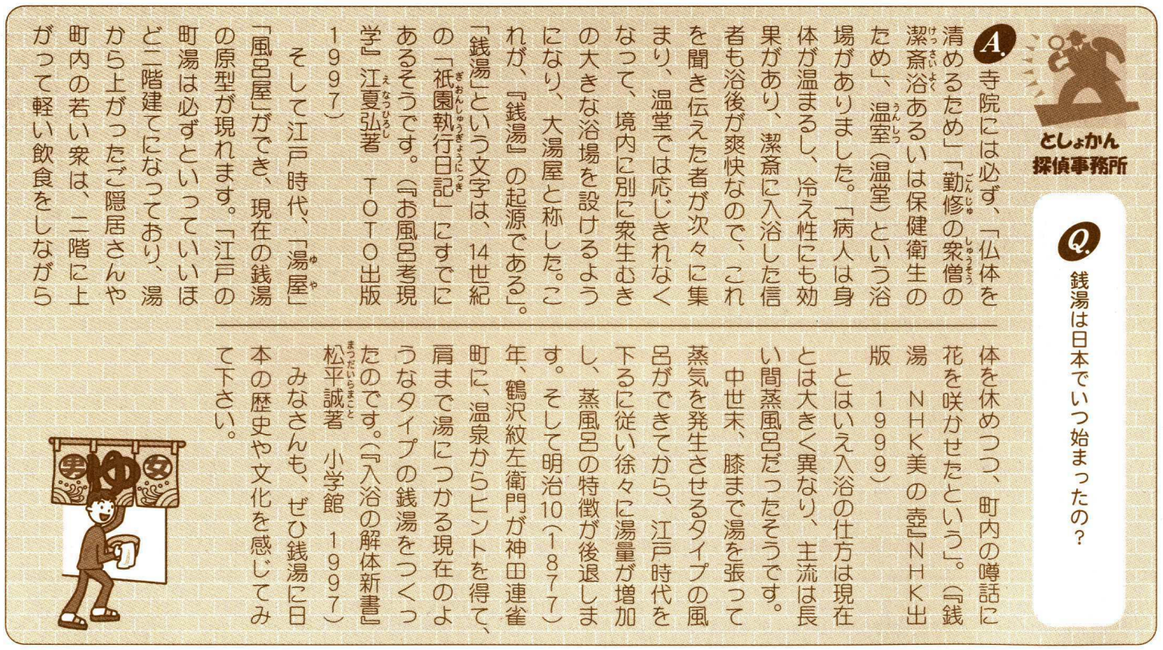
また、生姜を祀った神様や、アンパンマンでお馴染みのやなせたかし氏デザインの生姜地蔵などは、一度訪ねてみたいものです。

地味な生姜にスポットを当て、知識や面白エピソードの他、育て方や保存法、アイデアレシピなども掲載。生姜をとことん楽しむための1冊です。読み終わった後は、ぜひ巻頭の「生姜検定」にトライしてみましょう！

暖房の文化史
火を手なずける知恵と工夫
ローレンス・ライト著、別宮貞徳ほか訳　八坂書房　2003

今でこそ私たちは冬でも暖かい部屋で快適に過ごせますが、そんな暮らしができるようになったのは比較的最近のことのようです。人々は、いかに上手に暖をとるかについて、長い間知恵を絞り、試行錯誤を重ねてきました。

本書では、そんな人間と暖房の歴史を、多数の図版や引用を交えながらひもといていきます。煙突、暖炉、ストーブなど様々な暖房設備や燃料の登場と、それによる人々の生活の変化を、人間が火を手に入れた太古の時代から、現代（本書が発表された1964年）まで、イギリスを中心に追っていきます。また、暖房だけでなく、火を使った調理器具についても触れています。

過酷な労働状況に置かれていた煙突掃除の少年の話、暖炉の扉の後ろに逃げ込んで命が助かった貴族の話、煙突の中に巣を作るツバメの話など、興味深いエピソードもあわせて紹介されています。赤々と燃える火のぬくもりが恋しくなる一冊です。

ライトにはほか『風呂トイレ賛歌』（高島平吾訳　昌文社　1989）もあります。