

# スローテンポ通信

第 11 号

2017年11月30日

発行：一般社団法人スローテンポ協会  
〒329-0403 栃木県下野市医大前3-7-4

☎ 0285-35-2888

Eメール [usagimokamemo@gmail.com](mailto:usagimokamemo@gmail.com)

ブログ『うさぎもかめも』

<http://usagimokamemo.blog.fc2.com/>



## スローテンポ書店

営業：10時～18時  
日曜・月曜・祝日休み

小さな出版社の、一般書店ではあまり見かけない良書を専門に扱っています。ライフスタイルを見なおすときに役に立つ本がたくさんあります。

### 今月のおすすめ5冊：

『おいしいごはんの店』  
『サツマイモの世界・世界のサツマイモ』  
『はなそうよ！恋とエッチ』  
『月刊むすぶ 562号』  
『京浜東北線・宇都宮線・高崎線 街と駅の1世紀』

お気軽にお立ち寄りください。



## 地域を元気にするための 懇話会

水曜日午後3時～5時、参加費無料。  
誰でも参加できる意見交換の場です。

日ごろの意見を誰にも話さないのは心の健康によくありません。若者も高齢者も、話したい人も、ただ聞きたいだけの人もどなたでも参加できます。



## 文章を書いてみませんか

自分の考えを整理して文章にしましょう。文章を書くときに、誰に読んでもらうかを意識すると、自分と相手を冷静に見つめられるようになります。

それをくり返せば、自分自身と自分を取り巻く周囲の世界を客観的に見れるようになります、こころの病を予防します。

1000文字程度の文章を持ち寄って、言いたいことが正確に伝わっているかを受講者どうして述べ合います。

文章教室は毎週木曜日午後3時～5時、参加随時、参加費は資料代含めて、1回500円。

お問い合わせは当協会まで。

## こんな本があります

### 『おいしいごはんの店』

自然派レストラン全国ガイド

取材：おいしいごはんの店探検隊

充実改訂版 2009

野草社発行、新泉社発売

「自然食」をうたっている全国308店のレストランを紹介する本です。

「自然食」といっても人によってとらえ方が異なりますが、この本では「ナチュラル志向」「オーガニック」「マクロビオティック」「ベジタリアン」「スローフード」「フェアトレード」「手づくり」などをまとめて「自然食」といっています。

どのお店も、「からだにいいものを客に食べさせたい」という点では共通します。どんなものがからだにいいのか、という点で、お店によっていろんな主張があり、うたい文句に違いが出てきます。

500円でランチにありつける店から、3500円のランチコースの店、7席だけの小さな店から100席を超える大型店まで、和洋中いろんなお店があります。

初版が出たのは2005年で、初版本を片手に食べ歩き、この本に紹介されることを目標にして開業したお店も、新版には登場します。食べ歩きや旅行のお供におすすめです。

一店一店を取材しながら記事を書くなかで、取材する側も学び、人々の食の安全に対する願いが理解できるようになり、「食の自給・国産」「地産地消」「身土不二」「フードマイレージ」に向かうのは当然だと思うようになります。

「自然食」や食の安全に関する主義主張やスローガンは、どれも科学的に構築された理論体系をもっていますが、それを表現する用語を一つ一つ説明を始めればきりがありません。中には世界的な活動を展開しているものもあります。

その理屈に納得するかどうかは、人によって違うので、この本では個別にと

りあげることにはしていません。

大切なことは、「客にいいものを提供したい」というお店がここに308店あるということです。

時代は健全な資本主義を歪め、市場では、カネ至上主義、儲け優先、効率優先が当たり前のように唱えられるようになってしまいました。

その場限りでその気にさせる商法、権威付けやトレンドを巧みに仕組むやり口、不安をあおって甘い言葉でつるやり方などなど、ビジネスで大儲けする方法は、早い話が、全て客をだまして儲けるという手法であり、一種の詐欺といってもいいかもしれません。

悲しいことに、今の時代は国家ぐるみで経済至上主義が唱えられ、もともと赤字が当たり前の医療、介護、福祉、教育などの領域にまで、効率優先、受益者負担の経済理論が強引に押し付けられるようになりました。

振り込め詐欺などの詐欺被害がいつこうに変わらないのは、国が丸ごとカネ儲け主義に陥ってしまったので、本気で詐欺をなくそうとは思っていないからなのかもしれません。

そんな異常な時代だから、「からだにいいものを客に食べさせたい」と張り切っているレストランが308点もあるということはいずれの限りです。

308点は客からも支持され、なおもがんばっています。それが続けられ、経営も成り立つのですから、どんどん広まって、社会全体が変わってほしいのです。客をだまして儲けている人たちは、この本を読んで考えを改めてもらいたいものです。

ところで、308店のうち栃木県は3店だけ、下野市ゼロは、ちょっぴりさびしい気がします。

下野市にもからだにいいものを出しているお店がたくさんあるはず。下野版『おいしいごはんの店』をつくりたいので、ぜひとも情報提供などのご協力をお願いします。

N、ブログ『うさぎもかめも』より改変