

女優

# 井上晴美さん



熊本

私の心の味。

第1回

祖母が

作ってくれた

阿蘇の高菜チャーハン。

いまは子どもたちの

好物です。

熊本で生まれ育ち、

いまも熊本の自然の中で

子育てに取り組む女優の井上晴美さん。

熊本地震が起きた2016年には、

自宅の損壊と避難生活をブログで発信。

注目を集めました。

「東京で一人暮らしをしていた頃、

熊本に帰ると祖母がいつも

高菜でチャーハンを作ってくれました。

食べるとほっとする熊本の味」

と井上さんは言います。



毎年3月になると、熊本の高森町に住む父の知人から高菜漬けが届きます。それを目にする時、冬が終わり、春が訪れたと感じます。

私にとって熊本の味といえば、その高菜がまず浮かびます。なにより忘れられないのが、小さい頃よく祖母が作ってくれた高菜チャーハン。私が十代で芸能界に入り上京してからも、帰省する時いつも用意してくれました。東京で食べる機会はなかったこともあり、祖母の高菜チャーハンを食べると、熊本に帰ってきた実感と安心感をいつしかおぼえるようになります。

三人の子育てをするいま、高菜は常備菜。高菜を切ってごま油で炒め、かつおぶしをかけたものがないとありません。そのままでもおかずの一品になりますし、パスタに入れてもおいしい。万能で、さっと使えて、栄養豊富な食材だから重宝しています。思えば忙しい農家だった実家の冷蔵庫にも、いつも切らさずあるものでした。高菜チャーハンは、いまは子どもたちのために私が作るものになり、好んで食べてくれる姿をいとおしく眺めています。

東京から故郷の熊本へ戻り、三人の子育てをしなからわかったのは、ここは旬の食材の宝庫であること。春の高菜を始め、夏のトマト、なす、西瓜など、季節のものが豊富にとれます。その恵みをおすそわけしあうことも、ごく自然なやりとりです。食と人との距離感がほどよいのかもしれない。そんな環境のため、家庭菜園で野菜を育て、収穫することを子どもたちに手伝ってもらっています。自分たちが食べるものが、どのような姿で自然の中で育まれ、いつ収穫され、いつ食べるのか。そういったことを、土を掘り返したりしながら知ることで、この豊饒な土地に生きる喜びを感じてもらえたらと思っています。

イラスト／大崎吉之

いのうえ はるみ

1974年生まれ。熊本県出身。16歳で芸能界に入り、ドラマ・映画・舞台など数多くの作品に出演。2005年に国際結婚をし、現在、故郷・熊本の阿蘇で3人の子育て中。アロマセラピー1級、薬膳マイスター、アンガーマネジメントインストラクター（キッズバージョン）。