

暮らしの今がある、ステキ情報マーケット。

どこよりも早く、旬を身近に感じる「マルシェ」のように。おしゃれや文化にはじまり、気になる暮らしのアレコレを満載。今を楽しむフレッシュな情報を毎月お届けします。

今回の「ボンマルシェ」は5月中旬掲載予定です
「ボンマルシェ」のお問い合わせはbonmarche@asahi.com
[ボンマルシェオンライン]
http://www.asahi.com/ad/clients/bonmarche/
[Facebook]http://www.facebook.com/asahibonmarche

企画:朝日新聞社広告局 編集:ボンマルシェ編集部 編集長:岡本みこ
AD:白石良一 デザイン:坂本 梓(白石デザインオフィス)

BON MARCHÉ BEAUTY 美しい歳の重ね方 vol. 34

自分の進化のために、少し“背のび買い”をするすすめ 齋藤 薫 (美容ジャーナリスト)

たとえば家を買う時、当然のことながらそこには2つの選択肢がある。今の自分に買える“身の丈に合った大きさの家”を買うか、多少無理してでも“少し背のびをした大きさの家”を買うか。誰もかまずその二者択一を迫られる。もちろん立地や築年数など、諸条件がそこから入ってくるが、ともかく“身の丈”か、“背のび”か、どちらにも苦しみながらもなうから、人生における究極の選択には違いないのだ。

もちろん、お金に関わる問題だけに無責任なことは言えないが、まあアベノミクスに乗じて思い切って言ってしまうなら、家は少し背のびしてでも大きさを諦めない。天井の高い家は“大物”を育てるといふ名言があるが、やっぱり住む家が人の意識を左右するのは間違いない。であるならば今の自分のサイズにあわせて合わせない家づくりを。それがきっと自分の進化につながるから。“身の丈”に合わせたら小さくまとまる未来が、“背のび”の分だけ知らず知らず大きく広がっていく。だからたまに無理を無理と感じなくなるはずなのだ。

ジュエリーのような“一生もの”も同様に、少し背のびしたい。今の自分に合わせる数年後、キャリアを積んだ時にも違和感を感じ、逆に買ったことを後悔するだろう。うっかりすると自分を小さくまとめてしまうことになりかねない。家やジュエリーは、むしろ自分がどういふスケールになりたいかを、自分自身に白々見せるものだからこそ、今の自分より“大きめ”を所有することが生きるためのカギなのだ。自分を頑張らせて進化させるか、諦めて諦めて小さくまとめるか、人生はいつもその二者択一なのだから。

さいとう・かおる 女性誌編集者を経て美容ジャーナリスト/エッセイスト。多数の連載エッセイを持つ他、美容記事の企画、化粧品開発・アドバイザーなど幅広く活躍中。『The コンプレックス 幸せもキレイも欲しい21人の女』、『人を幸せにする美人のつくり方』、『大人になるほど愛される女は、こう生きる』など著書多数。



トピックス Topics

“たかしまやアートウォーキング”に注目!

高島屋が世田谷美術館のテーマに「暮らしと美術と高島屋」展(4月20日~6月23日)だ。創業180余年、高島屋は多くの美術館との関係も深く、高い美意識で「生活芸術」を



ボンマルシェ

BON MARCHÉ



イラスト by Akira Sorimachi
イエンス・イェンセン デンマーク出身。2002年より東京在住。北欧の料理やデザイン、家庭菜園、DIYなど、手仕事の良さを感じられるライフスタイルを提案。デンマーク大使館勤務。二児の父。
http://www.takformad.com

「バスケットはピクニックのムードメーカー。おいしいものを詰め込んで公園へ行こう」
——イエンス・イェンセン

大ぶりのバスケットに、食材や飲み物を詰め込んで、近所の公園へ。「自然な素材のバスケットを草地に置くだけで、ピクニックのムードが高まります。荷物は欲張らず、できるだけ身軽にしましょう」

LifeStyle 春は、週末ピクニック イエンス・イェンセンさんのおいしい技を盗んじゃおう!

屋外で過ごすのによい季節です。自然豊かなデンマークで、子どもの頃からピクニックざんまいだった「達人」の、気軽なピクニックテクニックをマネしてみませんか。
(撮影:名取和久 取材・文:井上りん(編集部))



王道ハム・たまご
大人のブルーチーズ&イチジク
オイルサーディン 尽くし

「パンはデンマークの昼食でもおなじみのライ麦パン。バターを塗り、トッピングを変えて楽しんで。右はブルーチーズに自家製のイチジクのラム酒漬け。上は、オイルサーディンにかいわれ大根のピリっとした辛みが相性良し。左はマスタードの上に、ハム、ゆでたまご、かいわれ大根。



使ったものをチェック!
1.ビートの酢漬けはデンマークの日常食。「フェリックス スライスビート」。2.バター。3.フランス、エナフ社の「エナフ リエット」*E。4.モツァレラをバジルで巻き、ミニトマトと一緒に串刺しにしたおつまみ。5.青島みかんのジャム。6.有機ライ麦パン「メスマッハー オーガニック ラインザーメンブロード」*F。スコーンはパン店で買ったり、家で焼いたりするも。7.自家製のイチジクのラム酒漬け。8.オイルサーディン。9.サンドに使うカイワレ。場の演出にも一役。10.「ドゥルイ オーガニック 粒マスタード」*G。
*購入可能なA-Gの商品・食品の問い合わせ先はボンマルシェオンラインで紹介しています。
http://www.asahi.com/ad/clients/bonmarche/life/

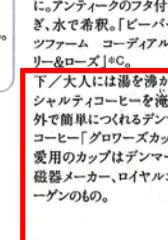
その場で軽食をつろう!
バスケットから取り出したのはお弁当ではなく、瓶や缶の食材、カットしたゆでたまごなど。「外でさつとつくるのもおもしろい。食材を重ねるだけのオープンサンドは、お弁当とは違う気楽な楽しさがあります」。長さ12cmほどのブナの木のカッティングボードが数枚用意され、パンを切ってサンドをつくったら、そのまま各自のお皿に。「デンマークの食卓でよくやる方法です」



沸湯かしに!
約2分30秒で500mlの沸湯かしが可能なモンベルの「ジェットボイル PCS FLASH」*A

スコーンとジャムでデザートタイムも
スコーンを切り、ジャムを塗るだけ。「湯河原のジャム屋さんがつる青島みかんのジャム*Bは、優しい甘みがいい」

質のいいコーヒーと、ハーブコーディアルで一杯がしみじみ美味
上/ハーブやフルーツのエキスを抽出したコーディアルは、子どもに。アンティークのフタ付き瓶に注ぎ、水で希釈。「ピーパーフルーツファーム コーディアル ラズベリー&ローズ」*C。
下/大人には湯を沸かし、スペシャルティコーヒーを淹れる。屋外で簡単にできるデンマーク発コーヒー「グロワーズカップ」*D。愛用のカップはデンマークの陶磁器メーカー、ロイヤルコペンハーゲンのもの。



ブランケットで場が和む
布の質感があると、くつろぎがぐっとアップ。メキシコで買ったものだそう。
テーブル代わりの板があるといい
地面は物が置きにくいので、30cm角程度の板を一枚持参。場が安定する

東京ピクニッククラブ 太田浩史さんに聞く「ピクニック*ミニ考現学」
「1802年、世界で最初のピクニックは屋内での男女の集まりでした。屋外の食事を意味するようになるのは1840年代以降。ロンドンで公園が初めて生まれ、そこで社交を楽しむ娯楽としてピクニックが大流行したのです。鉄道の発明、休日の普及、そして車の誕生によってピクニックは世界中に広まりましたが、もとは都市を舞台とする社交です。現代でも、ピクニックは、いかに公共空間で人と出会い、豊かな時間を過ごすかを問いかけています」



1930年代、イギリスのSIRRAMブランドのピクニックセット。
(撮影:鈴木良 東京ピクニッククラブのコレクションより)
東京ピクニッククラブ ロンドンのピクニッククラブ設立200周年を機に、2002年に建築家や都市計画家などのメンバーにより結成。自由で洗練された現代のピクニックを提案している。6月1日(土)は福井県で街づくりの団体とピクニックイベントを計画中。
http://www.picnicclub.org/