

父の久夫さんは、有名コンテストで受賞を重ね、個展も度々開く写真家。しかし息子の竹澤学さんは24歳までカメラに興味はなかった。写真を始めたきっかけは、当時ハマっていた山登り。「目の前に広がる絶景を最初はスマホで撮っていたのですが、何か違うんですよね。そこで本格的なカメラを持ち始め、父のレンズを借りることもありました」。

高校ではゴルフ部に所属しつつもバイクにハマり、中越地震で活躍する自衛官に感動すれば自衛隊に入隊、山登りを始めれば、指導できる腕前になるほどロッククライミングを極めた。動物も好き。市町の自宅近くに棲む動物を撮るうちにカメラも趣味の一つになった。2016年、友人の結婚式を撮影した。とても喜んでもらえたことが嬉しくて、写真を仕事にしようと佐久の写真家のもとに弟子入り。師匠は東京に多くの顧客を抱え、幅広い分野の写真と映像も撮る多才な人だった。「色々なことを学べました。それが師匠

の愛情なんです。厳しくされてカメラを辞めようと思っただけもありました」。

この春からはカメラマンとして独立。動物や山の写真もいいが、一番好きなのは人物写真だ。手や顔に現れている人となり、飾らない素の表情を写したいという。一方、信州や小諸の魅力を広めようと写真クラブ「こも写部」も始動する。

「こも写部」では皆が楽しめるようなイベントを企画中。活動詳細は、ツイッターなどをチェック。5月末まで戸隠鏡池畔のカフェどんぐりハウスで個展を開催中。

(取材・文 村松マヤ)

趣味を生かして自分にしか撮れない写真を。
写真文化の伝承にも意欲をみせる。

フォトワークスGAKU 竹澤学さん (37歳)



「こも写部」の仲間が撮影した竹澤さん



▲懐古園の沢に棲むキツネ。サンコウチョウも市内で撮影。小諸市街でも様々な生き物がみられるという。



▲ビルを撮影。アーティスティックな作品も手掛ける。

▶ロッククライマーに密着撮影企画進行中。先に崖を登り、宙釣り状態で撮る。学さんだからこそ撮れる一枚。



えっ、目は老化の窓？

エイジングと薬膳

顔の印象がいまいになつた、と思ったことはありませんか。エイジングで最初に気づくのは白髪と目です。シニアグラス(老眼鏡)とのつきあいが始まり、目が小さくなった、しょぼしょぼするなど、今回は目に現れるエイジングを取り上げてみます。

中医学では目は肝臓と深くつながっていると考えます。肝臓は血液を貯蔵し、目はその血液によつて潤われています。過労や老化で肝臓の働きが低下すると、多量の血液を必要とする目に影響が現れるのです。目が乾燥ししょぼしょぼする、視力が低下するときは、肝臓の血を補います。

黒豆、ひじき、人参、ほうれん草、ブルーベリー、干しぶどうなどの濃い食物がオススメ。目の疲れやかすみ目にはココの実やレバー、にら、さつまいも、春菊、黒ごま、くるみが効果的です。さらに番茶は副作用のない目薬といわれ、塩を入れた濃い番茶で目の周りをふくと目のしょぼつきを緩和してくれます。

(国際中医薬膳師 小清水ゆら)

