



めじかじ 通信

No. 192

好奇心で小諸を盛り上げる

Silk sun 高橋 拓哉 さん（43歳）

エイジングと薬膳



しじみのヒ・ミ・ツ

A photograph showing the back of a person wearing a denim apron and jeans, standing in front of a wood-burning stove. The stove is made of dark metal and has a glass door through which glowing embers are visible. To the left, there's a wooden shelf displaying various dried botanical specimens in glass jars. The background is a rustic wooden wall.

段目にしない景色や出来事、価値観に触れ、「それまでの常識を上手に壊してもらった」という。武道のサークルに参加すると、サブティーチャーはシンガポール人だった。多くの外国人から日本の良いところを教わり、日本文化を見直すきっかけにもなった。移住のために奔走し、就職が決まった矢先、父親が体調を崩し帰国することになったが、やるだけやつて夢の叶え方を知った今が帰るタイミングなのだろうと納得した。

諸には「師」になれる人がいっぱいいます。「師」と思える存在を持つことはいいことです」と高橋さん。異業種の仲間と各々の技術を持ち寄って活動するのも、人と人との懸け橋になるのも楽しい。

しじみイイ、しじみイイ
そう、NHK朝ドラ「ばけばけ」
のしじみ売りです。朝餉のし
じみ汁を見ていて、しじみ汁
が食べたい！と思いませんで
したか。最近亜鉛不足による
味覚障害、皮膚炎、免疫力低
下などが話題になつていまし
たが、しじみには亜鉛も含ま
れています。なによりしじみ
の魅力は、アミノ酸スコアが
100、つまり良質のたんぱ
く質を含んでいる点です。

店主は、理容師と美容師両方の資格を持つ高橋拓哉さん。50年続くこの理容店の2代目た。「食べていくための『ライスワーク』は理美容師ですが、『ライブワーク』はたくさん持つていていいんです。クリエイティブなことがしたいのと、業種を固定したくなかったんですね」。店名には、「理容店」でも「サロン」でもなく、「クエイエイトファクトリー」と添

A photograph of a smiling man with glasses and a beard, wearing a denim apron over a long-sleeved shirt. He is standing in a rustic workshop. Behind him are wooden walls, a large antler mount, and shelves filled with jars of dried botanical specimens. To his right is a wood-burning stove with a glowing fire.

お店の一角に立つ高橋拓哉さん。薪ストーブの周りはD I Yで仕上げた。壁には、高橋さんが育て、現在色々と思案中の「たかきび」が下げられていた。

もとろうと上田の理美容師さんに師事する。ここでも様々な出会いがあり経験を重ねた。居合道を習い、五段の指導できる立場になった。華道も学んだ。美容の技能を競う全国大会で優勝もした。店を継いでからはさらに横の繋がりが広がった。「小

トを手掛け、料理を作り、獵のためには山に入ることで、間伐材の活用法を考えるようになり、チーンソーの資格を取りつて林業を手伝う。D I Y も好きで、自分で小屋を建てたこともある。小型重機の免許も持つ。

理容師さんや美容師さんといえど、会話の幅が広い方が多い職業だが、それにしても高橋さんの興味の幅広さには驚かされた。困りごとがある人は、髪を切るついでに、そつと話してみるのもいいかもしない。

しじみイイ、しじみイイ
そう、NHK朝ドラ「ばけばけ」
のしじみ売りです。朝餉のし
じみ汁を見ていて、しじみ汁
が食べたい！と思いませんで
したか。最近亜鉛不足による
味覚障害、皮膚炎、免疫力低
下などが話題になつていてまし
たが、しじみには亜鉛も含ま
れています。なによりしじみ
の魅力は、アミノ酸スコアが
100、つまり良質のたんぱ
く質を含んでいる点です。