# チーズと設計デザインと歯科の関係

## 日本人初のフロマジェコンクール優勝 村瀬美幸さんに聞く

チーズと牛乳は齲蝕症の予防因子である―。実はこの一言、WHOが歯の疾患を防ぐ食事の一環として推奨しているもの。今回は、歯の健康にも寄与するチーズを、知識だけにとどまらずカッティングや盛り付け、食べる際の組み合わせなども加味し、さらに食卓をより魅力的な場に引き立てるチーズに関するプロフェッショナル「フロマジェ」の第一人者として活躍中の村瀬美幸さんにインタビューを行った。村瀬さんは世界のチーズを楽しく学ぶ教室「The Cheese Room」を主宰。一昨年には「世界最優秀フロマジェコンクール2013」で世界チャンピオンとなり、現在そして今後の活躍が注目されている。チーズへの思い、ご自身の生い立ちと食、食の安全、コンクール優勝秘話、今後の目標などを伺った。その中では、チーズに合うお酒の相性、驚きのアイデア紹介もさることながら、歯科に関連する興味深い示唆も含まれていた。聞き手は、広報・ホームページ部の早坂美都部員。

【プロフィール】むらせ・みゆき。上智短期大学卒業後、全日空に入社し客室乗務員として勤務。1995年にワインソムリエ資格を取得し、田崎真也氏に師事。師が主宰するワインスクール、チーズ専門店店長を経て、東京都中央区京橋でハルノデザイン株式会社食育事業部のチーズ専門教室「The Cheese Room」を主宰。2009年インターナショナルカゼウスアワード世界2位入賞。2013年、チーズのプロが集う世界最優秀フロマジェ・コンクールで日本人初の世界一に。著書に『村瀬美幸のおうちでごちそう本格チーズクッキング』ほか。

### チーズスクールの狙いと目標

**―早坂美都部員　まず、お仕事の関係ですが、チーズソムリエ、フロマジェ、チーズ教室などいろいろと伺っていますが、専門分野やその内容を。**

**◆村瀬美幸さん**　このスクール「The Cheese Room」は、二〇一三年五月に「世界のチーズを楽しく学べるスクール」としてオープンしました。チーズのことを深く知るだけではなく、チーズを楽しむコツも学びます。また、いろいろなチーズをアーティスティックな切り口でカットして盛り付けますが、このような試みは日本では初めてだと思います。ワインのほか日本酒や焼酎にも合うチーズの組み合わせを提案し、おいしく楽しめることなどを追究しています。これまでの食べ物、食材、メニュー、食卓などに、さらにチーズを加えることで、その場が一層楽しくなるよう工夫しています。

### WHOが「チーズで虫歯予防」推奨

**―虫歯になりにくい歯をつくるため、二〇〇五年にWHOが掲げたチーズ食について。**

**◆村瀬さん**　ハード系のチーズを食べる時は、咀嚼回数が多くなり唾液もよく出るほか、リン酸とカルシウムが豊富に入っているので再石灰化のパワーを高め、虫歯予防効果があるといわれています。食後にパルメザンチーズなどのハード系チーズを一切、よく噛んで食べることは、歯を守ることの理にかなっています。また、介護と関連しますが、嚥下障害や誤嚥防止というと、とろみ食を連想しがちですが、ハード系熟成チーズは口の中で転がせば、味覚、硬さ、口当たり、とろける触感なども味わえます。私の教室の受講者のご家族で咀嚼できなくなった方でしたが、チーズは大丈夫でした。硬いチーズは口の中で転がされて溶け、唾液も出て、噛まなくても食べられたのです。もしかすると、このようなチーズ食により、摂食嚥下機能低下による誤嚥性肺炎リスクも減るのではないでしょうか。

### 設計デザインとチーズの関係

**―チーズ教室は設計デザイン事務所の一部門と聞いています。設計デザインとチーズの関係とは。**

**◆村瀬さん**　このチーズ教室は、ハルノデザインという衣食住をトータルに手がける設計デザイン事務所の一部門で、そのコンセプトの一つ〝食〟を実現したものです。設計では、今住んでいる建物に不具合が生じたため改築、リニューアルなどの方法で対処するように、「住居の治療」を行います。その際の心がけは「良くない所を直すだけでなく、みんなの楽しみを増やすには、現状をどうすれば良いか」という点です。チーズとの関連では、「ベースの食事の楽しみにチーズを加えることで、食卓がもっと楽しくなる」という方向性を心がけています。食卓をみんなで囲んで楽しく食べることは食育の上でも大事です。余談ですが、この住居への考えを歯科医療に置き換えて、新たな改善につながらないでしょうか。

**―そのほか、歯科に関する接点や認識を。**

**◆村瀬さん**　食の観点から8020は本当に食に結び付くと思いますし、「口は食べることの入り口」ですから、歯科の役割は重要です。

**―ワインソムリエ資格もお持ちと聞きましたが。**

**◆村瀬さん**　全日空時代、社内クラブでワインを学びましたが、その時の講師は一九九五年の第八回世界最優秀ソムリエコンクールで優勝した田崎真也さんでした。当時はワインを和食に合わせることなど誰も提唱していません。このクラブのカリフォルニアワイン試飲の時、とんかつ弁当が出され、「ソースは全部かけないでください。半分は白ワイン、半分は赤ワインと合わせます」との説明がありました。とんかつとワインの合わせ方、ソースに合うワインの選び方を前に、私のワインへの固定概念は崩れ、食べ物とワインの自由な組み合わせ方に感じ入りました。分かりやすい語り口と話題でワインの敷居は低くなり、現在に至ります。

### アート性めぐるフロマジェコンクール優勝秘話

**―世界最優秀フロマジェコンクールで優勝したことについて。**

**◆村瀬さん**　二〇〇九年のインターナショナルカゼウスアワードで二位に入賞しました。その時、田崎さんから「世界大会に出るからには一位だよ」といわれ、新聞記者からも「もし一位だったら全国版に掲載されましたよ」といわれ、二位入賞のお礼を田崎さんに報告した時も「日本のチーズ業界にとっては誇りになる成績。それにしても残念だったね」といわれました。これは世界一位のタイトルを持っている方だからこその言葉だと感じ、「また挑戦し結果を残したい」と決心し、二〇一三年の世界最優秀フロマジェコンクールに出場することにしました。

**―二度目の挑戦の時の準備や心がけや秘策は。**

**◆村瀬さん**　フロマジェコンクールでは、誰もが納得する作品でなければ優勝できません。圧倒的優位、満場一致で審査員が魅せられる作品を生み出す必要があります。そのための秘策を練りに練りました。チーズのカットテストでは、アート性が必須であることに気づき、「専門のデザイナーのアート性でクリアできるのでは」と思い立ち、そのための秘策をハルノデザイン株式会社社長でスクールの校長も務める金子敏春氏に相談しました。金子氏は建築空間デザイナーでもあり、審査員の性格や美意識、価値観、過去の作品まで分析してくれました。九個のテストの課題のうち五つのチーズの盛り付けテストのテーマが「アーティスティックテスト」とのことから、アート性必須との重要性を紐解いていただき、「絶対空間」や彩り、ストーリー性、美味しそうと感じる盛り付け、ワクワクする盛り付けなどのアドバイスを受けました。他の出場者は、一ケ所を正面に決めて盛り付けましたが、私は三六〇度どこからみても綺麗な作品を作りました。これは絶対空間の応用です。ここは八個、ここには三個と、答えが一つしかないのが絶対空間理論で、私はそこに自由に花を生ける要領で盛り付けました。一位を前提に考えたデザイン設計が功を奏したのです。自分一人ではなくハルノデザインで獲得した一位といえます。こうして世界一になりましたので、次はワインの時のようにチーズ業界を盛り上げ、チーズを広めていきたいと思います。また、「フロマジェ」という言葉や仕事の内容も広め、パティシエの時のように根付くといいな、と思います。ところで、余談になりますが、歯科の世界にも絶対空間はあるのではないでしょうか。

### 原点は祖母の食事と料理

**―食に興味をお持ちになったきっかけは。**

**◆村瀬さん**　実家は岐阜で、子ども時代から祖母の素朴な料理を食べ、一緒に作りながら育ちました。祖父母が野菜や味噌を自家用につくっており、夏にはキュウリ、トマト、ナス。冬は大根、里芋など四季折々の旬の野菜がほとんどでした。いま思うと、そのような野菜からは素朴ながら力を感じましたし、一緒に料理もして、楽しく食卓を囲んでいました。小学生の頃はパティシエに憧れましたが、中・高生時代は海外に興味がわき、アメリカへの交換留学もしました。最初の仕事の客室乗務員時代、機内サービスをするうちに、料理やワインに興味を持った二十代でした。

### バーチャルではなく実体験重視

**―チーズ教室で心がけていることは。**

**◆村瀬さん**　楽しい時間や新しい発見、満足感、皆さんとのつながりです。それからバーチャルではなく実体験です。チーズは温度や季節などで変化し、一つひとつ味が違うため、食べないと分かりません。最良のチーズに出会った時は、五感で味わっていただくため「今日のチーズは当たりです」と紹介しています。

**―新しい場所に引っ越されるそうですが。**

**◆村瀬さん**　現在、銀座に小さなカフェ併設の教室を作っており、五月に引っ越します。講義だけでなく、ワインとチーズの組み合わせ、ちょっとしたおつまみをつまめるような空間になればと思っています。

**―最近、興味を持って手がけていることは。**

**◆村瀬さん**　紅茶とラテ・アートでしょうか。紅茶はアフタヌーンティーの奥ゆかしさ。ラテ・アートはフリーポアによるデザインで花や葉、ハートの絵模様などを描きますが、どちらも奥が深く興味は尽きません。

**―本日はお忙しいところチーズと歯科の関係をご示唆いただくなど、ありがとうございました。了**

インタビューの模様。向かい側は村瀬美幸さん。手前は広報・ホームページ部の早坂美都部員