

アコースティックバンド「テノヒラ」のボーカル 愛南町出身のkikuさんが綴るふるさとエッセイ

— あいなん音故地新 — 「自分に優しく。(つづき)」

“自分がされて嫌なことは人にもしない”。小さい頃から今までに何回聞いたかわからん。じゃ、その反対はどうやろう?“人にしない(言えない)ことは自分にもしない(言わない)”。

前回、日本人は他の国の人と比べて自己否定感が強いってことを話した。容姿への自己評価は特に低い。私の友人にもどっからどう見たって美人な子が鏡の中に映った自分を見て、毎日憂鬱になるって言う。

あなたはどうかやろう?私ってキレイ!この姿に生まれてよかった!大好き!ブラボー!...そんな風に思えたら毎日楽しい。けど、実際は、目が小さいとか鼻が低いとか小さなことが気になってしまう。そんな人が多いはず。あなたが人の顔を見て、“その鼻、ヘンテコね”、“目が小さくて可哀想”なんて直接言うやろうか?...言わんよね。それなら自分にも言うべきじゃない。たとえ心の中の声でもあなたの頭の中に聞こえるならそれは、誰かに言われるのと一緒。

人に言えんことは自分にも言わん。あなたはあなたのままで十分素敵。

(テノヒラkiku)



あいなん逸品図鑑 その⑫



「オクラ」



愛媛CATV
動画

生産者 ^{しげる} 田中 重さん(御荘平城)

松山市からUターンして節崎でオクラ栽培をしている田中重さん。^{しげる}稲作以外にも何か農作物の生産に取り組んでみたいと考えていたとき、いここに勧められたことがきっかけで栽培を始めました。

オクラは3月下旬頃に種を植え付け、肥料や水を絶やさないように管理し、6月半ば頃に実りを迎えます。田中さんは農協の規格でMサイズに該当する8~10cmの大きさのものを主に収穫しています。

「オクラはすぐに実が大きくなるので一日も待ってこれない。ちょうど良い大きさのタイミングで収穫を続けていくのが大変」と、一人での農作業に苦勞は絶えません。

おすすめの食べ方は細かく刻んでかつお節や醤油と混ぜ、ご飯にかけて食べることと話す田中さん。今後の展望については、「来年は生産面積を現在の1.5倍ほどの規模に拡大したい」と意欲的です。



▲昨年からのオクラ栽培に取り組んでいる田中重さん。9月下旬まで収穫作業を続けます。



▲田中さんが栽培したオクラ。地元の農協のほか、道の駅にも出荷しています。