



Bijaとはサンスクリット語で「種」を意味します。生命、そして新しいものが始まり成長していく象徴です。



## Bijaのカレーは何料理？

日本では、カレーは国民食といえるほどの多くの人に愛されていて、日常的にも食べられています。しかし、インドなどの南アジアにルーツをもつこの料理がここまで日本人に愛されているのはなぜなのでしょう？

最初に洋食として日本に広まっていったカレーは、西洋文化へのあこがれを気軽に日常で楽しめる料理だったから、しかもそれが日本人の主食であるご飯とあっていたから、などなどいろいろと理由はあると思います。

すでにルーツであるインド料理から日本の食文化に取り込まれてしまっているカレーの特徴は、もとのインド料理に比べて、スパイスの強さを抑えていること、日本にある食材を使っていること、そして旨みを重視していること、が特徴ではないかと個人的に思います。そして、この旨みの部分が日本人にカレーが愛されている重要な鍵の1つではないかと思っています。

インド料理は、日本料理のように出汁はとりません。基本的に旨みを多く含む発酵調味料(しょうゆやみそなど)も使いません。Bijaのカレーの調理技術はインド料理ですが、素材は日本の食材(というか浜松産の有機食材が中心)で、調味料としてスパイス以外に出汁や発酵調味料を使っています。そうすることで、こってりした油、バター、生クリーム、ナッツなどを使わないで旨みを引き出しています。

つまりBijaのカレーはインド料理と和の要素をあわせたフュージョン料理なんです。インド人が作るインドカレーはもちろんおいしい。しかし、浜松で採れる素材を使って、日本の伝統調味料も生かして、日本人が作るカレーも、インド人シェフが作れない日本人にとっておいしいカレーを生み出すと思います。Bijaのカレーはそんなカレーなんです。(by Kiyokawa)



でんきを消して、スローな夜を。 100万人のキャンドルナイト

6月20日(金)、21日(土)、22日(日)



2008年の夏至の日、6月21日の夜、全国各地で行われる100万人のキャンドルナイト。Bijaではこの日の前後3日間のディナータイムをキャンドルの灯りでお楽しみいただけます。

あたたかくゆれる光を眺めながら「平和」「スローな暮らし」「地球の未来」などを考えてみませんか。

100万人のキャンドルナイトホームページ <http://www.candle-night.org/>

## 6.15 父の日 father's day

6月15日(日)、いつもがんばってくれているお父さんに感謝の気持ちを込めてBijaより小さなプレゼントをご用意。ぜひお父さんといっしょにお食事にいらしゃいませんか。お食事をされるお父さんへのスペシャルサービスです。



カラダの中からキレイになるう！

## 癒しのヨーガセラピー体験 & オーガニックフード at Bija

浜松で活躍中のヨガインストラクター杉原先生による癒しの「ヨーガセラピー」と、有機野菜をたっぷり使った Bija のスペシャルディナーピュッフェが同時に楽しめるココロとカラダにとってもやさしいイベントです！

日時 7月2日(水) 18:00 ~ 21:00

(18:00 受付 18:30 レッスン開始 20:00 ディナー開始 21:00 終了)

会場 スパイス・カフェ・ビージャ (中区富塚町 449-1 杏林堂富塚店さんより佐鳴湖方面へ約50m)

定員 20名 (予約制) 料金 ¥4000 (レッスン料、ディナー込み)

ヨーガセラピーとは…

インド伝統的ヨーガを、どなたでも楽しめるようにシンプルにした「体にやさしいヨーガ」です。心に体に穏やかに働きかけるので、自律神経系に深いリラックス効果があります。終わった後はすっきり疲れがとれます。

講師 杉原 陽子 プロフィール 浜松ヨーガ療法研究所シャントヒ代表、インド政府認定スワミ・ヴィヴェカナンダ・ヨーガ研究財団(VYASA)ヨーガ療法士/ヨーガ教師。日本ヨーガ療法学会会員。筋力トレーニング、エアロビクス指導歴やダンス歴も長いので、健康相談から姿勢矯正、シェイプアップまで幅広くアドバイスできます。



- \* 当日は床に敷くためにヨガマット、もしくはバスタオルを持参してください。
- \* 裸足で行います。ジャージなど動きやすい格好で。ジーパン、スカート不可。
- \* うつ病、高血圧等の病気をお持ちの方は必ず講師に予めお伝えください。
- \* 妊婦さんで受講をご希望の方は予めご相談ください。

お問い合わせ & ご予約 杉原陽子 tel 053-438-8648 e-mail yoko@shantih-yoga.com  
(杉原は6/5 ~ 20の間はインド出張のためつながりません)  
スパイス・カフェ・ビージャ tel 053-474-0330 (ご予約のみ受付)

## ひつじカフェ「フェルティングニードルでつくる小さな動物」

オーガニックのお茶を飲みながら、ニードルフェルトのワークショップ。前回とても好評だったので毎月行うことになりました。ふわふわの羊毛をちくちくとニードル針で刺して…コロロとかわいい作品を作ってみませんか？初めての方にも原毛の選び方、道具の使い方のコツを丁寧に指導します。ゆっくりとした空間でやわらかなフェルトに触れてリラックス…。

毎月行うことになりました



日時 6月20日(金) 13:30 ~ 15:30

場所 スパイス・カフェ・ビージャ (ミーティングルーム) 定員 6名

料金 ¥1500 (材料費、お飲み物代込み、初回の方のみ道具代¥100いただきます。)

講師 たま プロフィール 長野市出身。美術短大(油絵専攻)卒。2003年に羊毛に出会い、フェルトの制作を始める。牧場でひつじのボランティア(刈り取った毛を洗い、ゴミを取り、作品を作る)をしている。今年、京都にある川島テキスタイルスクールにてジョリー・ジョンソンのワークショップ「ウールマジック」を修了し、さらにフェルトの奥深さを実感。2児の母。



店内に展示作品あるので見てね

お問い合わせ & ご予約 ひつじ工房 たま

tel : 080-3664-5089(大森) e-mail : tamachan\_hitsuji@yahoo.co.jp

7月の予定・・・「フェルティングニードルでつくる小さなお人形」

7/11(金)13:30 ~ 15:30、25(金)10:00 ~ 12:00

夏休みは親子講習会も行う予定です。お楽しみに

## Bijaがお世話になっている 有機農家さんの紹介 ~ 三方原・羽田農園さん ~

羽田農園 浜松市北区大原町

羽田 尚由(はだ・ひさよし)さん



実家が花農家だった羽田さんが有機農業に興味を持ったのは大学時代。農学部で授業の中に南北問題や環境問題を取り扱う社会学の講義があり、その先生が交流を持っていた有機農家さんが作った無農薬の野菜を食べさせてもらったのがきっかけだそうです。大学4年生の時には、知人の紹介で千葉の有機農家さんのところに日帰り実習に通い、卒業後もやはり環境を傷つけない仕事をしたいと一年間住み込みで有機農業を学びました。

その一方で南北問題にも興味をもっていた羽田さんは、ある民間団体の国際交流プログラムでタイの農村でホームステイや農作業を行うスタディーツアーに参加しました。現地の農村の家庭にひとりで泊まったり、田植えと一緒に行く中で言葉が通じなくても身振り手振りやしぐさで通じ合う気持ちや伝わる技術がある喜びを知り、さらに本格的に活動してみたいと青年海外協力隊に参加することを決意しました。

インドの南西の島国スリランカに赴任した羽田さんは、障がいのある人や路上生活者を保護する施設で、施設の自給自足のための食料生産と、農作業を通じたりハビリと社会復帰支援を目的として、農業技術と農場管理の指導にあたりました。

3年の活動後、帰国した羽田さんはさらにNGOからの派遣でソマリアに赴任し、エチオピア人の難民キャンプで母国にいつ帰れるか分からない人達に現地への定住を促進するためのプロジェクトで一年間、職業訓練としての農業技術指導にあたりました。

一時期は国際協力の道で生きていくことも考えた羽田さん。しかし、「指導するばかりでなく自分で野菜を作りたいかった、そうでなければ生きている意味がないと思った。」との強いこだわりで28歳の時、三方原の現在の土地で農業をはじめました。

それまで人に貸していた土地は化学肥料で痩せていたので緑肥で土壌を改良しながら、使われていなかった部分の草むしりと石拾いから始まりました。千葉で学んだやり方を参考に宅配からはじめましたが、当初は値段も安く、無農薬に関心のあるお客様ばかりではありませんでした。その後、遠鉄百貨店や名古屋の会員制宅配システム「にんじん CLUB」に野菜を納めるようになって、少しずつ収入が安定してきたといいます。

現在作っている野菜は30種類ほど。三方原はジャガイモの産地として有名ですが、周りが作っていると病気や虫などが来やすく、実は無農薬で作ろうとするとかえって難しくなるそうです。それでもジャガイモのほか、人参、里芋、大根など根菜類の味が良く、お客様に美味しいと言ってもらえた時や、身体を壊したお客様が療養のために羽田さんの人参で作ったジュースを飲んでいたり、必要とされていると思う時にやりがいを感じるといいます。

最近では掛川で主に退職されたシニア世代を中心に新規就農を支援している「学園花の村」で講師を務めるなど活動の幅も広げている羽田さん。46歳になった今後の目標については、「体力が落ちた分を補えるアイデアを出して、効率よく良いものが作れるように、長く続けられる農業を考えたい」とのこと。もっと夢みたいな事を言えば…と前置きして「また海外に行つての技術指導もやってみたいし、今うちの農園では障がいを持っている人たちに手伝ってもらっているけど、農業を離れたところでそういう方達の支援をするボランティアなどもやりたい。有機農業も大切だけど、自分にとって生活の手段でもあるから…自分の利潤とは関係ないところで活動する時間を持ちたいという気持ちはありますね」と真摯な気持ちを語ってくれました。

Bija に対しては「単なる飲食店ではなく環境や食の安全など社会にメッセージを発信していて良い働きをしていると思います。是非多くの人に食事してもらい、いろんな問題に興味を持ってくれる人が増えるのを期待しています。」とのメッセージをいただきました。頑張ります！

\* 羽田さんの有機野菜の宅配に関するお問い合わせは053-437-9663まで。

## ムッシュ Bija chef Monsieurカズの農園日記

先月植えたズッキーニの苗も1ヶ月でこんなに大きく育ち、もう収穫できるようになりました。先月の台風で1株根元から折れてしまい慌てて支柱を立てとりあえず一安心です。これからは台風や梅雨の時期に入るけど野菜たちも負けずに育ててほしいです。

本来ならばズッキーニは朝花が開くときに人工授粉したほうがいいらしいけど、なかなか朝に畑には行くことができません。でもハチやチョウたちが蜜を吸いに来て授粉してくれたお陰でこんなにいっぱい実りました。普段はキャベツにつくアオムシや収穫のときに真上を飛び回っている恐いハチに悩まされますが、こういった虫と共存していくことで野菜も育ってくれるんやと思いました。

収穫したズッキーニはBijaでピクルスや野菜料理にも使っていきますので楽しみに！



ズッキーニの花

### 今年も ap bank fes 08 出店しまーす！

掛川つま恋で行われる環境と音楽を融合した野外音楽イベント ap bank fes へ昨年に続き今年もBijaは出店します。昨年は台風に見舞われ1日だけしかオープンできませんでしたが、今年は3日間たくさんの方にBijaのカレーをお楽しみいただけたらと思います。もしfesへ参加される方がいらっしゃいましたらぜひBijaのブースへ寄って下さいね。

期間 7月19日(土)、20日(日)、21日(月・祝) 会場 つま恋(掛川市)  
ap bank fes 08 の詳しい情報は <http://www.apbank-ecoreso.jp/>

### ap bank fes 出店によるお休みのお知らせ

7月18日(金)～24日(木) Bijaのお店はお休みさせていただきます。

### Spice Cafe Bija (スパイス・カフェ・ビージャ)

address 〒432-8002 浜松市中区富塚町 449-1

(杏林堂富塚店さんより佐鳴湖方面へ約50m ケーキのAKIYAMAさん向かい 美容室かぐや姫さん隣り)

tel 053-474-0330 website <http://www.bija.jp> 定休日:火曜

ランチ 11:30～13:30 カフェ 13:30～16:00 (L.O.15:30) デイナー 18:00～21:00 (L.O.20:30)

### Bija新聞についてのお知らせ

この度はBija新聞をお読みいただきありがとうございます。

さて、新聞の発行に伴い必要な紙、インク、輸送にかかるエネルギーなど、環境にかける負担も大きくなってまいります。もしみなさまのなかでインターネット環境があり、ホームページで新聞を見ることができるという方は右記のサイトにアクセスしてみてください。 <http://www.bija.jp>

