

巻頭
インタビュー

吉本 多香美さん
(女優)

地球や自然との つながりを大切に

女優として、また地球環境や動物の生態、自然をテーマにしたドキュメンタリー番組などで活躍する吉本 多香美さん。MAKE the RULE キャンペーンよびかけ人、地球いきもの応援団メンバー(※1)、「あしたの森」(※2) 共同代表などを務める吉本さんに、地球や自然に対する思いをお聞きました。



アフリカでの体験がきっかけに

原点は、15歳のときに家族と訪ねたアフリカでの体験です。自然とともに生きる元気でたくましいマサイの人たち、野生動物たちの食物連鎖、身近な生と死……。夜中に地響きをたてながら地平線をヌーの一群が移動していたり、何百頭もの象が沼地で水浴していたり。それまで動物園やテレビでしか見たことがなかった動物たちの姿を目の前に、この地球上には多くの生命が私たちと一緒に存在していることをリアルに感じました。人々も、肌の色や住む場所は違っても、皆同じようなことで楽しんだり喜んだりしている。

思春期のこうした体験が、地球や環境のことに興味を抱くきっかけになりました。

食べ物も環境そのもの

やがて芸能界に入り、テレビなどに出演しているうちに、別の欲が出てきた時期がありました。女優としていい仕事がしたい、いい洋服も着たい……。自分は地球や自然とつながって生きているんだという感覚から、いつの間にか遠ざかっていったのですね。

そんな毎日を送るうちに、体に変調



▲「COP15 サイクリングツアー」に愛車で参加！



▲アフリカの子どもたちと

が現れ、排卵がなくなってしまうました。このままでは子どもも産めません。そこで病院に行ったのですが、どこもホルモン剤の投与を勧めるばかり。何か違う、やはり自分の体は自分の力で治したいと思いました。

そんなときに友人から、生命力のあるものを食べることで、自らにも生命力をつける食事の仕方を聞きました。例えば、卵なら有精卵にする。野菜なら土に埋めればまた芽が出る皮付きのものを食べる。病院では薬と栄養素の話ばかりでしたが、地球とつながる生命力やエネルギーの力が、とても大切なことだと気付かされたのです。

マクロビオティック（※3）を始めたのも、こうした理由からです。その土地の自然に応じた旬のものを食べる「身土不二（しんどふじ）」という考えに基づくもので、まさに地産地消ですね。人は、生まれたところの水や空気、そして化学肥料を使わない土で育ったものを食べることで、心も体も元気になるります。食事することは、その食べ物や育った環境と一緒に食べるわけですから、まさに食べ物は環境そのものの。食べ物や育った環境のことを考えていくと、地球の環境問題に行き着きます。

①②あしたの森では、「マイ森」づくりの第一歩として、植樹活動を行っています。①に写っているのは共同代表の中村隆市さん（左）と、環境活動家のポール・コーマンさん（右）（撮影：momoyado）



刺激を受けた 「六ヶ所村ラプソディー」

地球温暖化防止のため、日本は1990年比で2020年までに温室効果ガスを25%削減する目標を掲げました。インターネットのおかげで、環境問題にしても世界中のいろいろな情報を手に行き届くことができるようになりましたが、一方でどの情報が本当に正しいのかを自分で見極めていくことが大切です。

鎌仲ひとみさんが監督をされた「六ヶ所村ラプソディー」（※4）は、私にとって大きな衝撃でした。これは、青森県六ヶ所村の核燃料サイクル



施設の問題を、その土地で暮らす様々な人々の生活や思いを通して描いたドキュメンタリー映画。そこには、私が知らなかった日本の姿がありました。その後、鎌仲さんにお会いし、森づくりの大切さを教えていただき、「あしたの森」にかかわるようになりました。

世界の事例から学ぶこと

エネルギー問題に目を向けても、世界にはお手本にしたい事例がたくさんあります。私が訪ねた自然エネルギー先進国のアイスランドは、電力源のほとんどを水力発電と地熱発電で賄っています。市民が支払う電気代も限りなく無料に近い。現地の知人は「火山や

生まれてくる生命のためにも、 このきれいな星を守りたい

女優 吉本 多香美さん

- ※1 生物多様性について認識・理解してもらうために環境省が発足させた著名人による広報組織。
- ※2 「六ヶ所あしたの森」設立準備委員会。青森県で、持続可能な社会を目指した暮らしを、森を通して実践・発信していく。
<http://www.ashitanomori.net/>
- ※3 環境や自然を考慮した食事を基本とする長寿・健康法。
- ※4 2006年グループ現代制作。119分。支援：文化庁。現在も各地で自主上映が続いている。



よしもと たかみ

女優として、TV・映画・CM・舞台に活躍する一方、自然と人間の共存をテーマにしたドキュメンタリーやトークショーに力を入れ活動している。日本メディカルハーブ協会（JAMHA）認定メディカルハーブセラピスト。タンザニア連合共和国親善大使。リマクッキングスクールマクロビオティック師範。

温泉が多い風土は日本と同じだから、日本でもできるよ」と言っていました。もちろん人口規模などは全然違いますけど。

またコストリカでは、温室効果ガスの排出を2030年までにゼロにしようとする様々な取り組みをしています。スウェーデンでは、ガソリンスタンドで環境に優しいバイオガスやエタノールが普通のガソリンと一緒に売られていて、車に応じた選択ができるようになっていきます。

こうしたことを見たり聞いたりすると、いいなあと思うし、日本も原子力や、火力などの化石燃料に頼るよりも、自然を大切にしながら温室効果ガスを減らしていける再生可能エネルギーを大幅に増やす仕組みをつくり、私たち

一人一人がそれぞれの地域で、エネルギーも地産地消する社会へシフトすることを望みます。

生まれてくる生命のために

実は、この3月に母親になります。アフリカの大自然との出会いが、私にとってとても貴重な体験になったように、私も子どもをたくさんの自然に触れさせながら育てたいですね。自然の中で子どもが気持ちいいと感じたら、その自然を、この地球を大切に守ろうという気持ちにつながるでしょう！

デンマークで発祥し、ドイツで広まった「森の幼稚園」があります。これは園舎を持たない幼稚園で、子どもを森に連れて行き、ひたすら遊ばせる。森の中で、子どもたちは自分で楽しい

ことを見つけ、何かを学ぶ能力を培っていきます。日本でも、こうした活動が各地で行われるようになってきました。東京農業大学の上原巖先生によると、子どもの集中力が上がるなど、森の力が人間に及ぼす作用はたくさんあるそうです。

「あしたの森」でも、森の学校を開いたり、バイオガスや食料を自分たちで作ったり、地元の皆さんとのつながりを持ちながら、多くの人が自然に触れられる機会をもっともつとつくっていききたいですね。この子が大きくなって、このきれいな星に生まれてきて本当によかったと感じてもらえるように。温暖化やエネルギーの問題をどうするかは、私たちの生き方にかかっているのだと思います。