

大好きなパリの街を描き続け、快挙。  
皆さんも好きなことに突き進んで

## 土屋敏子さん 田町

今年5月の第117回太平洋展で、田町在住の土屋敏子さんの絵が東京都知事賞を受賞した。主催する太平洋美術会は、130年以上の歴史を誇る日本最古の西洋美術団体だ。文部科学大臣賞に次ぐ栄誉ある賞を、油彩ではなく水彩画での受賞に本当に驚いたという。

旧丸子町出身の土屋さんは、幼いころから絵が好きだった。褒められたりして制作の楽しさにどんだんのめりこんでいった。中学でも高校でも描き続け、尊敬する師に出会うことで教員の道を選んだ。絵なら佐伯祐三とモロー、

音楽ならシャンソン、映画ならフランス映画、と学生時代からパリに憧れていた土屋さん。勤めて間もない頃、機会を得てパリを訪れ、更に夢中になった。教員仲間にパリの絵を太平洋展に出したらと勧められ、20代半ばで初出席。実力が認められ、一般から会友、会員へと順調にステップアップした。それから四十数年、折に触れ渡仏してはパリを描いてきた。ここ十数年は毎冬、取材旅行に赴く。「小諸も好き。シャキツとする寒さや光がパリに似てるの」。小諸の冬は土屋さんをパリへと駆り立てる。パリのアパートに

2週間ほど滞りし、モチーフを探す。学生街・オペラ座近く、チーズ屋の隣り……。アパートは毎回変える。どんな景色



東京都知事賞を受賞した『パリ日曜の朝』。展示会もなくパリにも行けず、創作意欲がわかない中、描きたい風景に出会い、奮い立たせて描き上げた。

に会えるかドキドキする。ハプニングすら「生きてる感じがしていい」と楽しむ。鉛のような冬のパリに光が当たっていく感じが大好きで、早朝から街中を歩く。相棒はスケッチブックと水彩色鉛筆。画材屋・Bioショップ・美術館

なども巡り、心にとめておきたいものをクロッキーで残す。「美術館・博物館はフリーパスが便利なの！」「パリオリピックも注目よ！」パリの話をしている。そんな土屋さんだが、コロナ禍で2年間パリに行けていない。



元信州の信州、東信の各美術会にも所属の会場探しています。

なども巡り、心にとめておきたいものをクロッキーで残す。「美術館・博物館はフリーパスが便利なの！」「パリオリピックも注目よ！」パリの話をしている。そんな土屋さんだが、コロナ禍で2年間パリに行けていない。

毎日ユーチューブでパリの動画を見る。バターと卵の甘い匂い、香水、パンの匂い……。とはいえ土屋さんに感傷に浸っている暇はない。有機野菜を育て、服を作り、織物も染め物もステンシルもする。仕事も現役。渡仏に備えてフランス語の勉強も欠かさない。とにかくパワフルなのだ。「旅はいいよ。好きなものがあつたら、その本場へ。言葉も学んでチャレンジしなきゃ」。土屋さんと話していると、自信のない自分も狭い世界から飛び出せそうな気がしてくるから不思議だ。

(取材・文 村松マヤ)

## 柿と干し柿

ゆらさんの四季の薬膳



生の柿と干し柿、あなたはどちら派ですか？ 柿は東アジア特有の果物で、『古事記』『日本書記』にも登場。少なくとも8世紀には栽培されていたようで、今や「KAKI」で通用の国際派です。

生の柿と干し柿ですが、葉膳的効能が少し違います。生の柿はα・カロテンを含み、から咳、口内炎や熱のある下痢などに効果が。一方の干し柿はβ・カロテンを生生の5倍、カリウムは3.5倍増加し、肺と腸の調子を整えてくれ、高血圧の人にもおススメです。さらに生の柿はからだを冷やすのに対し、干し柿は温める効能が。冷え性の人はぜひ干し柿を選びましょう。

柿だけでなく、干すことで性質が変わり栄養価が高くなります。しいたけがよい例で、干すことでカルシウム吸収を助けるビタミンDが、生の約10倍にも。れんこんも生はからだを冷やしのどの痛みなどに効きますが、加熱することで性質が穏やかになり、疲労や足腰の衰えを防ぎます。

この秋は野菜やきのこ、果物の天干しにぜひ挑戦を。  
(国際中医薬膳師 小清水由良)