沖縄の聖地で採れる天然もずくの物語　〜比嘉ファミリーと「もずく道」〜

『海の中でキラキラ光り輝いているもずくを採るんです。それが元気がいい証拠。』

そう語るのは比嘉真人さん。比嘉ファミリーのお父さんです。映像を作る仕事の傍ら、もずくの季節の大潮の頃にはもずくを採りに海に出ます。

比嘉夫婦が沖縄県南城市百名に住み始めたのは５年前。もずくが豊富に採れる海は家から車で３分です。妻の有加さんの夢だった「海の見える街に住むこと」、そして二人が同意した「子育てはぜひ自然豊かな場所で」が決め手となり、那覇から引越しを決意。息子の真也くんは１年後にこの地で生まれました。百名は人口800人ほどの静かな集落で、何層もの青色が重なる美しい大海原を見下ろす高台にあります。百名は琉球の祖神アマミキヨが初めて沖縄本島に降臨（渡来）した聖地。神の島久高島を東の対岸に臨み、世界遺産の聖地、斎場御嶽は車で15分の距離に位置しています。

真人さんの育ちは東京ですが、ご先祖は代々百名で、子どもの頃、お母さんに連れられ何度も足を運んでいます。真人さんのもずくとの初めての出会いは２０歳の夏休み。都会育ちの真人さんにとって、自然界にあるものを手掴みでそのまま食べられることは新鮮な驚きと感動でした。

百名の海は遠浅で、満月と新月の大潮の時は潮が500メートル先まで引き、歩いて入ることができます。４月から6月にかけてのもずくの時期には大潮の頃、もずくを採りに多くの人々が訪れます。しかし、真人さんほど上等のもずくを大量に採れる人はなかなかいないでしょう。秘密は真人さんが毎年もずくと向き合う中で培われた「もずく道」なるものにあります。

〜真人さんのもずく道〜

1. 欲を出さず、必要な量だけいただくべし

採ることに夢中になっているうちに満ち潮になってしまい溺れかけたことがあった。

1. 光り輝くもずくを採るべし

もずくは干潮時の日照りから乾燥を守るためにヌメリを出して身を守っている。生きる力に満ちた元気で美味しいもずくはヌメヌメしており、光り輝いている。

1. 驚異のヌメリを研究すべし

ヌメリには「フコイダン」という成分が含まれており、癌予防、免疫力アップなど人間の生命力を上げる機能が研究されているが、未知の可能性に溢れている。このヌメリがよく育つための最適な環境についてはまだまだ研究の余地あり。

四、もずくを師と仰ぐべし

　　もずくは人生観や地球に関して深い学びを与えてくれる。もずく漁は学びの場だ。

日本で消費されているもずくは９５％以上沖縄産で、９割以上が養殖です。真人さんによれば、ぬくぬく育った養殖ものと珊瑚や海藻などに付着して育った天然ものとは輝きが違うそうです。自然のもずくと触れ合うことによってこそ、「もずく道」が生まれたのです。

『ある時、岩に付着したもずくを剥がした時、その下から一匹のカクレクマノミが出てきたんですよ。あ、ここは彼の住処だったんだと、気がつきました。小さな身体からは想像もできないほど勇敢に「チチチ！」と私を威嚇してきました。私は思わず退きました。もずくは私たちにとっては大事な食糧ですが、同時に彼らにとっては産卵の場所だったり、居住スペースだったんです。私は自分が彼らの家をやみくもに荒らしていたことに気づいて、恥ずかしくなりました。その時からは、魚が住んでいそうな場所は気をつけて採っています。』

真人さんがもずくに惹かれるのにはまだ理由があります。

『もずくは学びであり、癒しです。もずくの森の中にいると酸素がプクプク立ち上がり、海がまろやかでもずく温泉に入っているようです。採るのに無我夢中で一種の瞑想状態なのと、身体が気持ち良いので、相乗的な癒し効果があります。』

もずくの健康への可能性は無限大です。もずくに含まれる豊富なミネラルは海の栄養分そのもの。ミネラルには肌の保湿力を高める働きがあり、肌のハリや艶をキープしてシワを抑える美容効果が期待できます。カロリーもゼロで、酢と一緒に食べることで代謝が活発になり、脂肪や糖分が燃焼しやすくなるのでダイエット効果もあります。またもちろん無農薬なので、安心してたくさん食べることができます。

もずくのヌメリの主成分フコイダンにはコレステロール値を下げる働きがあり、糖尿病や高血圧予防にも効果があります。抗酸化力が強いので、癌予防のほか、胃潰瘍を発症させるピロリ菌を抑えたり、胃潰瘍を修復する働きもあります。またもずくに含まれる食物繊維は善玉菌の栄養源となり、腸内環境を正常に整えてくれます。

沖縄・百名の地でご先祖が代々謙虚に受け取ってきた地球の恵みを享受しながら、息子や未来の子どもたちに美しい環境を残しつつ、自然界と調和して生きるための大事な学びを伝承していきたい。比嘉ファミリーはそんな願いと沖縄の豊かさをもずくを通して発信できたらと思っています。沖縄の聖地でエネルギーの満ちる満月や新月の日に大事に採ったもずくをご縁ある方々にお届けし、皆様の健康のお役に立てたならこの上ない喜びです。

有限会社トキさんの変性エネルギー加工によってさらにパワーアップした天然もずくで皆様のイノチも光輝きますように。そしていつか皆様も「もずく道」を体験しに沖縄の海に遊びにきてください。