暮しの手帖 65

昭和54年6月5日第三種郵便物認可　昭和55年第2号　年6回刊　昭和55年4月1日発行

march
april

1980

Seiji Fuji

●十分注意はしておりますが万一落丁乱丁がございましたらいつでもお取りかえいたします

定価560円

もういまは、おいしいものは、家で作らなければ、たべられない時代になってきました。

家庭で作る料理がいちばん大切なときです。

この二冊の料理の本は、そのためにもぴったりのもので〈おそうざいふう外国料理〉の方は、数多くの西洋料理と中国料理の中から、材料が手に入りやすく、作り方も簡単でしかもおいしいものを一六一種収録してあります。

〈おそうざい十二ヵ月〉は日本ふうの料理です。これはずっと、母親から娘へと伝えてきた毎日のおかずを二〇一種、春夏秋冬にわけてのせました。

どれもいちいち作り方を、写真で紹介してありますから、料理は苦手という方でも、気がるに、おいしく作れます。

おそうざい十二ヵ月

料理 小島 信平
写真 松本 政利
文章 暮しの手帖

●協力指導
大阪ロイヤルホテル常原久彌
帝国ホテル村上信夫
東京王府 戦美樣



●定価2100円
●送料200円
●B5判 296頁



●定価2400円
●送料200円
●B5判 286頁

雑誌 03203－4

ベックおばさん

―あるドイツ人の暮し方―



ベックさんが、宣教師のご主人といっしょに日本に来たのは昭和29年24才のときで、もう二十六年も前のことになります。

最初の任地は茨城県の中湊（なかみなと）、そこに八年住み、それから今の吉祥寺（きちじょうじ）に移りました。

この間に今年23才になるハイデローセさん、20才のウルスラさん、19才のリンドラウトさん、17才のブリギッテさん、15才のスザンネさんとつぎつぎに五人のお嬢さんに恵まれました。

五年前までは、五人の娘さんたちがぜんぶ家にいましたから、ずいぶん賑やかでしたが、今は、中の三人がドイツで学校に行っているので、いちばん上のハイデさんと、いちばん下のスージーさんと、ご主人とベックさんの四人暮しです。



■家族揃っての朝ごはん　左からベックさん、ご主人、スージーさん
ハイデさん。まだ外はうす暗くて、電気をつけて食事をする

家族揃っての朝ごはんから、我家の一日ははじまります。

末娘のスージーは大森にあるドイツ学園の八年生（中学二年）ですが、この学校は、本国とおなじで八時にははじまります。電車をのりついでゆくスージーは、六時十五分には家を出なければなりませんから、朝ごはんは六時です。家中が六時に食卓に着きます。

ドイツ人はだいたい早起きですが、六時というのは、ちょっと早い方かもしれません。でも、私たちは、こどもが一人で朝ごはんをたべて出かけ、自分たちはあたたかいベッドに、というのは可哀そうだとおもうのです。

それに、朝が早いと、私たちも仕事がはかどり、一日が有効に使えます。

主人は毎日、仕事が忙しいので、時間をムダにしたくないのです。「朝いっしょに食事をしなければ、必ず一時間か二時間は遅くなる。その時間はお客もないし、電話もかかってこない。この貴重な時間が自分のものになるのだから、いっしょに起きた方がいい」といっています。

朝ごはんのときは、なにしろスージーが出かけますから、ゆっくり話をする暇がなくて、それぞれ、その日の予定を話し合うぐらいのものです。それでも、みんなが元気な顔を見せるだけで、お互いに安心して、一日の仕事にかかれるのです。

●

中湊にいたときは、家族も多かったので、パンもうちで焼いたし、苺やカレンズの時期には、一年分のマーマレードも自分で作りました。編物もよくやりました。

あの頃にくらべると、こどもたちが大きくなった今は、私の仕事もずいぶん少なくなったはずなのですが、去年から教会の奥さんたちにケーキを教えることになって、出かけることも多く、かといって、毎日の掃除だけは手が抜けません。やっぱり一日はあっという間に過ぎてしまいます。

朝から出かける日でも、居間と玄関とお風呂場と洗面所、これだけは、出かける前に必ずやります。

居間と玄関は掃除機をかけ、ピアノや家具を木綿のフキンで空拭きします。ドイツでしたら空拭きは一週間に二度ぐらいで十分なのですが、東京はほこりがひどいので、どうしても毎日しなければなりません。これだけなら、だいたい八時半までには済ませることができます。

寝室や主人の部屋の掃除、台所の床の水拭きは二日か三日に一度です。台所はかたくしぼった雑巾でふきます。あと忘れてならないのは外まわりの掃除、ゴミをためると大変ですから、これは一日おきにやります。

デコラのドアや台所の棚の水拭き、冷蔵庫の中の整理と掃除、缶詰や調味料、洗剤などの買おきをしまってある貯蔵庫の棚の整頓は、二週間に一度ぐらいです。減っているものがあれば、



■じゅうたんのシャンプー　三カ月に一回ぐらいの割でやりますが、居間や台所の出入口など汚れのひどいところは、汚れたらそこだけやります



■洗面所の掃除　水気を拭きとるには、さらしを二枚合わせに縫って使います。スポンジもふきんも端に吊り糸をつけ、ふだんは吊しておきます

メモしておいて、忘れずに買い足すようにしています。

家具やピアノは二、三カ月に一度、液体のつや出しで磨きます。

春と秋のカーテン洗い、電灯の笠の掃除、毛ばたきで壁や天井などのほこりを払う、ドアの把手を金属磨きで磨く、床にワックスをかける……やることはいくらでもあります。

お天気のいい日にやりたいこともたくさんあります。シーツなど大きなものの洗タク、窓ふき、じゅうたんのシャンプー、靴みがき、ベランダ掃除、花の植えかえといった具合です。

じゅうたんのシャンプーは、お天気でみんなが出掛け、昼間はだれもいないという日にします。窓をぜんぶ開けて、朝のうちにやります。朝やると、夕方、みんなが帰るまでには、だいたい乾きます。

ドイツではシャンプー液を買うと、その店で、ただで機械を貸してくれるのですが、日本ではまだそうなっていませんので、この機械を買いました。どの部屋もぜんぶ、じゅうたんを敷いていますから、うちにはどうしても必要な機械です。

洗タクは、これまで家族が多かったので、アメリカ製の大型のものを使っています。今は四人ですから、一日おきで間に合います。

主人のワイシャツ、シーツ、ふとんカバーの類も家で洗いますが、木綿は糊づけやアイロン掛けがたいへんなので、下着以外は、なるべくアイロンのいらない、ポリエステル混紡のものにしています。

セーター類も、ふだんのものやこどもたちのものは洗タク機で洗います。百パーセントウールのものは、ドライクリーニングに出さなければなりませんから、買うときはよく表示をみて、アクリルやナイロンが少しまじったものを買うようにしています。

窓ふきは何日ごとときめているわけではなく、大雨のあとや、汚れてきたなとおもったらやります。グラスターで磨くとラクです。

三つあるベランダは、まず掃いてから、水を流してブラシでこすります。

家にいる日は、気になっているところ、その日にやった方がいいことからやりますが、一年中、なにかしらやることがあるから不思議です。

●

うちにはテレビはありません。下さるという方もあったのですが、主人が、あれば、ついみてしまうからとお断りしました。でも、私には、テレビをみる時間はまずなさそうです。

ケーキのクラスをやりにいくようになって気がついたのですが、そこのお宅の台所の窓から、きまって五、六人のお母さんたちが自転車でテニスにいくのがみえるのです。私はたまたまその日だけいくのかとおもっていたら、毎日だというのです。

朝、八時ごろにご主人が出勤して、



■靴みがき　晴れた日を選んで下駄箱の靴をぜんぶ屋上に運び上げ、しばらく風にあててから磨きます。色別に分けるのが私のやり方です。一足ずつだとクリームをつけて少し待たなければなりませんが、まとめてやると、クリームをつけ終ったところではじめのから磨くと、程よく乾いていて、手順がいいのです。

この屋上は、今の家を建てかえたとき、東京のように土地のせまいところで、上をただの屋根にしてしまうのはもったいない、という主人の考えで、屋根の部分をまわりを囲って、屋上として使えるようにしたものです。富士山をみながら靴を磨くのはなかなかいい気分です。

靴といえば、うちの玄関は日本式にタタキになっています。靴をぬいで家に上る日本の習慣はとてもいいことです。私たちはドイツへ帰ったときでもこれを続けていますし、むこうへいっている娘たちにもそうさせています。

その奥さんたちは九時か九時半にはもう、毎日テニスにいっている、私はびっくりしました。ご主人たちが気の毒だとおもったのです。

もちろん、誰でも気晴しの運動は必要です。でも、ご主人は一日中働いているのに、奥さんだけが楽しんでいる、こういうことは私には考えられないことです。

ドイツ人はご主人の休みの日に自分も時間があくように、ふだんの日は一所懸命、家の中の仕事を片づけます。そして休みの日は、家族全員で散歩をしたり、好きなことをやって楽しむのがふつうです。

●

こどもたちも主人も、お刺身、おでん、大根おろしで天ぷらなど、日本のものが大好きです。酢豚などの中華風のものもよくやります。ですから、ごはんもよくたべます。炊くにはガス釜を使っています。

ドイツでも、私たちが住んでいた南の方は、じゃがいもより、スペツリなどめん類をよくたべます。そのせいか日本のおそばやラーメンも、すぐ好きになりました。

ですから、お客様のときも、その方の好みを考えて、和風にすることもありますが、日本のものにすると、どうしても台所にいる時間が長くなります。

その点、ドイツのものなら手慣れているし、日本料理や中華料理とちがって、オーブンで焼いたり、ナベで煮込んだり、手間のかからないものが多いので、お客様のときは、だいたいドイツ料理にきめています。デザートは朝のうちに作って冷蔵庫に入れておき、出来たものを冷めないようにしておけば、あとは台所にそれをとりにいくだけでいいのです。

お客様だけを部屋にのこして、奥さんが台所に入りっぱなしというのは、私たちの習慣では、ほとんど考えられません。

私も若いころは、お客様というと、とにかくごちそうを作らなければとおもったものです。今でこそ、主人は、お客様を連れてくるときは、前もっていってくれますが、昔はいきなり連れて来ることが多かったのです。

なにもないときなど、ほんとうに困りましたが、主人は家族とおなじものでいいというのです。たしかに、それを出すと、お客様も喜んでたべてくれるのです。

食事にお招きするということは、いっしょに食事をしながら、楽しい時をすごすことです。ごちそうは二の次と考えること、このことが身についてからは、気軽にお客様ができるようになりました。

大勢のお客様のときは、カレーライスやチキンフリカッセなど、ごはんにかけるものもよくやります。あとサラダを作り、何かデザートをそえると、立派なおもてなしになります。

●

買物は毎日はいきません。その代りいったときに、安いなとおもうものをちょっとたくさん、まとめて買います。牛乳も生協のお店が水曜と土曜が安売りの日で、180円で買えますから、その日に3本か4本ずつ買います。

日本は野菜の種類も多いし、果物でもなんでもあって、まったく不自由はありません。

ただ、最近は大根でもリンゴでも、やたらに形が大きく立派になって、味がうすくなったような気がします。こどもたちがむこうの学校へいくようになってから、毎年、夏に二カ月ドイツへ帰りますが、むこうのものは、形やみかけはわるくても、手をかけず、自然のままに作っているので、新鮮で香りが高く、おいしいです。



■行きつけの八百屋さんで　野菜でも肉でも安いときに買っておきフリーザーを活用しています。挽肉はトリと牛と豚の三種をまぜて使います。こうすると出来上りが柔かくておいしいし、身体の為にもいいと思っています。別々に挽いたのを買って自分でまぜます



■お茶の用意　ドイツでは、ケーキもクッキーも手作りがふつうです。リンゴや苺、さくらんぼ、グースベリー、プラムなど季節の果物や木の実、チーズ、ヨーグルトなどをふんだんに使って焼きます

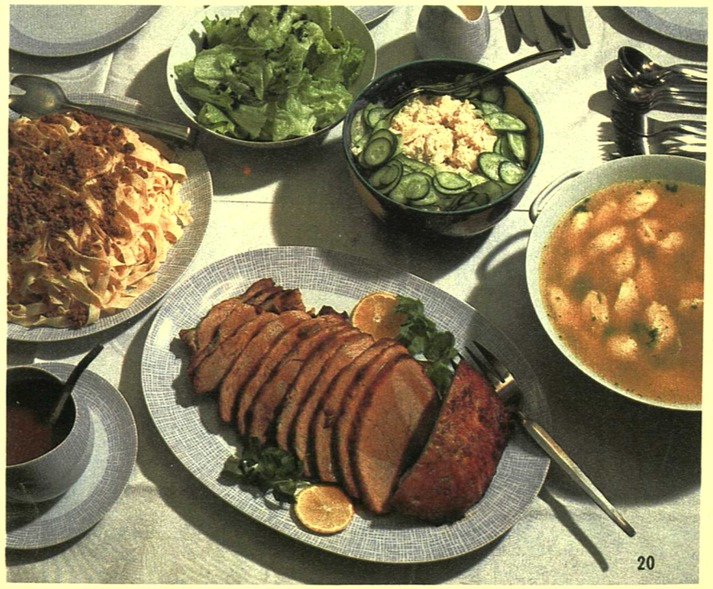
■お客様があった日曜日の夕食　メインはシュバイネブラーテン、豚のもも肉のローストです。かたまりのまま、まわりに塩とコショーをすりこんで天火で一時間ほど焼きます。

ソースはブラウンソースで、本来は肉の焼汁を土台にして作りますが、時間がないときは、ドイツから持ってきた即席ソースの素を使います。玉ねぎをよく炒めたところへふりこみます。つけ合せはヌードルで、上にかかっているのはこがしバタです。

スープはチキンコンソメに荒びき小麦粉のお団子を落したもの。バタと玉子が入るのでフワッとしています。

あと、じゃがいもサラダと、ふつうのレタスのサラダです。

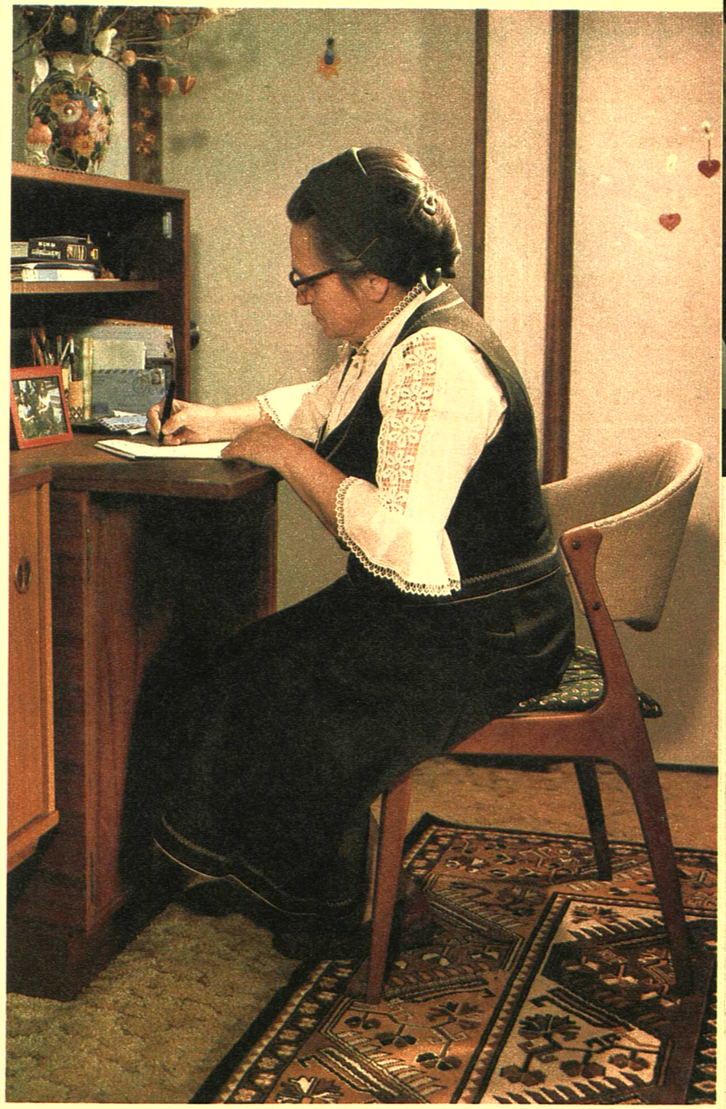
じゃがいもは丸ごとゆでて、熱いうちに皮をむき、手の上でうすくそぎ切りにします。すぐ、玉ねぎのみじん切りを生のまま加え、酢と塩、油、マヨネーズで味をつけます。最後に固型スープをお湯でといたものを少し入れ、全体にまぜてしっとりさせます。



いわんばかりの態度でした。
その前の日はスーパーマーケットの二階でした。若いお母さんが、まだ歩けないこどもをアメの棚の前においたまま、自分はものをみているのです。
当然、こどもはアメをいじって床におとします。私はアメをひろってもとにもどしましたが、その奥さんもスミマセンの一言もありません。店の人たちも、見ているのに何もいわないのです。ドイツだったら、店の人もうるさくいいます。
アメがきたなくなってもそれは店の責任、コップが割れたら弁償すればいい、そういう考えで育てられたこどもはどうなりますか。これではこどもが可哀そうです。まわりのものが見て見ないふりをするのも、こどものためになりません。
いいにくいことですけど、端的にいって、日本のお母さんはこどもに甘すぎます。自分のこどものことだけを考えて、まわりの人のことを忘れています。日本のこどものしつけで足りないのはそのことだとおもいます。
お客様にいっても、出されたものをそこのこどもが、いちばん先にとることがよくあります。そのこどもは、いつもそうしているので、当然だとおもっているようですが、これを許すのはこどものためによくありません。お客様に対しても失礼です。まずお客様がとられてから、大人がとる、こどもはいちばん最後だということを、きびしく教えるべきです。

●

私たちは、こどもたちには、人の役に立つ仕事、人のためになる職業をえらんでほしいと願っています。
今ドイツで学校にいっている三人のうち、二番目と三番目の娘は病院に附属している看護学校の二年と一年で、おなじ学校で、看護婦になる勉強をしています。
学校や幼稚園の先生も女性に適した職業ですが、ドイツでは、最近、こどもがどんどん減っていますから、そういう学校を出ても、働く場所がなくて困っている人たちが一杯います。
その点、看護婦は、病人はなくならないし、将来性もあります。日本では看護婦さんはあまり評価されていませんが、ドイツでは、たいへん責任の重い、立派な仕事とされています。
看護学校は高校を出てから、18才で入ります。入って半年たったときに、いろいろな面から、その仕事にむいているかどうかをみる試験があり、それにパスした人だけが残ります。
二人が勉強している学校は、病院で実習をしながら学ぶので、お金は一銭もかかりません。一と月に5万円位のお金がもらえ、その中から、部屋代や食費を払う仕組です。しかし、それはとても安いので、親の力なしにやってゆけます。
日本人の患者さんもたまにはいるようで、そういうときは、日本語のできるうちの娘が、お役に立っているようです。
四番目のブリギッテは、今は家政学校にいっていますが、この秋からは工芸学校に入ります。彼女は勉強はあまり好きではないのですが、小さいときから絵を描いたり、手先でやることが上手でした。そういう才能を生かすために工芸学校に進み、織物を専攻することになっています。



■ドイツにいる家族に手紙を書いているところ

この三人の娘たちには、一週間に一度、日をきめて手紙を書きます。
これまでずうっと五人一緒にいたのが、はじめて親から離れて、それぞれに暮すことになったのです。ウルスラとリンダは寮も一緒なのでまだいいのですが、ブリギッテは一人で淋しいらしく、ときどき日本に帰りたいといってきます。手紙だけはきちんと出してやりたいのです。
娘たちもよく手紙をくれます。この間の私の誕生日には、リンダからは私の好きなヒースの押花をそえた手紙が来ましたし、ブリギッテからは自分で作った、落葉を使った版画のカードが届きました。
年末には、ウルスラとリンダが二人で作った、手製のカレンダーを送ってよこしました。去年の夏、二人へのお土産にカメラを持っていってやったのですが、それで病院のまわりの山や森、畑、夕日などを撮ったのだそうで、月毎に、写真にふさわしい聖書の一節をそえてあります。
親の私たちがこんなことをいうのはおかしいのですが、ほんとうに素敵なカレンダーで、主人も私も、お客様のたびにお見せして、自慢しています。
長女のハイデは、高校を出てから一年間アメリカの神学校へ行き、そのあとドイツで女子専門学校を卒業しました。彼女は英語とドイツ語と日本語が自由に使え、いま、私の手助けをしてくれています。
目下、本に夢中のスージーは、まだどういう方面に進むかわかりませんが、それなりに考えて、自分にあう仕事を見つけるだろうとおもっています。
ドイツでは日本とちがって、女の人でも、働こうとおもえば、いくつになっても仕事はあります。しかし、娘たちも結婚してこどもが出来たら、少なくても、こどもが三才になるまでは、家にいるべきだとおもっています。
古いといわれるかもしれませんが、家族のために、あたたかく、気持のよい家庭を作ってほしい、それが娘たちへの願いです。



■ケーキ教室で



■花の水やりは朝一番の仕事。家中に花鉢がいっぱいです