

# C'est ça à bon! Vol. 4

～お~い~パンの通信～ *Bealangerie*  
*C'est TRES Bon!*  
*Chef boulanger Omidé*  
*Bonne Année! 2005*  
 今年もトバンをよろしくお願ひ致  
 ほす。みなさんの元気をあたため。  
 元気をお分けできる祥をお~い~パンで  
 煙いでいきたいと思ってます。

曜日がわりメニューが変わります！毎日少しずつ違うパンを樂んで食べて下さい  
 という原意から、定番以外のメニューを曜日で変えます。土・日曜は一番  
 多くの種類を煙いてます。

**月**

セークレエピス(香辛料が隠し味のライ麦パン) じゅかもハーブオカッシュや  
 いもほん、パンドリュイ、フランフルートレ、ルトン、パンブリエ  
 そば粉のパン(そば豆、ソースベーグサザン...)、ヤザム、パンプロヴァンサル  
 ベーグルオレンジ、ルヴァンベケット(トロバケットではまだひみ味違うベケット)

**火**

ニューヨクスタイル、オフス、ボテロン、フッキーベン、ベルティエ、ブリーズン  
 黒がレバーナのブリホッシュパウエ、タルヌクレ、ブリオッシュブリュイ、タルトポワール  
 フルショコラ、パンセレアル(穀物がぎうりんまた健康パン)、パンオリーブオノン

**水**

セークレエピス、ヤザム、パンプロヴァンサル、ベーグルオレンジ、ルヴァンベケット  
 パンブリエ(フランスルマンディー地方のパン) そば粉のパン(そば豆...)  
 じゅかもハーブオカッシュや、いもほん、ヴィエリア、ヴィエラショコラ  
 フルショコラ、ヴィエラブラン、パンヌ、フリニエ

**木**

ニューヨークスタイル、オフス、パンセレアル、キャトルブリュイ、くるみカンパン  
 パンドリュイ、フランフルートレ、ルトン、黒がレバーナのブリホッシュパウエ  
 タルヌクレ、ブリオッシュブリュイ、タルトポワール、タルショコラ

**金**

セークレエピス、ヤザム、パンブリエ、ベーグルオレンジ、ルヴァンベケット  
 そば粉のパン(そば豆、ソースベーグサザン...)、パンオリーブオノン  
 じゅかもハーブオカッシュや、いもほん、ヴィエリア、ヴィエラショコラ  
 フルショコラ、ヴィエラブラン、パンヌ、フリニエ

土  
・日

パラオーラオニオン、パンセレアル、ヨハネスのパン(ヨハネス)…  
(ヨハネスハーブフォカッサ)、モハーン、セザム、バゲット、ララニンサリ  
リラランベゲット、ベーコンオレンジ、カンパニエ、くろみカシバ、キットツリエイ  
パンブリエ、ニューヨークステック、オフィス  
魚がしベターのブリオッシュパラニ、タリニンガレ、ブリオッシュブリオ、タリニンガレ  
タリニンガラ、ホライロン、タッキーレーン、バルティエ、アーレーン  
パンブリエ、フランフォルト、ルトン

きび半房クリハサウ。エフーレ、ペリエト。シタルは毎日メニューになります。

ちよこ お事ですか…お正月が明けて薄着で暮らしてから、故郷へ久しぶりに帰りました。  
私の母が去年、整体の治療院を自宅を改装して開きました。今回、初めて  
私の母の治療院を見て、私は心から感動しました。それはどうしてかというと  
私の母の努力がすばくわかつたからです。本業を資格を取り、その修了証を  
数々の飾りでありました。体についてに贈る本、整体の仕事に関する本が  
ほんたくさん並んでいました。私は父と小さく頃事故で亡し、母子家庭で  
育ちました。結婚して仕事をして亡いた母は病院の事務の仕事をしていました  
私達姉妹が大学まで送ってくれました。母の仕事のかたわら少林寺拳法を  
学び、今も副院長を務め子供達に少林寺拳法を教えています。

そして整体の勉強も仕事しながら続け、休みに学会に参加したり、いろいろ講習を受けて  
に遠く東京などいろいろ所へ行けていました。そして去年ついに事務の仕事を辞め  
自分の治療院を開いたのです。私は自分自身のことを思いました。毎日をただ  
過しているだけではないか。きちんと夢を描いてそれを実現するための努力を  
もって明確にするべきではないかと反省しました。そのことを「歸りのバスの中で」  
と考え、母はすごいなあと涙が止まらさせました。私は負けない様、あと  
全力投球でがんばる。自分の目標をもって明確に考え努力(エ)

よしちゃまと。

上級者へ いつの仕事に違はずかしく、パン作りも手際も  
掃除すること。すべてはつまがっていると思う。  
そういういつの仕事へ取り組む姿勢を私は見てます。この人とのポジションにすれば  
その人が一番生きるのか、これは私のポジションで生きせるのか、掃除だったり、怠勤する時内  
などたり、そういういつのことにあらわれていると思うのです。パン作りには、作った人の  
人間性が写されていてよく感じます。ぜひ、あさらぬがましゃらにやめて  
がんばってほしいと願っています。決められた時間で仕事をするだけ満足すべきとは  
ないと思う。空いてる自分の時間を有効に利用してより自分の目標に近づける方  
へうな方法を探して努力してほしいと思います。今年一年がよいようね!

K.O.

# C'est à nous bon! Vol.42

## ～おひいパンの旅～ 2005.2.10

ただいま!! 2回目のフランスの旅から  
帰ってきました。もととはやくこの通信を  
書きたかったのだけど、忙しい間にひどい風邪  
をひいて、遅くなってしまった。すみません。  
今回のメインテーマは フランスの1月のお菓子

「ガレットデロワ」の作り方を学ぶ、ことでした。2004年のガレットコンクールで1位を受賞し  
たお菓子で、すごく感動した味を学びたい。パリ17区ラクローメテル氏のパン屋さん  
でスタディ(研修)してきました。この様子は次回書きますね。

そして実は今日最大のテーマだったのが“再会”。いたるところな人に再会を果たし  
た動きをいっぱい見せてきました。初めてパリにパティオリを学びに行った時、私は  
一人の夫婦から、もしませんでした。それから勉強に行く毎にいたるすばらしい人々の  
出会いがたがって、今は再会を喜ぶくなる多くの人ができました。ほんとうに幸せ  
なことです。パンを作り仕事をしてよかったです。バの面から思えるのは  
こんな時です。日本における多くの人で生食えたけれど、習慣を伝達する  
違う他の国の人も、バを通してあうことをできるのです。これがおおげで。

しかし、反面今回の旅で言葉の壁も強く感じました。日本でやくばつフランス語  
を学んでいることはいいえ、なかなか上達はせず。表面上のことは少いと言えても  
自分の気持ちちは全くといっていいほど表現できませんでした。言われてることの  
ある種類がやや理解できてるくらい。パン屋に入って研修する分には、技術に  
ある程度の理解力で何の問題もありません。しかし、深く話をすることは苦手です。  
MOF(フランス最高職人章)をもつムニエ氏やドルフェール氏ともやり合った  
今日はその再会を果たしました。MOFは、最高の技術を持ち、かつそれが位する人物  
を持った人にしか与えられないことを聞いたことがあります。みんなすばらしい人で接し  
、3人でここで学ぶチャンスを得れていますのに、もう何をかかわれば……とすごくやくじ  
思いました。ふたりとも本当に才がありやすく誰で、みんなともうけられ教えて  
くれます。印象に残っているこの中からひとつお書きこうと思います。ベガリーワークスの  
パンの世界大会があります。(今年4月パリであります) その代表選手を決める  
ための選考会でまだ女性の職業人を見たことがありません。ドルフェール氏は多くの  
(日本)

審査会の審査や指導のため毎日来日されています。フランスでもパン職人の中の女性の割合はまだ少な、半数ですが、他の国では女性比率が活躍している様です。なぜ日本では女性の職人が挑戦しないのか?と言われました。

以前に比べると日本にあても、女性のパン職人の割合は着実に増えています。思ひます。だから次回くらいの日本代表選手を決めるための審査会に、きっと女性の職人も勝ち残ってくると思います。私は心の中で、絶対次回は練習を経て挑戦したいと思っています。そのことを言ったもののただで“なぜ?”と聞かれ、うまく答えられませんでした。これから日本でも、女性パン職人が活躍する時代になると思います。MDFのムニエ氏のパン屋に立ち寄るといつも家でごはん食べだけと声をかけてくれます。今日も2日もお預けしてくれました。ムニエ氏家族と一緒に会話をしつつ、デザートをゆきこむ時間で過ごせました。ほんとうに、気さくで優しい方だと思いました。

ムニエ氏は日本に1年は一度くらいデモンストレーションを行いたいと申します。その時いつも空け入る日本の会社の人が高級なお席へ夕食に連れていくてくれる様です。ムニエ氏は言っていた。“自分はレストランではなくその人の家にお招いてほしい。おでこの人のことが大切になれるから”と。

初めて日本に行った時、帰ってきてから5kgも太ってしまったと、と言っていました。“なぜ、日本人は家に人を招かないのか?”と聞かれました。

フランス人は特に田舎へ行けば行くほど、週末は友人や家族で集まって食事をしたりして過ごすのがタリです。確かに日本では、自分の家に人を招いて食事をする習慣はありません。本邦に思われます。でもどんな高級レストランで合掌をするよりも、すぐきてたれらぬか、夜となるて思ひます。その中でも、ムニエ氏とその家族はほんと特異的な存在となっています。

3日間だけアーヴィングの旅 パリ東駅から列車に乗って4時間でアーヴィング地方のストラスブールにつきます。今回訪れた

アグリーはストラスブールから列車で30分、コルマールも30分のところにあります。けっこう遠いので立前まで行こうどうしようか迷っていたのですが、それでも決意したお旅となりました。

1日目、アグリーへドルフェール氏に会いに行きました。確かちと以前、日清製粉の100周年の記念で全国各地で講習会をドルフェール氏が行った時、初めて出会いました。私は講習会を受講した人々の中の1人でした。そんな旅からはじめて、クリスマスクードを交わす年になりました。日本に来日された時は、アグリーは行っておらずしてしまった。ドルフェール氏はMDFをもうすみい人で、2年ほど前ですがテレビのうるるん満在記にも出演し、すごく感動をよんだので、パン業界では有名人です。

ふとした瞬間に、すばらしくこの会へのチャンスがひそんでいましたと思ひます。私がちよつと見たチャンスをつかめるかどうか、私はそんな会へ感動をいつも願っています。家に泊めてもらい、自家製のジャムやソース、パンを味わい、ほんと今まで飲んだことのないほどおいしいワインを食べました。（気分も温まってるからでしょうか？）家の地下にはカーブがあって、年にどのくらいワインが多く貯蔵されていてジャムもたくさん作ってありました。アルゼンチンは果物が豊富にありますのでジャムやソースもすべて自家製で作っていました。朝や昼は家で、下午はコーヒーとともに、パンとチーズやヨーグルトをショットドリンクで味わいました。夜は、（高級）レストランで食事をしました。とてもおいしかったのですが、日本人の私にとっては、とにかく食べれない量でした。ちなみにデザートとして出てきたものも書きますね。カツラのブリーデザート（2）、自家製キャラメル、クッキー・マロン、オレンジコンfit、チヨコレート、そしてデザートで見たオレンジの温かいスフレ（さか）、オレンジのシロップとコンポート添え（別皿）すごいですね。アペスのトマト体格が違います。もうじけてます。

パンやケーキはペリのモロソリひでまわり大きく、ケーキなどの味も甘めに感じられます。スピードでの肉やハムの種類もすごいです。とても寒い地方なので（つかり食べてエネルギーを貯めなさい）けなーのだと感じます。

2日目、アグーからコルヌールへ。4年前、2年続けて天皇陛下が、スタジアムでもらい、家に泊めてもらったパン屋さんがコルヌールにあります。ベニユールさんのお店です。ちょうど着いたのが「食事」だったので、マダムとベニユールさん夫婦入держан一緒にいました。二軒にわざで6日が2週間であります。夫婦にハーブ味のトマトソースとグリエーライスをかけて食べました。デザートはゼンバ（じゅりせん）ナッツ入りのフリーネットのココナッツとコーヒーでした。久しぶりの再会を喜び、2年ぶりは新しいお方はうまいてる？とベニユールに聞いていました。忘れずに、喜び、2年ぶりは新しいお方はうまいてる？とベニユールに聞いていました。夫婦にスリッパまで買ってくれたことなどよりも、ほれとうせられました。私のためにスリッパまで買ってってくれました。夜はアペス名物のシュークリーム。デザートにケチャップ。

ベニユールさんの息子やその友達3人も加わって夕食の食卓はとてもにぎやかでした。家族がこんなに笑っても舌はばっきない食卓は、日本はけつこう少ないかなあここそこで思いました。多くのるんいきの中にいるだけでも楽しめたのです。帰りに駄菓子マダムが、今度はいつ来るのと涙目できいてくれた時、バの底からうれじゅうたのです。

「いつまた来ます？」そう答えてました。今日はほんと1日しか滞在できませんでしたが、今度は夏、ふどこの樹々が美しい季節にまたゆく）来ようとバにちからて呼ばれました。

どこへ行ても、みんな私を温かく迎えてくれました。

温かなじ遼<sup>ヒロ</sup>たくさんもらいました。

みんなすごくいい人なのに、ねむだつたらきっと今まではしてあがめないと  
自分の小ささもすごく感じました。

私が日本から送ったムニエさんと一緒に書いた写真入りのハガキは、工房の中の相册にはありました。すごくうれしかったです。遼<sup>ヒロ</sup>にかけていても、牛のことを考えてくれる人がいる。矢印でいてくれる人がいる。すごく幸せなことを思ひます。パンを作る仕事で朝もはやくて大変で毎日毎日パンを焼く美味しい仕事をもじれません。でも、トーポンのパンにじ待ちにして下さるお客様に喜んで頂ける仕事。この仕事に置いては人に多くの人に出会いました。すばらしい仕事です。こんな体験をトーポンのスタッフにもこれから将来ぜひしてほしいと願っています。そしたらどんなに苦い時もきっと乗り越えようとして生きられると思うのです。次回はラウルメテール氏のお店でのストーリー(研修)の様子を中心に書きます。お楽しみに。

K.D.

\*もうすぐ日曜日がカリメニアが変わります。

# C'est la boulangerie! Vol.43

## ～おいしいパンの運命～

2005.3.05

Boulangerie  
C'est la boulangerie!  
Chef Koshi Onishi

2月の末はいろんなことがあって、改めて  
いろんなことを感じ考えた貴重な時間  
となりました。ほんとうはパリでの研修  
の様子を早く通信で生に書きたいと思って  
いたのですが、今感じていろなことを生に書きたいと思いました。

○2月の末 福岡のパン屋さんの集まりを立ち上げました。お互いの情報交換や勉強会などを通じて、より福岡のパン屋さんのレベルを上げていこうというのがこの会の主旨で、私と同世代のパン職人の方の集まりです。この会で集まつた時の話の中で、有能なパン屋さんのシェフや自分で店を開いているオーナーなどそれなりの評価を受けている方には、寝るごとく寝るごとく以外のすべての時間をパンに関することに費やしている様子です。その生活スタイルがいいというわけではありません。個人によって個性感は違いますし、生活における大切なものが違うからです。でも、何をも本懐めようとしたら、そのくらいのめり込む必要があるのだと思います。だから 私にまで努力のできない普通の人(ハラ穢れさん)はいつまでもその人達には追いつかないのだという話をした。なるほどなあと思いました。

私自身も、まだまだ勉強不足で自分の理想でありたいにはパンが焼けていないと思ひますし、努力が足りないと思っています。

○ 今日、有名な建築デザイナーの方と一緒に食事をさせて丁度いた中での話の中で、人に残り学べた2つのことがあります。食事をした所はトボンのパンをオーブン以来使って下さっているサラカリーナさんです。高級なイタリアンのお店です。でも食事をしてみて、ベースはイタリアンなのかもしれないけれど、素材本来の味を生みたまた別の印象を受けたすばらしい料理でした。そのシェフにしか出せない味で料理のスタイルではないかと感じました。パン作りのベース、フランスのパン屋さんで学んだパンの教科書ベースに、それを再現するに留まらず、いかにも私風に表現していかみ、それがこれがこのうちの目標だと思います。

いろんなものを食べ、見て学び、感性を磨いていきたいと思います。  
おいでて、そして私が表現できないパンを作れる様になるために。人との出会いによって新しいことが学べたり、チャンスが広がったりするものです。私はパン作りを通して、様々な人に出会えることが大好きです、それが

生きがいも言えます。建築デザイナーの先生が、すばらしい人で出会うためには、自分のレベルを上げなくてはいけないという事を言われました。決めてお金のために夜遅くまでせせり仕事しているのではなし。より高い高い仕事ができる様にならなければなりません。自分のレベルが上がれば、より高いレベルの人の知り合はができる。人々の出会いってそういう風になつてゐると言わされました。2月24. 25日大阪で行われたパン製菓の大手な展示会モバックに行きました。モバックとは、ほんとうの人たちとし、いろんなことを感じられました。パン業界の有名な方がたくさん来ます。前はそんな方々遠目でながらめるだけでしたが今は、みんな有名な方々といふんな話をできる本になりました。トボンでかぶってきたあいげです。ヤ・トボンキロアヌスと書いて下さる方が多くありました。トボンがオブンで2年間は1日にすむ眼時間も削ぎて仕事だけの生活でした。(今はスタッフが育ち技術を磨いて、しっかりすばらしいスタッフ達のおかげで楽になりましたが ...) もの頃は、1日に目の前のことをこなすだけで精一杯でした。その時は全くわからなかつたけど、あの時のがまじらなかんぱりが、あつたおかげで、今がおみて思ひます。それがんぱりがなければ、人々の出会いは今味わうべから感動もきこなつたと思ひます。自分でレベルを上げるために、より高いレベルの仕事をでき、より人間性を磨くため毎日をがんばるのだと思ひます。

④最近やつて決めた夢(目標)の二。VOL41号でも書きましたが、きちんと明確な目標を決め、それに向けて、しっかり努力しなくてはと思つてました。でもその目標がずっと見えませんでした。もちろん、私が今しなくてはいけないことにはわからていました。お嘗鮮に喜んでもらえるおいしいパン、お客様を幸せな気持ちにさせることのできるパンを焼いていくこと。ここで学ぶスタッフに私の知ることを伝えることで人生のたがりに少しでも役に立つこと。これは「おき」で見えていました。され、自分のこじらの夢(目標)は何なんだろうとすら迷っていました。そしてこの2月末、「3人をもつてする中で100まで定めることができました。3年に1度行われるパンのワールドカップ。2年後のモバックで日本の代表選手を決める選考会があります。(今まで女性のパン調理人はあまり出場していません)事前の選考の後、モバックの会場にて8時間の競技を行い、代表選手を決定するのです。それに本挑戦するのを目標にして決めました。そのためには、日本一のパン作りにまたがり、食文化を取り組むことに加え、多くの勉強トレーニングが必要で思われる所。ここで宣言したからには、2年後に向けて絶対がんばります!きて世界がんばる。

# C'est fini bon! Vol.44

1月の末 パリで働いたBoulangerie 2005.3.26

Patisserie Maeder 29

スヌージュ(研修)のことを書きます。

Boulangerie

C'est TRES Bon

ガレット作り

1月パリのパン屋さんやお菓子屋さん

ではガレットテリアを売ります。パッセの間にアーモンドクリームが入ったお菓子です。  
1人用の小さいのから、6人、8人用といろんなサイズのガレットがあります。注文で  
特大サイズを作ることもあります。中にはフェーブと呼ばれる陶器の人形  
(今はいろんな種類があって、人・動物・バックなどあります)が入っていて。

紙製の王冠をつけてくれます。家族で切り分けて食べてフェーブが入っている

所にあたった人が王様というわけです。そのガレットテリア作りを学ぶ  
ことがスタジオの第一の目的でした。ガレットは日本にいる時、1ヶ月たたない  
かありましたか? うまくいかない部分があって疑問点ばかりありました。  
4、5日の短い期間で、その工程を見ることは難しいのですが、メドール氏は、  
生地作り・成型・焼きそれを他の工程を見れる様にして配慮して  
下さい。私なりにいろんなポイントを学ぶことができました。

土日は特にガレットが売れるので多くの数を焼きます。朝バゲットがカビに入る前にガレットだけを集中して焼きます。1回で5段のかね: 45枚の天板  
が入ります。(1枚の天板に大きさにもよりますが) 1枚1枚は、  
焼いている金具中にたまたま蒸気を抜き、それを押して、平らにし  
てひっくり返して焼くという風に金具の作業がかなりあります。それを手で手で  
押して蒸気を抜いていくのです。そういう手がすべてたまらなかったです。  
普段トースターでカレーに入っているバゲットなどを軍手を使わずに手で触られる  
のは私くろいと、スタッフから「あくないですか?」と言われるほど少しこの手の皮  
の厚さに自信があったのですが、そんな手もほんとうかったです。

途中あっさり押さえつけられなくなってしまった。フランス人の手の皮は厚い  
だけではなく、忘れられない体験です。

そんなスタジオの金具、メドール氏から、「かわいい電話だ。」と言われました。

私に誰からだうと店の車椅子に坐ると、日本のテレビ局からメデール氏への取材の申込みの電話をしました。その内容をメデール氏に私はへんをフランス語で直訳してやりヒリレ、日程などが決まり、実際に取材チームが来ました。日本の有名な女優さんとメデール氏と一緒にアグロフを生地作りから焼くまでを撮影しました。

**シャンパンで乾杯** 日本に来つ最後の日、仕事を終わってから、シャンパンで乾杯してくれました。(トボシに写真はあります。)ほんと感謝の気持ちでいっぱいでした。短期間の研修主のために、きちんと目的が達せられる様配慮して仕事を向かわせてくれ、お別れにみんなを集めて乾杯してもらいました。とても幸せを感じました。これな時、ほんといつもあってよかったなと思ひます。この仕事のあいさつ、みんなで出来え話ができます。そして別れの時、たくさんのパンやガレットをもたせてくれ、ほほを含むまでの別れのあいさつをしてくれました。(フランス人同士はこのあいさつがよく普通ですが日本には全くそういう習慣はないので、ヨリは同士を含むせてキスする様な感じのあいさつなんてびっくりするかもしれません。)だから今まで握手を主としてあいさつでした。でも今回初めてどうぞお別れのあいさつをしてくれたことがすごくうれしかったです。より親に感じてもらえたのかなあと思えたからです。今回2度目のメデール氏のお店でのスタジオ。これからもメデール氏との出会いを大切にしていきたいと思っています。

最近、福岡で地震があった時、メデール氏からメールが入っていました。フランスでもニュースで流れた本音で、私が大丈夫の心配しているという内容でした。喜んで聞いて私のことを心配してくれている人がいる。

そのことをほんと幸せに思ひました。仕事を趣味でもいい、何か真剣に取り組むことで、多くの人に会うことができると思います。次の出会いにまた多くのこと学到り、感動したり、幸せを感じたりできます。

そのため私は毎日パンを焼いています。

**パン屋・お菓子屋めぐり** 今回も、メデール氏がパリのパン屋さん、お菓子屋さんと一緒にエコチャートへ来ました。(忙しい中去年もいろいろで案内して下さいましたが、今年も行く!と時折E割りにて下さい)メデール氏が案内してくれたお店を紹介しますので、パリに行われる方々におすすめぜひ参考にして行ってみて下さい。

LAURENT DUCHÈNE  
 Laurent Duchêne

2, rue Wurtz 13<sup>e</sup> 日曜休  
 (M) Glacière (Lingé) 7:30~20:00  
 XFO

このお店はパリのパン屋さんが作って3つ星の評価を受けています!  
私が行きたいとリクエストしました。ここは、お菓子のMOFを持つか  
を經營しています。パンは種類が多くメーラル氏はなぜここが3つ星  
なのかと言っていましたが、お菓子はおいしいのです。ガレットもおいしかった。

### Le Boulangerie de Monge

ルブランラベリードゥモンジ

123, rue Monge, 5<sup>e</sup>

④ Les Gobelins

日曜・休日 20:00 ~ 20:30

このお店も3つ星の評価を受けています。パンの種類も豊富で BIO  
(有機)のお店です。お菓子も高めなくミルフィユ・クル・エクリアなど  
あります。このお店はいいとメーラル氏のおすすめです。

お店の前で向の生ガキを売っていたりでフランスらしい風景も見られました。  
カキにはラベルパンが合います。それで白ワインで最高!

### MAISON KAYSER

メゾンカイサー

8 to 14, rue Monge, 5<sup>e</sup>

④ Maubert-Mutualité (ligne 10)

火休 12:45 ~ 20:30

私はカイサーのパンとても好きです。メーラル氏もいいと言っています。  
お客様もいつもたくさん並んでいます。パリに何軒かあるお店の  
中でここが一番いい品質のパンだと思います。

このお店のみ、軒先により複数のケキ、チーズ、BIOのパン、生菓子等  
を売るもう一つのお店も「あります」どちらもおもしろいサンドイッチとか  
があってとてもよかったです。

### MAISON KAYSER

Boulangerestaurant

メゾンカイサー ブランラベリーストラン

85, boulevard Malesherbes 8<sup>e</sup>

④ Saint-Augustin (ligne 9)

日休 20:00 ~ 20:30

カイサー氏のお店がすごいなあと思うのは、パリにたくさんお店があるだけでも  
うれしいです。のデザインや種類が違うのです。ちょうど壁には  
たった二つあってすごく並んでいたので見た目で出ていましたが、ここには  
料理とパンとの組み合わせがうまく提案されたメニューがあります。  
買ったパンも含め何かと一緒に購入できます。

FACHON

26. pl de la Madeleine

ファッション

⑩ Madeleine (linge 8. 12. 14)

お菓子なごの陳列の仕方、提案の仕方がうまいと思ひます。

お菓子を最も端のものが並んでるこだと思います。

素材の組合せ、デザイン、色合など強になります。

ちょっと高いですが、いろんな食材、パン、惣菜、お菓子があるので、見ただけでそこでも樂しいです。

ちょっと余白があるのが  
カキにあたったと

フランスでは名 カキが旬です。

ついで次の日夜、カキを食べに行きました。おいしかった。  
赤ワインとオガーニエ・シロットが入っていてソルトとけて食べます。(日本のポン酢  
みたいな感じですね) その夜が大好でした。食べた物を何度も見て  
寝れませんでした。次の日はやくら仕事1日だったので、絶対行けない  
夜はこれで寝れず、次の日はやくら仕事1日だったので、絶対行けない

朝一と本気で思った苦い苦い夜でした。そんなで朝を迎え。

研修1日目 つらかったーでも何とかがんばれました。(自分でみんなすごい夜の  
役だつたからすごいと感じましたくらい。) 大反響です。時差だけで体調  
万全ではない時に生が芊なれて食べもんじゃなくて…

最近決めた夢(目標)のこと 前号に書いた様に、2年後の参考会へのチャレンジを  
目標にしようと決めることで、今まで自分が“やめた

点、今からがんばらないといけないこれがたくさん見えてきました。毎日1つの  
仕事の完成度も、もっと上げなくてはいけないといふ気持ちはアレくなり  
私の中で何かが確実に変わりました。明確な目標を決めるっては  
とても大切なことだと思います、でも目標(夢)を見つけるって大切なこと。  
なかなか見つからない人多いと思います。(私もそうだったから…)

どうやって私が決められたか。今まで参考会にチャレンジしてみたいなどい  
う気持ちは少しあたのですが、本気ではありませんでした。でもがんばって  
友人や専攻する人と話をすみゆでチャレンジしようと決意をしました。

4月パリ郊外で開催されるユーロパンという展示会で3年に一度のベーカリー  
ワールドカップが行われます。実際にどんなレベルの選手が、どんな競争をして  
いるのか見てきます。やるするにてまつ景勝地を高めたいと  
思っています。私のフランス行きを許して下さった社長・早智・スタッフのみんな、主人へ  
感謝します。しかも何をつけて“り”書いてきます。 4 K.O.

# C'est la boulangerie ! Vol. 45

～ふくいパンの旅～

2005. 4. 29

Boulangerie  
COSTA FRIDA BON  
chef Toshiro Onishi

フランスパリの郊外で行われた  
ユーワパン(大きな製パン・お菓子の  
展示会)を見に行きました。

3年に一度クープドモンドゥラボランシエ(パンの世界大会)が行われます。  
今大会、日本は12ヶ国中3位のが決まりました。3日間の間に4ヶ国ずつが  
8時間の競技を行います。3人が14mで戦い、バゲットなどハンドミキシング  
する人、ペストリー担当の人、食パン担当の人がいます。パン職人のオリンピック  
という感じでした。戦う姿・各国選手との触れ合いですべてに感動しました。

パンを作り仕事して暮らす。選手として出場することはレベル的にそれには年齢対  
無理だと思ひます。でもその夢を追ふことはできます。私の夢を目指して一生懸命  
努力したら叶うかもしれません……まずは夢を見なければ何をやるか知らない。  
こういつ夢を持てる、幸せかも知れない！と思ひました。

私は、パンを作り仕事をして、多くの人に出会いたいと願っています。  
ワールドカップ出場の夢を持ちながらばるニセコにて、いろいろな人で会える  
気がするのです。今回会場においても、久しぶりの再会を果たしたり、  
次回へのチャレンジを目標とする人ともつながりました。新たに多くの人に会え  
ました。みんなパンを作り仕事をにおいてつながっていました。

私にとってパン作りは生きていくための仕事であり、お客様に喜びや  
幸せをお届けできる仕事であり、パン新入を目指す人へ教えることを  
伝えさせて力を感じることができます。この仕事を通じて多くの人に会い  
感動し、成長できる素晴らしい仕事です。きっと誰にでもそういうもの(仕事を  
したり、仕事を以外のことかもしれない)があると思います。毎日を前向きに  
今できることを精一杯がんばることで、きっと見つかると思います。

各国からの審査員と選手、ワールドカップの開催者側(フランスの方々など)が

集まるの打上げパーティーに招待してもらいました。（私はワールドカップに参加しているわけではありません。うれいに）たけど「自分自身のハム中です」と「君の狭い思いをしてました。次は選手としての集まりに参りました」とお詫びしてもらいました…） 選手・審査員・スタッフの方は朝6時から競技三日目終わるのが19時くらい。その集まりは22時くらいに始まり、夜中1時ごろ2時まで続きました。（次の日はまた朝6時には会場に入らないといけないのです。） すみません（おあてびっくりしました。） 私の盛り上がり方がすこくて、ほんとにスポーツ精神に近い精神だなと思ふ。私の集まりの最後のおさつで、ハイタッチをして、この場で出会い、触れるところのすばらしさを語り。また3年後2008年に会おうとNDFの方が宣言しました。フランス語だったのですがいまひとつ理解できなかったのですが、わけはわからなくても感動しました！！

1日目は、食事も終えた後、みんなダンスをして樂んでいました。（外へお出されます。若くから年上の人まで）（It's facile! 簡単だ！） On va danser! （おどろう！） と言われても、

日本人でどう簡単にはおされませんよねー。

2日目は、（わゆるキャバレーにて？）こんなすこちゃんとした集まりがこんな所でー！と内心びっくり、さすがフランスです。

食事はね、ショーティーが盛り上がりまして…ありました。

二人が体験きたまは一生するにはないと思ひました。

日本に帰ってきて、あれは夢じゃなかったのかと思ったくらい…

**パン立て** 結婚式の3種類のパンに対してベゲット150本の御予約を頂きました。火曜最大の祝食日にトマトのパンを使ってさるなめて頂きました。おまかせで最高の幸せです。お二つの幸せをお祈りします。パン立てトマトは煙たいと思ひます。いくつかのパンを細めさせパン立てトマトを煙たいと思ひます。いくつかのパンを細めさせパン立てトマトを煙たいと思ひます。トマトのパンに対しての御予約もよくお受けする様になりました。そんな祝食日にパンを煙いていただき、われに位するパン立てパンイタリをしていただきたいと思っております。K.O

# C'est très bon! Vol.46

## ～お・い・パンの話～

～2005.5.16

Bonjour

C'est TRES Bon

Chef Kaori Onishi

最近、パンを作る仕事に携る女性が増えてきたと感じます。講習会などに参加しても、多くの方が女性を見かける様に

なりました。今まで男性が多かったパンを作る仕事であるので、実際に仕事として働くと、労働時間や体力的な面、価値感の違いなどから長く仕事を続けていくことができる女性はまだまだ少ないのでないかと感じています。先日も、パン屋さんで働く女性が相談に来られた。いつも悩んでいる様で、朝早くから夜遅くまで働き自分の時間もない毎日を続けると、さて何のために働くのだろうかと考えることがあると思います。「大変さんは何のためにパンを作っているのですか?」この時聞かれた。私は、トーブンのパンを愛し買いに来て下さるお客様のためにパンを焼きたい。パン職人とを目指し、トーブンでやるべきスタッフの人生の広がりに少しでも手を貸したいと思っています。やに私の存在する価値があると思うのです。しかし、一番はこの仕事を通じて、多くのことを学び成長できたことです。苦いことも多いし、喜むこともあります。きついし、ねむい。だけど、喜びも感動もいつはいつは美味しい味わってきました。同年代の福岡のパン屋さんが集まって会立ち上げました。田主丸にあるシエサガラのオナシエフの相良氏を代表幹事とし、タントルマンのオナシエフ渡辺氏と一緒に私が幹事を務め、会を運営しています。今月、仲間で集まって勉強会をするのですが、普段もいろいろなことで相談したり、協力したりしています。そういう仲間の集まりがあります。私は女性のパン屋のシェフとして働く一人として、女性のパン職人の方の力になれるように頑張っています。この会に興味のある方は、ぜひ私に声をかけて下さい。将来のこと、悩んでいるな、少しでも力になればと思うのです。

フランスの旅 こぼれ話

日々生きてゆかたー。フランスルマンデー地方のエールタ。何年も前か

いつもは行つてみたいであつたが、いたる場所でした。モネなど多くの画家によつて描かれてゐる場所です。海に切りだつた岩肌が、そのまま立ちます。夏ベカンスの季節になると多くの人が訪れる避暑地の様ですが、今回訪れた4月はまだ少し肌寒く、列車を降りて駅からバスもなつたりと、エルタにつくのにとてもドキドキ苦勞し、かつ1時間いか滞在できなかつたのですが、エルタの海岸に立つた時、「生きてよかったです！」と思わず声に出してしまふほどでした。

普段の忙い毎日は、この時の心事のためにあつたのかと思ふほど、常に澄み立つ風景だつたのです。ただ1時間だつたけど、エルタの海岸を散策し、岩壁の上に登り、ノルマンディーに来たのだから本土のシードルを飲まなくてはと、ピストラに入つて食事をしと、めぐめく充実した旅となりました。

- ④ 有名人？ ユーブルの会場で、MOTのムニエ氏はカヌの会社のブースでデモンストレーションをしていました。久しぶりに再会し、立ち止めていることを喜ぶ志のカメラマンの人があのシャツをのせるからと言って号数を数枚とりました。次の日またそのブースに寄つてムニエさんにちがひけれど、「かぶりば前有名人になつたぞ」と言うので、何だうと思つて、会場中に配布されている雑誌の中面にムニエ氏と私の2ショットが載つているではありませんか。ほんとびっくりしました。でもうれしくてみんなに見せびらかしましたが……。

- ⑤ メデル氏とパン屋めぐり 1月に傷いたメデル氏のパン屋に遊びに行きました。するとまたパン屋めぐりをしてくれるのです。これで、メデル氏とのパリパン屋めぐりは3回目。ほんと感謝しています。なんてここまでよくしてくれるのはどうと豆গাঁগাঁります。たゞく私は自分の店以外日本の他のパン屋さんにはあまり足を運びませんが、パリのパン屋さんは、けつこう有名なところを制覇します。今回はいろんなお店のバゲットを食べ比べました。どれも特長がありおいしかったです。今日は18区、20区を中心にしてまわりました。サントクール寺院の周辺には、パン屋さんが数多くあるので歩いています。今日訪れたパン屋さんを紹介しますので、行く機会のある方はぜひ見てみて下さい。

## Boulangerie SANNA サンナ

2005年のパリベゲットコンクール  
1位のお店です。第一印象  
小さくて入った感じが。

パンは Bien cuit (まだ焼き入ってある) がいいのです。  
こんなに小さくて普通っぽいお店で、毎日おいしいパンを焼く努力をしている  
んだどうなって感じます。オーブンが入ったケーキもおいしかった。

## Boulangerie AU 140 オー・カントン

この店はすぐ近くにあって  
いつもいわゆる作り正在りのパン  
印象を受けました。パンは軽め  
で薄く、うるわしこそで味わい  
深かったです。う後のパンは(天然酵母パン)  
はほろよい酸味ですこし重く、その重さを持ったビニール袋がちぎれる  
ほどでした。隣にあるお菓子屋さんのケーキも美しくおいしかった。

## Boulangerie PIERRE ピエール

これはフリットガナの製法で  
作るオーバーラッピングのパンです。  
軽めで薄く、軽めで  
ソフト。味わいも深く、女子好み。  
一番好きかもと思いました。横に長いお店で作る様子が見れ  
ます。ユクリュ

## COQUELICOT

とてもかわいいパン屋さん。  
ユクリュとは花の名前みたいですね。  
買ったパンを温めてくれるなど、フランスには  
とても親切なお店でした。パンの生地にブルーベースが3種類あります

## 3. rue du Retrait 20<sup>e</sup>

(M) Xトロ駅 Gambetta (ligne 3)  
7:30~20:30 (日) 7:30~14:00  
日曜休

## 140, rue de Belleville 20<sup>e</sup>

(M) Jourdain (ligne 11)

7:00~20:00  
日 5:30~13:30 / 16:00~20:00  
月・火休

重さを持ったビニール袋がちぎれる  
お菓子屋さんのケーキも美しくおいしかった。

## 150-152 et 154 rue de Hénilmontant. 20<sup>e</sup>

(M) Pelleport (ligne 3bis)

7:30~20:00 (日) 7:30~13:30  
月・火休

## 24. rue des Abbesses. 18<sup>e</sup>

(M) Abbesses (ligne 12)

8~20:30  
月休

パン(見つけたのは「パンのグリエのアーヴィングみたい」)を温めてもらい、サクルブル  
寺院の近くで歩きつつ、メラーレ氏と一緒に食べました。

### LE GRENIER À PAIN

グルニエアパンはパリに何店舗ある  
あるけれど、店づくりも商品も  
とてもすてきなお店です。  
お菓子やパンの種類が多く、煙草のラッピングなどもかわいく、もちろん  
おいしい。

38, rue des Abbesses 18<sup>e</sup>

① Abbesses (ligne 12)

7~20:00

水休

### BORIS PORTOLAN

HOF(フランス最高技能章)をも  
取扱いさんが最近開いたパン屋さん。

赤小麦を使ったペストリーがありましたが。(ソース焼きが甘く、メラーレ氏は  
いまひつ)のが平価でしたが……)

お菓子も大変いててこまきいいなお店でした。

Arnaud Larher 53, rue Caulaincourt. 18<sup>e</sup>

アルナード・ラヘル

10~19:30

日、月休

こんな場所に、こんな高級感のある  
パン屋のお店が……と思ふと、お菓子業界では有名な(去年、日本に  
講習会で来日されました)アリーラエル氏のお店でした。  
とても美しくおいしいお菓子がいっぱいでした。

買ったパンやお菓子をメラーレ氏のお店に持ち帰り、スタッフと一緒にシャンパン  
で乾杯して、いろいろ味を試食しました。おいしかったー。

車でパン屋を通りながら、メラーレ氏といろんな話をしました。

(もし、私のフランス語力では、ほんて会話に限界があります。  
でも、言葉ではなく、じて直じあえている気がしました。じて書いたこと  
が「お互いにわかる。手段、言葉の直じ合う世界ではそれで  
こそ、できる大切を思ひやりの気持ちなのだと感じます。Ko.

# C'est très bon !

— おいしいパンの通信 — Kaori Onishi

Vol.47 2005.6.16

今回は、ぜひおいしいので食べてみてほしいトレボンのパンの紹介をいくつか書きますね。

## ●パンノアール(黒パン) 大336円、小168円

ちょっと黒くて地味で目立たないパンですが、トレボンのパンの中で一番ライ麦を多く含んだ穀物ぎっしりの健康にもよさそうなパンです。ライ麦パン=すっぱいのイメージのある方も多い様ですが、このパンノアールは違います。味にこくはあっても全然すっぱさはありません。ハムやチーズ、野菜と一緒に食べると、もっと体にやさしくておいしいです。  
私にとっては、パンを作ることの本当の意味を教えられた思いのこもったパンです。  
(通信VOL.20に書いています。)

## ●ガレット カット210円、ホール840円

2004年パリのガレットコンクールで1位をとったラウルメデール氏のお店で  
今年の1月に勉強してきました。あの感動したおいしい味をぜひ作りたいと思い焼いています。  
本当はフランスでは1月の第1日曜がエビファニーで食べる日で、  
1月しか作らないお菓子です。  
パイ生地のほろほろ感とクリームダマンドのほっこり感がおいしくて私は大好きな味です。  
ナチュールの他にも抹茶味、ブランニ味も作っています。

## ●オーベルジン 336円

夏限定のサンド、オーベルジン登場しています。  
オリーブオイルで焼いたなすびとモツツアレラチーズのバルサミコ風味のヘルシーなサンドです。  
他にも2品ほど新商品が出る予定です。  
夏、食欲のない時など手軽に栄養のある物を食べたい時にはサンドイッチがおすすめです。  
バゲットなどのハード系のパンを使ったサンドイッチは、  
オープンで軽く温め直して食べた方がよりおいしいです。

## ●アナナ 242円

ココナッツ風味のクリームと、バナナ、マンゴー、バナナのトロピカルな  
フルーツをデニッシュ生地で包んで焼き上げました。

## ●ソレイユ 263円

チーズバナナップルのデニッシュです。バナナップルをシナモンとラム酒を加えて  
キャラメルソテーし、コンポートにしてカスタードクリームとともに焼き上げ、  
バッショソースをのせて仕上げた甘酸っぱいおいしさです。

先日、MOF(フランス最高技術章)の方の洋菓子講習会に参加した時、  
その方が、「素材(使用する原料)を知りぬきなさい」と繰り返し言わされていました。  
この素材を生かすためにはどういう配合を組まなくてはいけないか、  
配合中の他の素材の質はこうではないといけないというものが決まってくる、  
そういうことをイメージして作り上げていく。

この様な話を以前、MOFのムニエ氏からも言われたことを思い出しました。  
ムニエ氏の家にある数々の本を見ながら、パン作りの基礎、  
素材の知識をしっかり勉強しなさいと。そのことはとても大切なことだと。

今の私に足りない部分だと思います。  
私はパンを作ったり新しい商品を考えたりする時、一番頼りにしているのが  
自分の感覚・感性です。それでイメージし作り上げています。  
確かに感性の部分は重要だと思います。しかしそれと同様に素材を知りぬき  
配合・原理をイメージした上でそれに基づいて作り上げる  
ことができる様にならないといけないと思うのです。  
最高の技術をもつMOFの方は商品を仕上げる際の感性の  
すばらしさもさることながら材料など知識の豊富さ、人間性のすばらしさと、  
いろんな方にお会いする毎に感動させられます。

買ったパンやお菓子をメデール氏のお店に持ち帰り、  
先日、福岡のパン屋さん仲間で作った会(EBF)で勉強会をしました。  
その時、私と「シェ サガラ」オーナーシェフの相良氏が講師をしたのですが、  
相良氏も同じ様なことを話されていました。1つ1つの作業に意味がある、  
こうしたいからこういう作業をするということをきちんと理解するべき、  
また新しい商品を考える時、甘み、酸味、苦味のバランスを常に考え、  
イメージを作り上げてから仕上げると言っていました。

1つ1つの仕事にていねいに取り組む姿勢、1つ1つの仕事の完成度の高さなど  
私に不足している面、他のスタッフへ指導しきれていない面を  
たくさん持っているなと思いました。とても勉強になりました。  
いろんな方と接し、話を聞いたりする中で今の自分には足りない事、  
努力しなくてはいけない事などを発見したり、いい影響を受けたりできます。  
今いる自分の場所だけに甘んじることなく、どんどんいろんな人と出会い、  
話をしてよりステップアップした自分を目指したいと思っています。

K.O.

# C'est très bon! Vol.48 2005.7.19

## ～おいしいパンの話～

7月22日でトボンは3周年を迎え、4周年へと

Boulangerie  
C'est très bon!  
Chef Karin Dioriki

入り口付近は1人入った時(5~6年前)からすでにパンを買っている  
来店者で、3方に分かれて毎に「ありがとうございます」と感謝の気持ちをいいます。いつもパンを買いに来て下さる皆様のおかげで、あくまでこの間にはいか  
無事に3周年を迎えることができました。ありがとうございます!! 3年間あくまでこの間の様だけで、  
いろんなことがありました。苦しかったこと、悲しかったこと、心を寄せ合い  
思い出すこともあります。私にとって技術的には入門的にもひどいところも、また成長できた3年間だった  
と思います。1人1人抱きしめてヨリたいくらいすてきなスタッフとともに、パンと一緒に過ごした日々の  
中で、いろんなことを学びました。学ばせてもらいました。1人1人の成長が本当にとても大きを喜んでおり  
ます。私はいつも、お客様に喜んで頂けるパンを提供していくことをうれしく思っています。きちんと一定のレベルのパンを毎日焼けています。パンを通して喜びや幸せをお届けできているからです。  
私の3年間、若い時、道に迷った時に教えてくれたのは、お客様から丁寧な声や手紙でした。  
お客様との関わりの中で、たくさん人の勇気や励みを感じました。イルムスの時(約4年前私が  
3年間働いたハラダ、会社の都合により3年で閉店)私は製造の仕事をみたいと自分で向けて  
いました。オーブンで3年後の開店の時、はじめてお客様の声を笑顔で聞くお客様の声を頂きました。最後の日お客様にかけて  
頂いた声に、涙を流しながらパンettを成型した事を今でも覚えています。この方々のためにパンを作  
きました。それがトボンオープンの時の私の一番の気持でした。本当にってパンを作るこの意味は、  
私の存在する意義には、パンを通して私にできる事は何か。このイルムス閉店で経験する  
ことで、どんなに若いことがあっても絶対に乗り越えることができる勇気と強い意志を持つことが  
できました。このイルムス閉店の時の体験と、トボンが本格的にお客様から受け取った  
励ましの声の数々がなければ、きっと私は毎日食べ寝る以外生活のほとんどを失ったパン  
作りの日々を乗り越えることができず、安楽な生活へ走っていたかもしれません。  
でも、今良くわかつて3年は、昔く自分の思いどおりにならない時、経験してしまはずつと強く  
からむ。すばらしい方々との出会いを経験することができ、ふとしたことに「から感動し、幸せを感じ  
ることができるのだ」と思います。

出会いについて 今振り返ってみて、現在の私があるのは、この大きな出会いのおかげです。人生を豊かにする  
ことができるほどの大きさの出会いを大切にし、その縁を生むからには、本人次第です  
1つ目の出会いは小柴さん(ランズエバーグル屋主)と、1つめの時(時教えて頂いた師匠)であり  
その後の人生の歩み道では必ずといっていいほど登場し、アドバイス(すこしお勧めしたこと...)をもらいました  
イルムスバークリーに車を販売したのは26才。それまでの私は大きな製パンメーカーの商品開発の仕事を  
していました。今考えてみると10人に甘い奴でした。同僚に集まれば会社への不満や上司の  
イライラを語ったりしていました。仕事よりもグレインシードやスキー、スポーツクラブ遊びに精神を傾けたのが  
多いのも、パン作りを学びたてのイルムスに車を販売して、世界の恋愛を知りました。  
そして今、自分の使命とは何かと思ふとお客様になりました。イルムスの開店で、石村萬盛堂に  
入社。トボンをオープンするに至りました。2つ目の大きな出会いは石村社長です。

精神的な面で強くられたのは、石村社長の言葉に触れ多くのことを学ぶことができたからだと思います。自己中心的思考の自分から、少しずつ人の役に立つ仕事をしてから厭い、ヨリの  
レベルの高い状態の自分まで成長することができ、スタッフもまたお客様をひとつにして  
おいいふとお客様へお届けすることができて、そこには友の心を感じます。

のところから学んだ英道の考え方あります。車輪回転車に關する考え方です。小学校からある本を勧められ喜んで読んで断念していたのですが、石村社長の言葉の中で、その本とも少し重複する書いてある本を紹介され、私の尊敬するお二人が書かれたのかとケレ不思議に思い、読んだのがきっかけでした。この本により私は考え方の根本を学ぶことができ、より楽に生きる事ができるようになりました。そして3ヶ月の出会いは、仁科さん(シンクの取締役)されており、パン業界ではとても有名な方です。)ではないかと今思っています。トバンが本業として3年立ち上げてからはうまく店をまわしていくことが前のことをこなすことで第一歩でした。スタッフも成長し薄ち着てきました今、ふと自分の目標(夢)は何なのか立ち止まりました。自分の役割や日々やらなくてはいけないことはよくわからていました。

しかし……(何度も通信で書いてきました)を人自身、仁科さんとの出会いがきっかけとなり自分の中にある目標を決めることができました。その目標を決める事によって私の中で何がいいか確実に変化していました。もと勉強しなくてはいけないこと、人間性を高めなくてはいけないことを人目で見えてきました。“よく通信に私の目標を早くここに”と書かれていますね。後輩は失敗した時のことをうながしてプライドといつても書けないよ。”と言われました。私は單純に何も考えていないだけなのですか”。私も目標に向かってがんばてる。だからみんなと一緒にがんばろうというメッセージを送りたかっただけです。私は目標を決めた時に大きな意義があると思っています。そうすると“自分の中の志願が変わる。そして、私の目標に向かって具体的に動いていくことで、出会いがあり新しく学ぶ”教科のことがあると思うのです。何かを始めなければ、それは他の自分と何ら変わらない。もしやたら結果はダメかもしれない。でもいいと思うのです。きっとそこにはひとまわり大きくなった自分がいるに思うから。私はもうおいい人に作れる様になりましたと厚んでいます。お客様のために、そして自身のために、ただそれだけです。

それで最近あそこで思う様になりました。自分の使命とは何なのか。あまり女性が活躍していないパン業界において、そして女性の職業人が着実に増えてきている現状において、女性次第でか人はすればここまでこれる。大きな仕事をして、たくさんのことばを学べ、パンを通して自分が成長できるだけでなくお客様へ喜せてお届けできるすばらしい仕事なんだとこうして伝えたいと思っています。この目標、10人と争っていても良い目標です。でもがんばっていれば応援してくれる人もいたりそういうことで10人にパンをうながせたり。この目標のためにいろんなコントラートを排列して“こうと決めて今3つのコントラートへ応募して、3つとも予選落ち。久しぶりに夏祭りに失敗したような気分で、本命の目標の裏面に改めて痛感。でもがんばります！負けません。

人の縁で不思議な——小学校で石村社長は、私は見て大切に思っていた。会社同士が技術を提携することあります。そして先日石村社長と仁科さんが“出会い、一緒に話をされる機会がありました。私が大きな影響を与えて下った方がいい。私の手帳を見て仕合っていくことに、不思議というか、喜びを感じています。そして仁科さんは話をしている中で“守破離”という言葉を言われました。

この言葉は、石村社長の経営理念であります。お二人英道の考え方で私はびっくりしました。小さな時の時もそうでしたが、私は不思議な思ひででした。パン通じて“”ここで(会社の手帳)はさらにパン業界で”守破離”私の目標であるワールド(パンの世界大会)の日本代表選手を決める国内予選を日本で開くにあたり”という間に並んでいければいいと實現しました。(このことはワールドに限らず、これからパンを作っていく上でどうしていいかが私の中で考えていたことでもあります。)

“自分の表現したいパンを見つけること。” “自分で自分を描いていくしかない。”と仁科さんが言われました。今、私は今までの経験や学んできたこの精神をもつてあるパンを作れないと感じています。ということも“守破離”という言葉を仁科さんが“言われました。

基本とは、生んでも作り上げてきたもので、どんなに有名な人も、このことをベースにして自分の中で消化し自分色のパンを作り上げている。基本を守り抜いて作れる様になつて、その時に見えてくるのがある。必ず上からいくのがいい。ステップを踏んでいけばいいと言われました。自分で何をいはかでいることでしたが、改めて仁科さんの言葉で聞いて、とても気持ちが

樂になり。着実に努力して貢献して顶く事を強く思えます。  
長くなってしまってすみません。トマト千葉県に入らなくてはいけない。私が考案していると思われます。  
そして、一番大切なのは、トマトで新しいパンを焼いていくこと。お客様のために、焼いて貰う事で、いつも  
スタッフのために。それが何よりもかかっているから、どんなことがあってもがんばります。  
"ありがとう"感謝の手持ちでいなければなりません。

### 新商品のお知らせ

レギュラーパン ￥336 オリーブオイルパン=夏野菜をサンドしたヘルシーな一品。ズッキニ、トマト、なす、かぼちゃ  
トマトなどの夏野菜をオリーブオイルソラード。パルサミコで味付けをしてました。  
夏野菜サンド6種類のサンドイッチです。

レザンオランルーズ ￥126 すこぶる軽やかです。毎日焼きのメニューの一品ですが、軽くて  
せんべい並み以下です。人にいい商品でしたーと思ってます。  
シナモン、アーモンドの皮でこぼにワインを差して、それを香りでシナモン味わいのワイン(ラム酒)  
モドリです。牛のランチョンマートで買ったワインばかりです。ヨーロッパ、ヒルズ食感、乾物や  
くずがアロマとなり、ワインに引かれたトマトでサルタナが入っています。いい香りと味です。

いちごパン ￥242 いちごの旬の時だけ販売です。見出さないでね。  
アーモンド粉でカスタードの上に焼きたて上げたパンに、さああ~いいちごを  
のせて焼きたて上げました。う~ん、スタッフの声。

モモのパン ￥252 お待いました!これは、モモのおいしい時だけ販売です。  
ヨーロッパでもカスタード、キャラメル、ラム酒の組合せは  
ヨーロッパのケーキの特徴。

これから本格的に夏が来る頃、方までたまて元気がなくなりそう有時は、トマトのパンをお召し下さい!  
お手軽で夏を乗り切るぞ!

K.O.

## — お~い!パンの通信 — Kaori Onishi

雨が降って、急に涼しくなってもう夏も終わるんだなあと感じています。  
きっとあつという間に秋が来ますね。秋のメニュー、せっせとただ今試作中です。  
今秋発売予定の新商品を少し紹介しますね。

### ■ 抹茶のデニッシュ:231円

抹茶味のアーモンドクリームと、栗・さつまいも・豆を巻き込んで  
マカロンをトッピングして焼き上げ、抹茶チョコレートで  
仕上げた色鮮やかなデニッシュ。

### ■ フランボワーズとくりのデニッシュ:231円

くりのクリームと自家製フランボワーズジャム、  
渋皮くり煮が入ったケーキタイプのデニッシュ。

### ■ きのこの秋味ピザ294円

きのこピザが今年はNewバージョンになります！  
白ワインやハーブで味付けしたきのこのグラタンをのせたピザです。

### ■ くりぱん:189円

去年好評だったくりぱんが秋冬だけ限定で登場します。  
ほんのり自然な甘さのくり味のパンです。

### ■ オートム:252円

くり、いちご、りんご、ぶどうなど秋の味覚のフルーツを  
のせたブリオッシュです。

### ■ そしてやっぱり秋は、マロンパイ:294円

1粒丸ごとの渋皮煮のくりとおいしいマロンクリームを、  
パイ生地で包んで焼き上げました。だんだん秋が深まると、りんごを使った  
デニッシュノルマンディーやりんごのパイ、秋色のフォカッチャも登場します。  
楽しみにして下さいね。

パン屋になってよかったですと思ふことの一番目は、  
この仕事を通してほんとに多くの人と出会えたことです。  
EFB(エキップドフクオカドーランジェ)福岡の若手パン職人で  
立ち上げた勉強会の仲間は、パン作りの技術向上に関する事だけでなく、  
いろいろなことを心わって話せ、お互いによりレベルupしようと刺激しあって  
がんばれる関係です。

この仕事を通して出会った私の女性の友人はほとんどがんばってる人が多いです。  
もとパティシエのゆりさんは、忙しい仕事をこなしながらソムリエの資格を取り、  
家ではお菓子教室を開き、先日フランス人の方と結婚。  
フランスのムニエさんのパン屋で1年間スタージュとして働いたあきこさんは、  
ムニエさんが外国に教えに行く時は、負けず嫌いの根性で1人でまかされるほど  
がんばってた。そしてもうすぐ岐阜に自分のパン屋をオープンさせようと  
準備しています。フランスのスタージュ先のパン屋で知り合ったいすみは、  
フランスで会社を立ち上げ(すごく難しいこと)日本と行き来しながらがんばっています。  
そんな友から、いい刺激を受けつつ、私もがんばろうと思えます。

そして、フランスのパン屋さんでは、パンを作る技術と笑顔さえあれば  
言葉がうまく通じなくても、一緒に働き心が通じ笑い合える喜びを  
知ることができました。今いる場所だけではなく、世界は広いことを知りました。  
仕事って仕事だと思えば毎日単調でおもしろくないことかもしれないし、  
例えいろんな可能性がねむってたとしても気付けないかもしれない。  
決められた与えられたことだけではなく、もっと自分で考え深めていくことによって、  
いろんなことを学ぼう、知ろうと努力することによって、  
前は見えなかつた道が開けてくると思うし、  
やりがいもできておもしろくなったりするもの。待っていても何も起こらない。  
今おかれた環境において自分の中での最大限の努力をしているだろうかと  
いつも自分に問いかけています。

K.O.

# C'est très bon !

— おいいパンの通信 — Kaori Onishi

Vol.50 2005.9.20

最近うれしかった事をいくつか。うちのスタッフのもりは不器用で、仕事の効率も他の人に比べると良くなく、いつも目の前の事しか見えていません。でも、いつも一生懸命で、素直に他人の意見を取り入れることができ、自分の目標に向かってがんばろうとしています。担当の場所を変え、仕込み、成型の仕事を勉強はじめで3ヵ月ちょっと、前は生地の分割スピードもすごく遅くて隣で丸めをすると途中で、どこかへ他の仕事をしにいられないといけないくらいでした。でも、数日前久しぶりにもりの分割で私が丸めをしました。すごく早くなってしまった。私に途中何かをする時間はありませんでした。ほんのささいなことかもしれないけれど、もり、成長したなあってすごくうれしかったです。感じる力が大切だよ、何を優先してしなくてはいけないのかもっと全体を見るようにしないと、もりの目標には到底近づけないといつも言います。私も今の自分のレベルではダメです、もっと努力しないと、目標は夢で終わってしまうでしょう。もり、お互いがんばろうよと最近話をしました。

まりこは目標がないことがだめなんだと少し悩んでいました。まだまだ若いのにそれを悩むこと自体すごいと思います。だって私がまりこの年の頃は、ただのほほんと毎日を過ごしていただけでしたから。私のやりたいことは何なのか、目標はなんなのかと悩む人は多いと思います。まずは目の前にある事に一生懸命に取り組むことです。そうしたら何かがきっと見えてきます。何かが広がってきます。行動しなくては絶対に見つかりません。目標(夢)を持つことをおすすめします。最近私自身、目標をもつことはとても良いことだとつくづく感じています。きっと毎日を充実して過ごせ、もっと自分のレベルを上げようと努力でき、なんとなくルーチンでやっていた作業にも意味が見いだせるはずだからです

7月にパリから(6年前私の人生の変わるきっかけとなったとも言える出会い)師匠がやってきました。パリでは、高級レストラン、ホテルクリヨンやフォション、ラファイエットなど有名な所へパンを提供しているパン屋を経営されています。その方がトレボンのバゲットを食べて“よく出来る。”すごくおいしくて1本食べたよ。よくここまで作り上げたね。”と誉めて下さいました。私がバゲットの成型さえも、カマ入れの時のクープ入れさえも出来なかった6年前、初めて作り方を教えてもらった方であり……うれしかったですね。本場フランスのパン屋さんにバゲットを認めてもらえた。

先週大阪に2005年クーブドモンドウラブーランジェリー出場選手による講習会を受けに行きました。何がうれしかったか。

まず1つめ、空港でたまたま手にした本との出会い。  
最近私の目標のハードルの高さをつくづくと実感し、考え始めていた時でした。  
そんな時に私にがんばろう！というすごいエネルギーをくれた本でした。

そして2つめ、この講習会があることは、はじめドンクの仁瓶さんが  
知させて下さいました。それで、大阪だけ行こうと思いました。  
自分で知ったとしても、参加費の高さ、  
大阪までの交通・宿泊費がかかることを考え、参加しなかったと思います。

でも、ほんとに行ってよかったです。いろんな人と出会い、  
話をすることができ、いろんなことを感じ学ぶことができ、  
とても幸せな時間を過ごすことができました。  
どんな業界もそうですが、パン業界においても有名な方がいらっしゃいます。  
今まで本の中の人であるがれだけだったのですが、  
今その方達と親しく話をできる様になりました。  
今回も仁瓶さんが講習会後の関係者の打ち上げに誘って下さったり、  
いろんな方に私のことを紹介して下さいました。  
ほんと、人生で一番大切なものは何か……人との出会いです。  
そこからチャンスが生まれ、感動をもらい、元気をもらえる、  
自分の人生さえも変わるかもしれない。  
今回も出会いに感謝・感謝です。自分のレベルを上げれば、  
より高いレベルの人と出会えます。そのために毎日がんばるのだと思います。

## 秋メニューいろいろでてます！

週替りメニューがまだ夏版のままですいません。  
近日中に2005年秋・冬に変わります。この前、焼きたてのフーガス  
ベーコンを食べながら家に帰りました。改めて発見！！

おいしー。私は何年も自分が作ったパンを食べ続けていますが、  
飽きませんねー。もっともっと勉強しておいしいパンが  
作れる様になりたいと思っています。

K.O.