



## 日本画家

# 牧野 伸英さん (54歳) 〓 相生町 〓

漫画家になりたかった少年が、長じて日本美術院特待の日本画家になった。牧野伸英さんである。牧野さんは昨年、高校卒業以来離れていた小諸に帰ってきたが「NHK文化センター」(町田市)と「上原近代美術館」(下田市)二か所の日本画講師は続けるという。

牧野さんを日本画の道に向かわせた切っ掛けは「デザインやイラストをやりたいなら、日本画を学んでデッサン力をつけなさい」という高校教諭の言葉だった。美大入学後はのちに文化勲章を受章した松尾敏男画伯に一貫して師事し、腕をみがいた。師

の教えは「常に絵のことを考えていなさい。毎日筆を持ちなさい」だった。『松尾画伯画業六十年記念展覧会』の折に画伯は「精進のために、あと六十年は欲しい。時間が足りない」と言っていた。この言葉を牧野さんは肝に銘じている。

実は牧野さんは美大時代にも夢を捨てきれず、三十頁ほどの漫画をいくつも描き出版社に持ち込んだが、漫画作品が世に出ることはなかった。牧野さんは「漫画家も画家も、ものを創造する人は持てるエネルギーが凄い。作品を創り出すことが三度の飯より好き、どころではない」という。松尾画伯は広いジャンルの映画にも精通していて、余力

で書いた映画論が映画専門誌に掲載されるほどだった。牧野さんは「先生はきつと、日本画のほかの道を選んだとしても成功した」と思っている。松尾画伯が生前「牧野君は本当に描きたいものを見付けたらもう、放っておいて大丈夫」と言っていたと聞かされて本当にうれしかった。

牧野さんも行動し、発信する日本画家だ。学生時代には二輪車にテントを積み込んで、北海道を旅した。中学生の時のアメリカホームステイが最初で、中国・イタリア・フランスにもそれぞれ一か月かけて旅行している。画廊から初めて受け取った画料で行ったイタリアが忘れられない。公式ホームページを作って三十

年になるが「画壇ではたぶん最初」と話す。二十年以上も横浜で、小学校非常勤講師として図工を教えた。教え子の中の数人が画家を目指しているという。「私の不器用が遺伝して、うちの子は絵が下手」と嘆いた母を励まして絵手紙が描けるまでに仕立てた楽しい思い出もある。

牧野さんの教えは「大切なのは対象を目にしたときの感動。その感動や熱意は必ず人に伝わる」ということ。牧野さんが作った『初心者のための日本画制作テキスト』に書いている。「生徒の気持ちを美術に引く張る」ことに心をくだいた元図工の先生のテキストは、懇切丁寧に書かれていて初心者を励ます。牧野さんの作品は常設展示場「ギャラリーまきの」にある他「水野美術館」(長野市)に秋の院展入選作二点が収蔵されている。

(取材・文 佐藤万千子)



牧野さんの作品。  
上から「転生」「月光の街」「花菖蒲」

ゆらさんの四季の薬膳

## ウコンのち・から②



前月に続きウコンの持つ底力についてお話しします。ウコンはアメリカックは、これまでも酒好きなお父さんたちの救世主でした。肝臓を守り、二日酔いを防ぐためです。ウコンに含まれるシネオール、クルクミン、ターメロン、クルクモールはいずれも抗炎症作用があり、認知症や動脈硬化予防の効果が。さらに血流を良くすることから、女性の生理不順改善にも役立ちます。

血行を促すだけでなく、気の流れが阻害されて起きる抑うつ、イライラ、食欲不振にも効果を発揮。加えて最近注目されているのが認知症の予防。高齢者の5人に1人が認知症になるといわれている時代です。『100歳までボケない101の方法』など抗加齢医学で有名な白澤卓二医師は、常にウコンを持ち歩き、料理に振りかけているといいます。無味無臭のウコン。薬膳では2合のお米にウコン小さじ1を加えて炊きます。サフランのようにきれいなご飯の出来上がり。お正月にぜひ…。

(国際中医薬膳師 小清水由良)