私たちのまちを舞台にした私たちの映画。始動します。

小諸まち映画『さかみちラプソディ』プロデューサー　田中　幸城さん（26歳）

昨年末、小諸を舞台にした〝まち映画〟『さかみちラプソディ』の製作発表が行われた。〝まち映画〟とは、舞台となる地域で生活する人々が主体となって作られる映画。撮影もすべてその地域で行なわれ、地域と関わりながらの製作過程も大切にしている。本作でもメガホンを取る藤橋誠監督の元、群馬県下を中心にこれまで24作が製作された。今回小諸が舞台となったのは、プロデューサーの田中幸城さんの思いから。田中さんは小諸市赤坂出身。大学時代に〝まち映画〟と出会い、製作に携わるようになった。過去には主演を務めたこともあるが、プロデューサーは今回が初。最初のプロデュース作品では小諸を撮りたいと決めていたという。高崎でサラリーマンをしながら、休日は小諸で活動。昨年はシンポジウムやワークショップを開いて下地を作り、秋にはオーディションで出演者を決定した。

今回脚本も手掛ける田中さん。「小諸は音楽と坂道のイメージ」だという。ラプソディは異なる曲調を繋げるなど、自由な形式で表現する音楽。紆余曲折ある人生を坂道になぞらえ、個々の思いや生き方が織りなす物語をラプソディと表した。脚本は演者の個性に合わせて描く〝当て書き〟。「演技未経験の子どもたちが演じるので、こちらの意図とは違う表現をしてくれます。それを見ながら物語を膨らませていきます」。

4月に撮影を開始、8月に市内で先行上映会、11月にDVD完成を予定。製作費の一部には元気づくり支援金を充て、残りは協賛や1月中旬からのクラウドファンディングで賄う予定だ。「フェイスブックとツイッターで『さかみちラプソディ』の公式アカウントをフォローしてくれるだけでも励みになります。今メディアは誰でも発信できる時代。自分たちの映画として積極的に関わってもらい、小諸の魅力を再確認してもらえたら嬉しいです」。協賛や撮影協力などは田中さんまで（090-1432-5003）。

（取材・文　村松　マヤ）

主人公役・瀧川沙楽さん、主人公の母親役・下崎志展さん、藤橋誠監督（右端）ら

ゆらさんの四季の薬膳

風邪かな？と思ったら…

昔、風邪をひくと鰻を食べて治すという友人がいました。体調が悪いときは栄養をとって…と思っている人、意外に多いですよね。中医学では、風邪のときは十分水分補給し、消化のよいものを食べる。特に高い熱のときは脂っこいもの、羊肉やスッポンなどは禁忌の養生訓が守られています。

実は冬の風邪は大きく分けて2種類あり、悪寒が強く、頭痛、節々の痛み、熱は軽い風邪を「風寒感冒」と呼びます。

一方熱が前面に出て、のどが腫れて痛いなどの風邪は「風熱感冒」と。「風寒感冒」の場合は、生姜、ネギ、シナモン、シソ、みょうがなどのからだを温める食材を使い、「風熱感冒」のときは、羅漢果、桑の葉、アスパラ、ゴボウ、緑茶、冬瓜などからだの熱を取り除いてくれる食材を選びましょう。

風邪のときは免疫力が落ち、消化器官も疲れているので、からだに負担をかけない優しい食べ物を少しだけ、を今年の養生訓としたいものです。

（国際中医薬膳師　小清水由良）