2019年10月1日

第 144 号

# Björk

ービョルク（白樺）ー

2019年のアーティスト・イン・レジデンス招聘作家として来日した吹きガラス工芸作家のロベルト・オルデルゴーデン氏。滞在期間中は多くの作品を作り上げ、その繊細で優美なガラス作品は多くの人を魅了しました。

アーティスト・イン・レジデンス2019報告 …… 2

インタビュー「ブレケル・オスカル」（後編） …… 4

第15回 北欧に学ぶ創造性教育ワークショップ「日本人は集団主義的か？」…… 東海大学名誉教授 川崎 一彦 10

連載寄稿「スウェーデンの現在」⑧ …… ソフィア・マルム 12

寄稿「スウェーデンの歯科事情」 …… 歯科医師 蒔田 玲果 14

一般財団法人スウェーデン交流センター（理事長 内野 貢）

〒061-3777 北海道石狩郡当別町スウェーデンヒルズ・ビレッジ２丁目３番１

TEL 0133-26-2360 FAX 0133-26-2992

http://www.swedishcenter.or.jp/ e-mail：info@swedishcenter.or.jp

1240℃、真っ赤に燃える溶解炉からガラスを巻き取る瞬間。特別セミナーでの一コマ

Swedish Center Foundation
Artist in Residence 2019

# アーティスト・イン・レジデンス2019

2019/6/2(日)～7/7(日) スウェーデン交流センター ガラス工芸工房

スウェーデンの優れた手工芸の文化と精神を紹介するべく、工芸分野で活動するスウェーデンの作家にＳＣＦ周辺地域での滞在と創作活動の場を提供するプログラム「ＳＣＦアーティスト・イン・レジデンス」。作家の芸術活動だけでなく、セミナーやイベントを通して、国際交流・異文化理解を推進することをねらいとし、2014年より年１回実施しています。今年度は、故郷であるエーランド島を拠点に創作活動をしているガラス工芸家、ロベルト・オルデルゴーデン氏を招聘し、約５週間にわたってＳＣＦガラス工房で活動を行いました。

オルデルゴーデン氏は小さな頃からアートに親しみ、19歳の時に「魅力的な素材」であるガラスと出会いました。スモーランドの工房でガラス彫刻職人として腕を磨いた後、作家兼ガラス学校の教師として活動。現在は、家族が18世紀から住んできたエーランド島の古い農場を工房にして制作しています。「この島にはヴァイキング時代の遺跡が多く残り、工房のすぐわきにも古い墓石が立っているほど。想像力を刺激する様々なものに囲まれて私は育ちました。父親になってからは、子どもたちにせがまれて様々な物語を作り上げては話して聞かせました。いまではこの自作の冒険譚をモチーフにして制作しています。」

今回の来日は地元スウェーデンでも注目され、ＳＣＦのプログラムについても大きく取り上げられました。新聞・雑誌５社による取材を受けたとのこと。

スウェーデン発祥の技法「グラール」を得意とし、幼少期より親しんだドローイングの技術を生かして、グラフィカルな一点物の作品を中心に制作しています。グラールは、まず作品の土台となるガラスの玉を作って一度冷まし、表面を削るなどしてデザインを施してから、再加熱して吹きガラスで完成させるという手間のかかる技法。今回はＳＣＦガラス工房所属の甲斐裕士、田澤綾乃とのチームで制作デモンストレーションも行い、吹きガラスのダイナミックな作業もお見せしました。参加した方々は「ガラス作品がこのような工程で作られているとは知らなかった」「チームの呼吸がぴったりで、夢中で見てしまった」と語ってくださいました。

滞在期間の締めくくり、作品展初日では、作品の解説に加えて故郷スウェーデンのこともお話しし、ご参加の方々に作品をより深くご鑑賞いただきました。「エーランド島は見どころが多く、私の工房にも世界中から観光客がやってきます。美しいエーランドに皆さんもぜひお越しください」とのアピールも。作品展は９月末まで開催しました。多くの皆様のご来館ありがとうございました。（M）

## ロベルトさんからメッセージが届きました

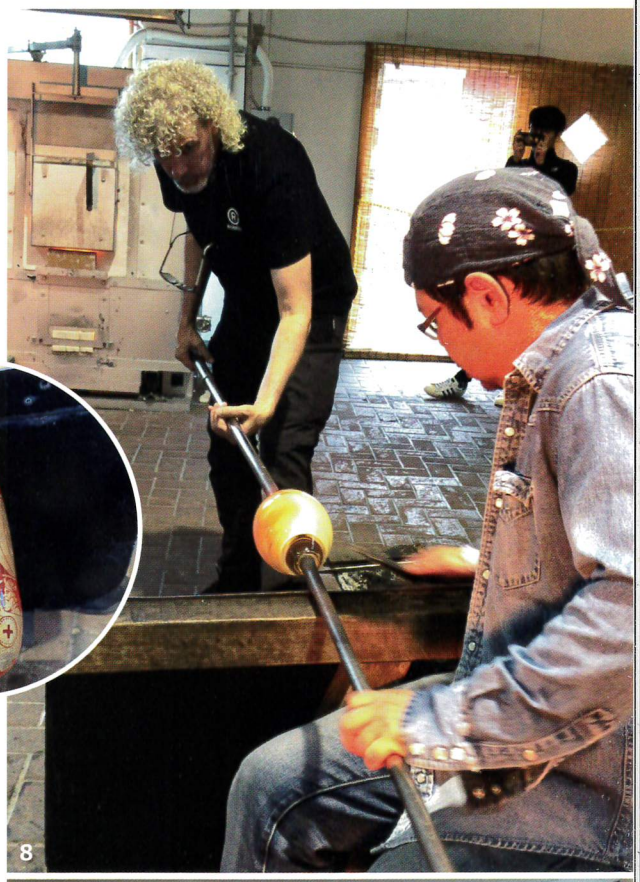
この滞在は、まさに私の人生を変える経験でした。

北海道の気候はスウェーデンの私の故郷の島によく似ていて、滞在のはじめからとてもくつろいだ気分でした。ＳＣＦのスタッフは皆とてもプロフェッショナルに、例えば滞在先で必要なものやあらゆることをすっかり準備してくださったので、工房での創作活動に没頭することができました。また、甲斐さんと綾乃さんという２人の優れたガラス作家が工房にいてくれて私はとても幸運でした。

展示会に向けた作品を生みだす間、ここでの暮らしや伝統的な食事を紹介したいと、日本の方々のお宅へあたたかなご招待もいただきました。そして工房での制作の日々の後に開催した展示会では大変なご好評をいただきました。

スウェーデンへの帰国の途中でもう日本が恋しくなり、今も毎日思い出しています。多くの、生涯の友となる人々と出会いました。いつかまたスウェーデンヒルズで新たな創作の機会があることを願っています。私には新しいアイデアがもうあるのです。

ロベルト・オルデルゴーデン



1. 制作デモンストレーションの様子。仕上がりを展示会でご覧になり「２度感動を味わった」とおっしゃる方も　2. 日本の金銀箔にほれこみ、作品に積極的に取り入れました。制作過程で生まれる亀裂が、ヴァイキングをモチーフにした作品に表情を与えます　3. 泡をとじこめたソリッド作品。泡の形をコントロールし、ライトによる光り具合も計算して制作　4. 5. 展示会ではさまざまなタイプの作品をご紹介しました。楽しんで制作しているというこだわりのアクセサリーも好評　6. 同時開催の「地域紹介シリーズ」では、ロベルトさんゆかりのエーランド島をローカルな情報満載で特集しました　7. 制作中のグラール作品。色合いは仕上がりまでわかりません　8. ＳＣＦ工房メンバーとの息もぴったり。リズムのよい制作風景をご覧いただきました　9. 来日した家族の皆さんも一緒に、スタッフと記念撮影。「また必ずきます！」と笑顔

インタビュー

日本茶インストラクター

# ブレケル・オスカル

Intervju med Oscar Brekell　後編

前回143号に引き続いて、日本茶インストラクターとして日本各地で活躍されているスウェーデン人、ブレケル・オスカルさんへのインタビュー後編です。

日本茶インストラクターを目指して 2012 年の秋に初めてインストラクターの試験を受けたブレケルさん。一度めの受験は不合格となり、スウェーデンに戻る帰路で日本茶インストラクターになるために必要なことを考えたブレケルさんが起こしたアクションとは…？

## インストラクターになるまで

－この日本茶インストラクターを始められるまでには色々な過程を経ているのかなと思いますけども、具体的にはどういったことを…？

日本茶インストラクターは日本語でしか取れない資格なので、まずは日本語の勉強をする必要がありました。そのため再び大学で勉強…日本語学科に編入して２年間勉強して、１年間岐阜大学に行って、その後スウェーデンに帰って卒業論文を書いて卒業しました。その後に勉強し始めたんですね、日本茶のことを。

－日本茶インストラクターになるために…ですね。

そうですね。それは 2012 年の話で、2012 年の秋に一回日本茶インストラクターの試験を受けたんです。勉強自体は通信教育で、スウェーデンにいても構わなかったんです。ただ、試験は日本に来ないといけなくて、あの年は東京の五反田で受けました。他に京都とか名古屋とかでも受けることはできたのですけど、一応東京で受けることにして。で、一回失敗したんですよ。不合格になっちゃって。

－そうなんですか？

日本茶インストラクターのテキストを見ていただければおわかりになると思いますが、すごく難しいんです。日本人でも合格率が３割前後なんですよ。すごく専門用語や常用漢字じゃない漢字…読み方も日本人でも良くわからない読み方の漢字が多くて、日本人にとっても大変だと思いますけど、外国の人にしてみたら相当ハードルが高かったです。それこそスウェーデンと日本で勉強した３年間だけで日本茶インストラクターのテキストと試験に挑戦するのは難しすぎましたね。試験を受けた時に既に「ああ、これってやっぱダメだな」って感じてはいました。で、もうてっきり落ちたと思ってはいたんです。結果が来たのはスウェーデンに帰る前。宿泊先に届くようにしてあったのですけど、封筒を開けて「不合格」の文字を見ると、覚悟はしていましたがかなり落ち込みました。ちょうどその数年前に世界的にも有名になった日本の政治家の会見のように、号泣に近い状態になってしまいました（ 笑 ）。次の日スウェーデンに帰る飛行機の中で色々と考え直して、やっぱり資格ってすごく大事なんですけど、それよりもお茶の知識。お茶について学ぶためには産地に行くことが重要ですし、お茶の業界の中の人脈、そういったものも大事なんじゃないかなと思うようになりました。そうするとスウェーデンに居たままじゃダメだなと思ったんです。

－なるほど、それで静岡に？

いきなり静岡に行ったわけではないんです。そもそもどこでお茶を勉強できるかもわからなかったですし、まず何か働きながら勉強をする必要がありましたから、まずは就職活動からですね。

－日本で就職活動をされたのですか？

スウェーデンからですね。色んな企業に履歴書やカバーレターを送りました。スウェーデン系の企業にも送りました。結果的にお茶とは関りのない企業ですが、ノルウェーの企業と提携している都合上スカンジナビアの言葉と英語ができる営業マンが必要ということで、船舶用塗料を作っている企業の子会社を紹介してもらいました。そこで働き始めたのが 2013 年の４月、その秋に日本茶インストラクターの試験を受けなおして、努力の甲斐あって合格できました…といっても一次試験のお話ですけれどね。次の年の２月に二次試験がありました、二次試験は摘み取った順番や茶種を当てる課題といったお茶の鑑定や、お茶のインストラクション技術…実際に淹れ方など、いろいろなプレゼンテーションを審査員の前でおこなう試験を受けました。

－難しいですね…日本人がやってもそうそうできることじゃないですね。

緊張しますよ（笑）

－そんな関門を見事合格されたのですね。ネイティブの日本人でもおいそれと出来ることではないと思います。日本語の勉強から始まり、専門用語と日本茶についての知識と経験を積まれて二回目で合格されるというのは…ものすごい努力の賜物ですね…。

粘り強さ、根性、はたまた頑固さとも言いましょうかね（笑）もしかしたら。

－それでその後にインストラクターとしての活動を始められたのですか？

日本茶インストラクターと言っても、(最初は) サラリー

マンをしながら、週末のお茶のイベントに参加したり産地に行ったりしていました。当時はいつお茶を本業にできるかわからなかったですし、もしかしたら働いていた会社が長くなるかもしれなかったですからね。ただ、30歳を前に、今後結婚やそういったことが自分の身に起きて、その後何年か経ってお金を貯めて、それでも「(日本茶の専門家を本業として)やるかやらないか」という気持ちが続くのかどうかということが頭をよぎりました。このままでは35～36歳になった頃には、もしかして研修や現場的な知識を得るための修業ができなくなるのではないか、とも思いました。ならばいっそのこと、ここで日本茶の世界に飛び込んだ方が良いと思ったんです。それで色々と考えたうえで脱サラ…仕事を辞めることにしたんです。人生の節目とも言っていいでしょうね。

今でこそテレビや雑誌で紹介していただいたこともあって、私もある意味で日本の茶業界の人間の一人として認知されてきたように思っていますが、当時私がこの仕事をやり始めた時は、先輩となる存在がおらず、そもそも日本ではいろんな面でどんなことが待ちうけているかがわからなかったんですね。日本で働き始めても新しいことばかりで、言葉のことも含め、どこでお茶を勉強すればよいかわからなかったんです。お茶の場合は「これだ」って言えるような、お茶について学べる場所がありませんからね。私が行った静岡県の茶業研究センターはどちらかというと農家…将来生産者になるつもりの若者向けの研修場所でしたが、これがあったからこそ日本茶についての当たり前の知識を得ることができました。

その後先輩の日本人インストラクターの方から、お茶の栽培や製造法など、勉強だけじゃなくて実際に体験できるという所を紹介してもらいました。そこだったらインストラクターの資格は持っているけど、実際に教えるとなるとなかなかうまくできない、いわゆるペーパードライバーみたいな存在で終わることなく、得た知識を活用してそれぞれのお茶の良さを伝える力をつけることができる、そのための良い勉強の場になると思いました。

その後はさっき言った通りですが、始めるのならば早い方が良いと思い、当時勤めていた仕事先を辞めることにしました。ただ、あくまでこれは私の場合です。仕事と言ってもいろんな形があり、お茶の場合は結構副業としてやっていらっしゃる方が最近は多いですね。仕事の傍ら、休みの時にイベントに出るような、半分趣味のような形で続けている方もいます。私も当時は日本にそこまで長くいるつもりはありませんでしたが、最終的にスウェーデンに帰るのならば、サラリーマンをやって帰るだけでは勿体ない。せめてちゃんと産地で一年間ぐらい勉強した方が良いと思ったんです。

－なるほど。お茶の産地でしたら確かに色々なことを学ぶことができそうですね。静岡で研修をされたということですが、静岡以外にも色々と足を運ばれたんですか？

そうですね、京都や埼玉、福岡、鹿児島など…お茶の産地で名のある所は回ってますが、比較的小規模の産地にもできる限り足を運ぶようにしています。

## 日本茶の伝道師として

－その中でお気に入りのお茶とかはありますか？

あるにはありますが…私が日本茶に求めるのはうま味だけではないのです。日本茶はうま味を楽しむものだと認識している方は多いように思いますが、うま味だけでは特別感がないですよね？むしろうま味があるのが前提で、そこにいい香りがあって、あとは後味ですね。飲んだ後にスッとさわやかな感じが残るということも良いお茶の条件です。大事な要素の内の一つではありますけどね。お茶には山の香りがするのものあれば、フルーティーな香りがするものや、さわやかな香味を感じられるものもあります。重要なことは場所よりも作り方・製法ですね。ここの茶だから美味しいとか、あそこの茶は有名だから美味しいと言うことよりも、製造や製法がしっかりしているかということが大切だと思います。

－そうですよね、「どこが良い」と言ってしまうとナンバー1を決めてしまうような表現になってしまいますね。わかりやすくはあるんですけど、そうじゃなくて、それぞれの産地でそれぞれの良さや特徴があって。一概にどれがいいって話にはならないですよね。

そうですね。私も日本茶の伝道師ということで、いろいろな産地のプロモーションイベントに参加しますが、「どこの産地が一番良い」ということでは、日本茶の伝道師とは言えず、特定の産地のお茶のセールスになっています。そうではなくセミナーの時には色んなお茶を使って、それぞれお茶としてはこうですっていう理屈を説明して、それぞれのお茶に対してこういう淹れ方があります、こうするとおいしいんじゃないですかという提案をします。結局何が好きかと言うことは、それぞれの人が個人で決めればいいことだと思うんです。

－仰るとおりですね、人によって好みは違いますね。ある人が「これは良い！」って言った所で、それはその人の価値観によるものであって、他の人がどう思うかって、それはやっぱり別の問題ですよね。

ティーブランドとして私が扱っているものは、単に個性というよりは、シングルオリジン（単一品種、単一農園）によるもので、ワインで言ったらモノポール（ワイン生産者が単独で所有・管理しているぶどう畑のこと）、紅茶で言ったらダージリンのシングル・エステートだけとか、やっぱり特別感があるものですね。普段飲みとして良いお茶が多いですが、お茶にもう少し豊かさや奥深いものを求めている方に向けて個性のあるお茶をセレクトしています。でもブレンドを否定しているわけではなくて、香味のバランスが取れたブレンドにも魅力を感じています。あと意外と思われるかもしれませんが、ペットボトルとかの飲料でも良いところはあります。それぞれにいろいろな飲む場面や魅力があるからこそ、お茶は面白いと思うんです。

－なるほど。

同じ煎茶でも産地によって香料が入っていないのに花の香りがするものがありますし…私としてもせっかく日

本に来たのだから一番良いものを使いたいっていう思いもあります。あと一番は日本茶を飲んでもらうきっかけにもなるんじゃないかなと思っています。ワインだってすごく高級なワインが、ある時メディアに取り上げられるかもしれない。それだからと言って何十万もかかるボトルを何本も買う人がいきなり増えるかと言うとそうとは限りませんが、次の日に赤ワインを買いに行く人は多くなりますよね。そういう意味で一番良いものをフラッグシップ（一番見せたいもの、一番良いもの）として使っていると、他のお茶の販売にもつながっていくんじゃないかなと思います。

－なるほど…ブレケルさんが仰ると、改めて「深いなぁ」と思いますね。日本人として改めて考えますね、「確かにそうだよなぁ」って。日本茶って普段から飲んでいるものですけど、どういうシチュエーションで飲むのか、どういう味わいがあるのか…シチュエーションに合ったお茶があるということ、今回のインタビューでお話を伺うだけでいろいろと考えさせられますね。ぜひ一度来ていただいてお茶のことを紹介していただかないと（笑）次の日多分スウェーデンヒルズで日本茶を飲む方が多くなりますね。

ぜひイベントができれば！

－ぜひ来ていただければ嬉しいです！SCF でもスウェーデンの文化を紹介しているのですが、月一回のペースで「フィーカ」をやってもらえればいいなぁと。

## 日本茶で「フィーカ」

－その「フィーカ」。スウェーデン人は「フィーカ」という形で仕事の合間のコーヒーブレイクを入れていますけど、日本人でも「お茶の時間」というものをとっている家庭も多いかなと思うんですよね。

そうですね。

－どうでしょう？スウェーデンのフィーカと違いを感じますか？

そうですね…最近は日本でもアメリカでも「フィーカ」というものが話題になっていますね、でもスウェーデン人に言わせると、敢えて問題にするほどの習慣ではないと思うんです。ただ、考えてみるとあった方が良い…と言うよりむしろ、なくてはならないものですね。仕事をするだけでは話しにくいことってありますよね？ちょっとリラックスして、コーヒーを飲みながら別の部屋でゆっくりする中でいろんな話ができますし、それで仕事が進んで、人間関係が築けます。フィーカをするということは、近況報告もできる、大事なコミュニケーションの場なんじゃないかなって思いますね。話をするだけならばなくても良いのかも知れないのですけど、嗜好品があった方が進みやすい。なので、違いという点ではスウェーデンの人の方が働いている時間とそうでない時間の切り替えが上手なのかもしれないですね。日本はいわゆる「飲みニケーション」が多いですよね。ご飯を食べに行っても、それは仕事なのかプライベートなのか、境界線がはっきりしていないんじゃないかなって思いますね。そういう意味では、休憩の時間はしっかり取って精神的にも充電するってことも含めて大事なことだと思いますね。そこは違うのかもしれませんね。

ちなみにフィーカって言うのは、定番のシナモンロールなどのお菓子と共にコーヒーを飲むのが一般的ですが、飲むものは別に紅茶でもいいですし、日本茶であっても良いと思うんですよね。スウェーデンだとポートール（påtår）と言って、基本的に普通のカフェではお代わりが出来る国なのですが、それはやはりゆっくりしたい、時間をかけて嗜好品を楽しみたいという気持ちがあるからだと思うんです。

日本茶は一煎目、二煎目、三煎目と味が変わっていくっていう魅力的なところがあるので、フィーカにはぴったりなんじゃないかなって思っています。しかもスウェーデンは結構軟水が出ている地域が多いので、もっと日本茶を普及させていきたいですね。もちろんスウェーデン以外にも広めていきたいのですけど、スウェーデンはその土台ができているように思います。あとは紹介するだけ…というぐらいに。

逆に日本にはフィーカを職場などに導入してみてはどうでしょう？そうすることで日本のお茶の良さを再発見できるのではないかなと思うのです。と言うのは、日本は昔は家族で飲んでいた…やかんがあって、お湯を沸かしてある状態で用意されていました。でも今は核家族化して、しかも共働きの家庭が多くて、いつもずっと誰かが家にいてお茶を淹れてくれるっていうのかっていうと、そうではないですよね。加えて職場だと「お茶汲みさん」という表現があるように、どちらかと言うとちょっと差別的な、嫌な響きのあるイメージがあるように感じていまして、ある意味ではみんな働きすぎで、疲れているのではないかとも思うのです。ですので、職場でフィーカの時間を設けて、そこに日本茶を導入してみてはどうでしょうか？最近はスウェーデンのフィーカを意識しているのかどうかは別として、IT 企業などで男性を中心に、若い人の間で日本茶に対する人気が高まりつつある中、仕事に一区切りをつけることで精神的にもリラックスできますし、ちょっとしたコミュニケーションで良好な人間関係を築くことにもつながります、しかも酔わずに楽しめる嗜好品で、健康に良いものです。

スウェーデンと日本、両方の良いところを取り上げる形でフィーカの文化を日本に導入できたら、それはいろんな面で良いのではないでしょうか。そして、スウェーデン人が日本茶でフィーカしてくれれば、すごくいいなぁと思いますね。

－素晴らしいですね！ものすごくブレケルさんのプロジェクトに大賛成ですね。ぜひセンターでもやってみたい試みの一つにしたいです。

交流センターさんはスウェーデンに関わることをやっていらっしゃるということですので、是非！

－新しい形で日本らしい形で…日本の文化をスウェーデンのフィーカに取り入れて将来的にやっていけたらいいなと思いますね。

もしかしたら日本茶セミナーっていうよりも「ブレケ

ル・オスカルと日本茶でフィーカ」を企画することも良いのかもしれませんね。

－とても楽しいお話ですね。ヒルズでやっていただいたら絵になります！

それもすごく絵になると思うんです。広告的にも。

－交流センターのあるスウェーデンヒルズは、見た感じスウェーデンの建物ばかりなのですけど、中には和室を作っていらっしゃるお家もあって。センターの休憩室も畳が敷いてあるんですよ。そんな和室でフィーカっていうのも良いのかもしれませんね。これからの 150 年に向けてということでは、ブレケルさんの仰るフィーカのスタイルは大いにあり得るのではないかなと。

最後に、世界文化社の「ゼロからわかる日本茶の楽しみ方」のあとがきに書かせてもらいましたけど、いつかノーベル賞の授賞式の晩餐会に日本茶をプロデュースしたいなぁと。世界で注目されているイベントですし、そこで日本茶をプロデュースできたら。自分がスウェーデン人であることにもちゃんと意味があって。東洋と西洋の文化の融合で、お互いに価値観を分かち合うための一歩として出来たらいいなと思っています。壮大な夢ですけど、実現に向けて頑張っています。

－ぜひお願いします！いろんな所に働きかけていきたいですね！

## さいごに

－最後にひとこと！

日本のテレビを見ると、私みたいな外国人がわざわざ日本に来て、日本の文化に興味を持つ…というシチュエーションを見て、自慢に近い形で日本の文化…侘び寂びのようなものが良いなって思うようなことが多いように思います。でも日本の文化の良さにしっかりと触れている人…お茶の世界だったらお茶との豊かな付き合いをしていたり、畳の文化を大事にしていたりする人が多いのかって言われると、そうではなくて、むしろ日本の伝統的な文化や工芸が各所で失われてきているように感じます。この国の宝物なので、外国人が認めてくれるから良いと感じるのではなくて、そこにどんな「良さ」があるのか、自らその良さや魅力を再発見してもらうほうが日本のためにもなるし、人生を豊かなものにできると思います。

－とても大事なことを最後に教わりました！ありがとうございました！

## ブレケル・オスカル (Oscar Brekell) さん

1985 年　スウェーデン生まれ
2008 年　スウェーデン・ルンド大学日本語科入学
2010 年　岐阜大学に留学
2012 年　大学卒業
2013 年　日本企業に就職し、再び来日
2014 年　日本茶インストラクターの資格を取得
2015 年　静岡県茶業研究センターにて研修生
2016 年　手揉み茶の教師補の資格を取得（外国人初）
2016 年　日本茶輸出促進協議会に就職
2016 年　世界緑茶協会の「CHAllenge」賞を受賞
2017 年　書籍「僕が恋した日本茶のこと」が発売
2018 年　ブレケル・オスカル企画合同会社を設立
2018 年　日本茶ブランド「Oscar Brekell’s Tea Selection」が発売
2018 年　書籍「ゼロからわかる日本茶の楽しみ方」が発売
2018 年　書籍「ブレケル・オスカルのバイリンガル日本茶 BOOK/ The Book of Japanese Tea」が発売
2019 年　書籍「おいしさ再発見！魅惑の日本茶」が発売

高校時代に日本茶に魅了され、スウェーデン初の日本茶専門家を志して来日。現在は東京在住。国内外でお茶の講座やセミナーなどを開催し、テレビやラジオにも出演。

©2016 Photo by Klara Maiko

◆著書
「おいしさ再発見！魅惑の日本茶」（NHK 出版）
「バイリンガル日本茶 BOOK・The Book of Japanese Tea」（淡交社）
「ゼロからわかる日本茶の楽しみ方」（世界文化社）
「僕が恋した日本茶のこと 青い目の日本茶伝道師、オスカル」（駒草出版）
◆ブレケルさん出演ポッドキャスト、Spotify
「日本茶で Fika -Fika med japanskt te-」

◆ホームページ
https://www.brekell.com/
インスタグラム
www.instagram/brekell

ブレケル・オスカルさんプロデュースのお茶をお求めの方は下記サイトで購入できます！

公式通販サイト　https://brekell.myshopify.com/
蔦屋書店銀座シックス６階　https://store.tsite.jp/ginza/
it COFFE 代官山　https://itcoffee.jp

### ブレケルさん出演イベント情報

東京 ベーグル ぐーべり 「秋のお茶会」
2019 年 10 月 19 日（土） 14:00～

スウェーデン人初日本茶インストラクターのブレケル・オスカル氏が、香り豊かな美味しい日本茶のテイスティングと共に、心を豊かにする日本茶の魅力を紹介します。少人数制ですので、アットホームな雰囲気でお楽しみいただけます。

東京 ベーグル ぐーべり　https://www.b-guri.com

SCF REPORT

# SCF 夏のイベント報告

## 1 第 36 回　夏至祭
## MIDSOMMAR I TOBETSU

今年で 36 回目を迎えた当別町の夏の一大イベント「夏至祭」が、今年もスウェーデン交流センター中庭と隣のスウェーデン公園を中心に開催されました。当日朝まで雨が降っており、開催自体危ぶまれたものの、始まる頃には雨もすっかり上がり、午後には夏の日差しが戻ってきました。

SCF では毎年恒例のガラスのマーケットの他、吹きガラス制作体験、また木工房ではデザインスタジオシマダによる木工制作体験がおこなわれました。今回はアーティスト・イン・レジデンスの期間中ということもあり、招聘作家のロベルト・オルデルゴーデン氏も夏至祭を楽しんでいきました。

ガラスのマーケットは毎年開店前から行列ができるほどの人気ぶりです!

センターホールではヴェヴネーテット・ダーラナの展示会。多くの方にご覧いただきました。

今年の吹きガラス制作体験は、AIR 招聘作家のロベルトさんも加わりました。

夏至祭のマイストングを囲んでのフォークダンス。スウェーデンからの観光客も加わりました。

リースの行進の先頭を歩くのは、町内在住のご夫婦。今年も華やかにおこなわれました。

木工制作体験では糸のこぎりを使っての型抜きがおこなわれました。

## 2 第 2 回　当別スウェーデンマラソン
## TOBETSU SWEDEN MARATHON

昨年からスウェーデンヒルズで開催されている「当別スウェーデンマラソン」。第 2 回目を迎えた今回は、30 度を超える猛暑にもかかわらず 2000 人を超えるランナーが集い、ヒルズの中を駆け抜けていきました。昨年に引き続きスウェーデンからも参加があり、スウェーデンと縁の深いこの地でスウェーデンの名を冠したマラソンがおこなわれていることに対する関心が高いことを伺わせます。今回参加したフェリックス・マルメンベックさんは、「暑い中でタフなコースだったけど、楽しんで走ることができた、昨年に続いてこのマラソンに参加できたことを誇りに思います」と感想を寄せてくださいました。

今年のスタートとゴールはスウェーデンヒルズゴルフ倶楽部。10 時半のスタートで 2000 余名のランナーが走りだしました。

前半はヒルズの街並みを駆け抜けるコースでした。暑い中コースには随所に給水所が設けられていました。

飛行機の都合で前日入りとなってしまったフェリックスさんも、無事ゴールすることができました。

## 3 ザリガニパーティ KRÄVTSKIVA

2019年8月18日（日）
12:00～14:30

台風の接近が危ぶまれましたが、当日は台風一過の爽やかな陽気になりました。

今回のザリガニパーティは満員御礼。多くの方にお越しいただきました。

道内外在住のスウェーデン人学生をはじめ、海外の留学生も多く参加し、楽しいひと時になりました。

## 4 スールストロミング試食会 SURSTRÖMMING

2019年9月8日（日）
12:00～14:30

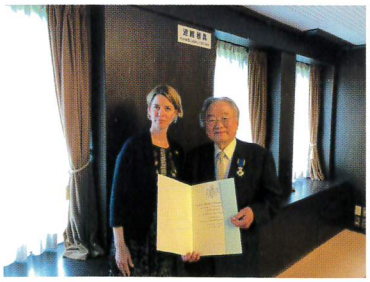
冷蔵庫から出された缶は、暖かい所に出たとたん「ペコッ」と音を立てて膨らんでいきました。

今年は缶を誰が膨らんだ缶を開けるか一勇気ある参加者の方が開けてくださいました。

開けるだけでなくもちろん試食も。今年は3缶食べきりました!

## SCF理事 杉本 拓氏と評議員 川崎 一彦氏にスウェーデン北極星勲章が授与されました。

当財団の理事を務めてくださっております、北海道スウェーデン協会顧問の杉本拓氏と、同じく評議員を務めてくださっております東海大学名誉教授の川崎一彦氏のご両名に、この度スウェーデンの科学、文学、文化、社会貢献等の分野における顕著な功績のある方に贈られるスウェーデン王国より「北極星勲章」が授与されました。併せて川崎氏は、日本とスウェーデンの相互理解の促進に貢献したとして、平成30年度外務大臣表彰を受賞されました。



5月28日（火）に札幌市内で行われた杉本氏の授与式にて。授与者代理のベラス公使とともに。

昨年ストックホルムにておこなわれた、川崎氏の平成30年度外務大事表彰の表彰式にて。

3月にストックホルムの外務省にて執り行われた川崎氏の北極星勲章授賞式の際に。

発見力
つながりをみつける力

[業務内容]
美術、書道作品集・記念誌・町史・チラシ・ハガキ・
パンフレット・自費出版・インターネット事業・
各種イベント　他

NAKANISHI PRINTING CO.,LTD.
中西印刷株式会社
〒007-0823 札幌市東区東雁来3条1丁目1番34号
TEL(011)781-7501 FAX(011)781-7516
http://www.nakanishi-printing.co.jp/

第15回　北欧に学ぶ創造性教育ワークショップ

# 「日本人は集団主義的か？」

東海大学名誉教授　川崎　一彦

SCF の評議員を務めてくださっております、東海大学名誉教授の川崎一彦先生ご主催によるワークショップは、毎回多くの方がご参加されており、北欧の社会制度や教育制度がいかに関心の高いものであるかが伺えます。

札幌をはじめとして日本各地で行われているこのワークショップを、今回はZoomというオンラインアプリケーションを使い、インターネット上で行うという初めての試みで開催いたしました。

## 「Zoom」とは？

「Zoom」とは、外出先や海外など、離れた場所からミーティングやワークショップに参加できるように開発されたアプリケーションソフト。インターネットにつながったカメラ機能付きのスマートフォンやタブレット、パソコンがあれば参加できるというものです。

今回のワークショップに参加した方々の住まう場所は様々。北海道や東京やつくばなど、日本各地から参加した人もいれば、ストックホルムやシンガポールから参加した方もいるほどです。

## 「日本人は集団主義的？」

今回のワークショップのテーマは「日本人は集団主義的か？」。「日本人は集団主義的である」というイメージが広く一般的に浸透していますが、これは心理学、言語学、経済学、教育学における研究から、人間の思考を歪める心理的なバイアスによって作り出されたものである…ということが明らかになってきました。まずはこの命題について、参加者が各々の考えを出し合っていきました。

## グループセッション

Zoom を使ったグループセッションでは、命題に対する参加者の意見を基に「自己評価と他人の評価が集団主義にどう関わるか」「集団の意味、組織？社会？自分との関わり」「米国と欧州、アジア等、国別の違い」「集団主義を助長する組織のリーダーシップ」というテーマで４つのグループに分けられ、意見が交わされました。

他者の意見に同調することや、企業内のシステムが不十分なことが原因ではないかといった集団主義的と言われる原因についての意見を交わすグループや、国ごとのワークスタイルから集団主義とはどんなものかを考えるグループ、集団という言葉の意味について、「社会」というものに対するスウェーデンと日本の考え方から議論を交わすグループ、他人の評価基準で動く、集団において協調性や同調性を重んじるケースが多くみられるということから集団主義につながるのではないかと話し合うグループなど、それぞれのグループで活発に議論がなされました。

## 参加者から…ワークショップに参加してみて

今回、世界各地の皆さんがつながりました。東京、つくば、札幌、ストックホルム、シンガポール。「集団」の言葉に連想する対象もさまざまで、会社を連想する日本、社会や地球環境を結びつける北欧。建前と本音の感覚も違います。日本人の特殊性について、海外からのコメントは学びになりました。また、参加してみて面白いことを感じました。ZOOM は少人数に分かれて会話する機能（ブレイクアウトルーム）が特徴です。画面上、皆さんの顔がこちらを向いている「対面」状態、各自はリラックスできる自宅にいる。この「顔が向き合っていること」と「落ち着ける場所」の組み合わせは、親近感と安心感をもたらすようです。国際的な観点で今後も語り合いたいと思いました。

Zoom を使ったイベントは初めて参加したのですが、オンライン上でグループ分けなどもスムーズにできて驚きました。数か国、多数の人が一度に参加できる仕組みには今後の可能性を感じました。

参加者には私を含めスウェーデン渡航経験者が比較的多く日本対スウェーデンの比較意見が多めになった中で、一つの国との比較だと偏ってしまうので、シンガポール等他の国からの視点も聞けて多角的な議論になったのが良かったと思います。年代や経験も様々な人の意見が聞けて参考になりました。今後は更に何ヶ国かの人を入れて議論できると面白いと思いました。

『個人主義も集団主義も、国や人種にそのようなラベルを貼ることはできない』この、高野先生の記事中の一言に深く頷きつつ、もともと全体主義に関心があったこともあり、オンラインワークショップに参加しました。その中で「企業への忠誠心などはあまり変わらない」「集団主義であっても本心なのか？」「日本人は内では集団的と思うが、外（公共の場）では個人的」「調和を考えるために直接ノーと言わない」などなど、おもしろい指摘がたくさんありました。日本以外の社会で生活したことのある方の意見が、体験に基づくだけあって説得力があったと思います。中でも（日本と、この日は主にスウェーデンとの比較でしたが）「教育が違う」という重要な指摘がありました。

以下は、ご参加者のコメントメモをもとに、個人的に導き出した一つの結論です。

個人主義と集団主義が共存している社会が、スウェーデン。つまり、福祉社会であるスウェーデンでは、自分ひとり、自分の親戚だけでなしに、社会全体を考える。福祉社会でありながら、『自分はこうやりたい』と主張できる。一方日本の場合、「社会人」という言葉にも象徴されるように、社会＝組織と考える人が多いのではないか。組織＝社会とするなら、組織と個人の主張が対立する場面では、組織のために個を抑制することが是とされがち。スウェーデンのように社会の一員であることと個人主義

が共存できるのは、なぜだろうか？

その問いへの回答は、次のような内容でした。

スウェーデンでは 1 歳から教育を受ける権利があり、学校では民主主義という価値観が最重要視されている。民主主義をどのように実践するかというと、とにかく子どもと中身の議論、対話をする。そのトレーニングの結果、社会というものを、個々を超えた意味でとらえる集団主義が醸成される。一方、民主主義と同じように、学校では個の尊重も徹底している。少人数制のもと、一人一人が大切にされる学校教育のもとで、個人主義も育てられ、集団主義と個人主義とが共存できるのではないか。
日本も分析すれば、どちらの側面も浮かび上がってくるでしょう。

個人主義と集団主義はどちらの側面も常にあって、その二つがどのように組み合わせられるか（あるいは使い分けられるか）によって、国民のタイプの定義のようなものが、変わってくるのかもしれません。

この貴重なワークショップ内での対話が、どなたかの実証的研究に生かされることがもしあり得れば、ぜひとも拝読したいです。

今回はウェブ上で閲覧できる記事を一読してからの参加を、ということだったのですが、年代や職業も多様であったことから、様々な観点からの意見を聞くことが出来ました。仕事一つとっても切り口が多彩にありました。例えば、外資系企業に勤めた経験から日本人の集団主義性について考えた方もおり、忠誠心に関してはアメリカも日本もあまり大差がない、ということから、日本のいわゆるブラック企業の体制であったり、リーダーシップ論やマネジメント論を取り上げる方もおり、一つ一つがとても興味深いものであったと記憶しています。

個人の立場から意見を述べた後は、四つのグループに別れて話し合いを行いました。特に深く掘り下げたい話題を全体から募り、新たなテーマとして挙げられたその四つの中からそれぞれが興味のある分野を一つ選んで話し合う、という流れでした。その後は各グループの発表と、その内容の全体共有に場が移っていきました。

自宅にいながらにしてここまで熱と密度のある話し合いを大勢の方と共有しながら行えたことは、私にとってとても有意義で感慨深い時間となりました。川崎先生のワークショップに参加した後は毎回思うことですが、参加できたことを心から嬉しく思います。次回があれば是非ともまた参加する所存です。

Zoom の使用感についても触れておきたいと思います。Zoom 内で誰かの意見を聞いていた時、とあることを思いました。参加者が意見を述べていた時なのですが、オンラインの特性上、発言者の顔が常に自分へ向いていたからなのか、普段のワークショップよりも意見に集中することができ、その発言がすんなり落ちてくるような感覚がありました。反対に、自分が発言する時には、Zoom に慣れていないからか、または全員の顔を確認しながら話すことが叶わないためか、自分の話の帰結がよく分からない場面が多々ありました。こればかりは場数を踏んで慣れていく以外の対処がないのかな、という印象です。

## 総括：川崎一彦先生より

今回ご協力頂いた藤井研三郎氏（Zoom）、矢内ひろみ先生（アイスブレイク）、丸藤健悟氏（グラフィックレコーディング）及び参加者に深謝です。

今回時差や距離を感じさせないオンラインのワークショップの可能性が十分に確認できたので、次の課題はどのように活用していくか、です。

- 懇親会の代わりに７月７日にオンラインの飲み会でブレストを実施しました。
- 映画ハーフの同時上映感想共有会を９月 22 日、ストックホルムと東京を繋いで開催しました。（協賛 SCF）

今後も例えばアイヌの食とライフスタイル／持続可能な生き方と SDGs（持続可能な開発目標）についての議論など、特に北欧と北海道を繋ぎ、様々なテーマで議論の場を探索して行きたいと思います。

### 川崎 一彦　Kazuhiko Kawasaki

北海道東海大学教授、東海大学教授を経て 2013 年から東海大学名誉教授。スウェーデン交流センター評議員。

平成 30 年度外務大臣表彰、2019 年３月スウェーデン北極星勲章受賞。

## テーマご提供 東京大学名誉教授 / 放送大学客員教授 高野陽太郎先生より

私の研究を題材に使っていただき、たいへん有難うございました。ウェブでの意見交換を拝見いたしましたが、真剣な検討の対象としていただき、感謝に堪えません。ひとつ気になったのは、「日本人は集団主義的」という通説の当否を判断するにあたって、専らご自分の体験に依拠していた方々が多かったことです。この方法を採ると、「確証バイアス」（無意識のうちに、先入観に合った事例ばかりを探してしまうというバイアス）等の思考のバイアスに影響されて、誤った判断を下してしまう可能性が高くなります。こうした思考のバイアスも含めて、今回のテーマについては、『日本人論の危険なあやまち ― 文化ステレオタイプの誘惑と罠』という新書版の本を執筆し、「ディスカヴァー 21」という出版社から 10 月に刊行される予定になっています。このテーマに興味を持ってくださった方は、こちらもご参照いただければ幸いです。

本記事内容と画像の無断での利用・転載の一切を禁じます。

連載寄稿

# Nu i Sverige スウェーデンの「現在」

## 第7回 “高校卒業後、何をしましたか？”

寄稿
ソフィア・マルム

高校を卒業した日の翌朝。

前日には高校生活を終えたお祝いをしたものの、唐突に自分が学生から無職に変わってしまったことに気がつきました。いったい、なんでこんなことになったのか？

前回、スウェーデンの高校卒業式について書きましたね。でも次の日に、避けたくても避けられないあの質問に直面する。

「あなた、高校を卒業したね。これから何をするつもり？」

今回は高校卒業をした人に振り返っていただく形でその質問をし、その内お二人のインタビューを報告します！

### ベアタ・クールさん

#### ～24歳、ジャーナリストと先生表彰式創設者の場合～

ソ：高校を卒業したら何をしましたか？

ベアタ：高校ではテニスをやってました。テニスの奨学金をえてアメリカのルイジアナ大学モンロー校に留学しました。アメリカでは「知識は力」と考えられていて、スウェーデンと違って教室では先生を尊敬しています。本当は４年制課程の教育ですが、一年後、スウェーデンに帰りました。というのも、スウェーデンでは先生を尊敬していないということはおかしいと思っていて、なんとかしたいと。それでLärargalan、日本語でいう「先生表彰式」を作りました。生徒たちが先生を指名して、先生が賞をもらう表彰式です。これで、私はイベントを立ち上げることがいかに楽しいか感じてミカエル・ビンデフェルトのイベント会社で働き始めました。

私にとって、心の声を聞くことと周りの方々を立てることが大事で、若いころの合言葉は心に従うことでした。今の時代は周りからよく見られる人生を作ることは簡単ですが。

写っているのがベアタさんです。

人生ってまっすぐな道なんて必要はないです。私は一年で留学を終わらせましたから。皆それぞれ才能があります。生きていることに感謝して、自分が自分の人生の主人公だと感じて自分にご馳走するべき。だって、最悪な場合は「失敗」しますよね。でも、失敗ってそもそもなんだろう。ある社長の言葉ですが「会社の価値は今まで解決してきた失敗の結果」。だから何が失敗なのか、最初はわからないでしょう。失敗から見習うというのなら、失敗が成功となるかもしれない。失敗をした後、その失敗は何を生み出したのか、人生が終わるころ初めてその行動が「失敗」かどうかが分かるでしょう。例えば、もし道端で何かを落としたら、ある人に話しかけられた、それで仕事をもらえたり、または印象に残る出会い、はたまた人生の新しい経験になるのかも知れないのですから。

今年で先生表彰式を行うのは４年目で、初めてテレビで放送されます。冬にそれを考えたら、パニックになったぐらい。やることが多くて、自分が足りないって思ってね。やはり周りの人に好まれたいという気持ちが物事の解決につながると考えてしまいやすい。でも人は良くも悪くも自分でストレスを作りますし、自分からネガティブな思考を作る社会に生きています。

アルベルト・アインシュタインさんが「心配することは、あなたが二度苦しむことを意味します」と言ったように、たとえば SNS や他人の投稿を見て、何で私は旅行していないのだとか、そういうのって幸せじゃない人が「幸せだよ」と見せようとしてるのではないかと思います。

ソ：どうしてジャーナリストの勉強をするのですか？

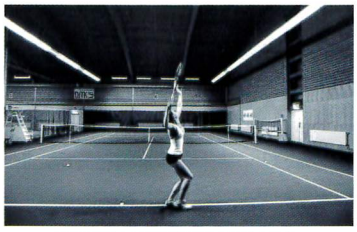
ベ：私はパワーウーマン、というポッドキャストを作りました。女性たちが自分の夢を生きるように成功した女性のインタビューポッドキャスト。聞いているあなたは誰であってもさまざまな女性のインタビューを聞くことでインスピレーションを見つけられるはず！というポッドキャストです。

人とインタビューするのがいかに楽しいか！話すことが大好きです！コミュニケーションが好きです。アストリッド・リンドグレン、ハンス・ロスリングがロールモデルですね。失読症がありますので、書くのあまり好きじゃないですけどね。

皆さんがいろいろな考えと原動力があって、脳って DJ みたいですね。現実と今までの経験、そして人生に対する見方をリミックス（再編集）します。それによって現実への解釈が生まれます。他人の行動と人生の話を聞くのはとても好きです。今の大学でも人は色々な考え方を聞くことができ、面白いですね。

ソ：これから高校を卒業する人に一言メッセージをいただけたらぜひ！

ベ：高校では中国語を勉強しました。中国にもモンゴルにも行きましたけど、中国語は難しかったです。


テニスをしているベアタさんです。

自分を制限するのは自分自身でしょう。ですが自分が望むことへの躊躇と恐怖がなければ、高校卒業後、何をしたいかと自分に言い聞かせること。たまに自分の国の文化が見えないこともありますね。ですが、違う考え方で行動するという勇気があれば、その国は発展できます。「流れに逆らうこと」が私のアドバイスです。

## アンニ・長野・ストールローパルさん

### ～19歳、新卒でエンターテイメント業界志望の場合～

※アンニさんはスウェーデン北部のルレオにある NTI（技師施設）高校で芸術とメディアプログラムを勉強し、今年の６月14日に卒業しました。スウェーデンの学校制度では、学習コースは「プログラム」と呼ばれます。たとえば自然科学や社会科学プログラムがあります。

ソ：高校を卒業した日どんな感じでしたか？

ア：リアル感がなくて、ずっと待っていた日でした。クラスメイトと最後の日で、ちょっと悲しかったですけど。シャンパン朝ごはんは８時ごろぐらい（前回に触れた、高校を卒業する日にあたって、シャンパンと朝ごはんを食べる伝統のこと）。そしてシティホテルで先生と写真を撮りました。赤ちゃんの時の顔を写した看板を持っている家族にあって、トラックに乗ってワイワイしました。帰ったら、サンドイッチケーキ、巻き寿司とナチョス。フィーカとしては森で摘んだブルーベリー、コケモモとイチゴで飾り付けした生クリームのケーキとパイを食べました。ポテトチップスも。フィンランドの親戚や友人、隣人が来たりして。そしてお父さんから今まで私を撮った写真を全部もらいました。二千枚ぐらいかもしれないですね。そこまで考えてくれたことが嬉しかったです。

高校を卒業したときのアンニさん。

今は日本にいるけど、別にスウェーデンに帰ろうとは思っていません。高校を卒業したらフィンランドからシベリア鉄道で韓国に行きました（注：スウェーデンでは高校を卒業したあと、進学する場合は時間を置くのが普通です）。ロシアから船で韓国の東海市、港町に行きました。ソウルではめっちゃショッピングしました。スウェーデンの７時くらいに閉まる店と違ってお店も夜まで開いてて。ある日はカラオケやって、お母さんと夜の３時に帰りました。二重国籍を持ってるので、日本で仕事を探したいです。カメラの前にいるのが好きなので、タレントとしてメディア関係の仕事をしたいです。モデル、アーティスト、とにかくエンタテイメントの世界に入りたいですね。写真を撮ることも好きです！東京にはいろいろなチャンスがあります。日本と韓国の両方でエンターテイメントの仕事をしたいですね。大きく聞こえるかもしれないですが。

ソ：どうしてエンターテイメント業界を選んだのですか？

ア：アーティストのパフォーマンスをテレビで目にする度に「私も（舞台に）立ちたい！」。ずっとそう感じてきました。音楽が好き。ダンスも好きです。

スウェーデンに住んでいたころはあまり K-POP には縁がなかったのですが、今は日本にいるからチャンスがあります。それを目指したいですね。母がもうすぐスウェーデンに帰ってしまうので、東京で初めて一人暮らしをします。新しい挑戦をしたいですね。今は母の出身の九州・鹿児島県甑島のサマーハウスにいます。

ソ：これから高校を卒業する人に一言メッセージをいただけたらぜひ！

ア：高校を卒業することは人生で一度きりなので、その時期を大事にして、クラスメイトと楽しく過ごすべきだと思います。私は仲がとても良いクラスでした。幼稚園は日本の幼稚園に通いましたが、スウェーデンと違い、日本の学校ではイベントとショーが多いと思います。そして卒業が出来たことに胸を張るべき。卒業時期を楽しむべきです。

エンターテイメントの世界をめざすアンニさん。

ひとつオススメはというと、その高校を卒業したことの写真を撮れるということは、何かを達成したということです。何かのファーストステップ。私の高校は家から片道で二時間。だけどバスでの通学中に韓国語の勉強をしたり、宿題、または睡眠をとったりしました。生産的なことをやるのが良いですね。

皆さんここまで読んでくださって、ありがとうございます～！高校を卒業したらいろいろありますね！今回はネタがかなり多いので、それをブログにも投稿します。インタビューの完全版を読みたければ是非是非読んでみてください、妹のオーストラリアで「魂探し」の話などが読めます！　　ほんじゃまた次回！


## Author　ソフィア・マルム

2010年高校を卒業後、日本に留学。カイ日本語学校で学び、帰国後日本語能力試験１級を取得。

ダーラナ大→ウプサラ大→ストックホルム大を渡り歩き日本語／日本学を修了。途中 2015 年に京都大学に１年の留学を経て、2017年６月ストックホルム大学日本学科を卒業。いわゆる大学移民。好きなものはおにぎり、赤飯そしてマグロ丼。現在、ストックホルム大学でジャーナリズムを勉強している。

スウェーデンの生活についてインスタグラムとツイッターもやっていますので、スウェーデンに興味があったら、是非見てみてください^^記事で書ききれなかったことや、取材の裏話なども紹介してます～。

インスタグラム：
instagram.com/wagasueden
ツイッター：
twitter.com/wagasueden
ブログ：
https://ameblo.jp/wagasueden


**記事へのご意見、ご感想お寄せください！お待ちしています！**

# 寄稿　スウェーデンの歯科事情　歯科医師　蒔田　玲果

ビョルクをご愛読のみなさま、はじめまして！私は北海道札幌市で歯科医師をしております、蒔田玲果です。2018 年１月から２年間の予定で、スウェーデンのストックホルムにあるカロリンスカ研究所というところに研究留学しています。実は私、18 歳から８年間ほどスウェーデンヒルズのある当別町に住んでいました。たまにスウェーデンヒルズに来ては北欧の景色に癒やされ、夏至祭も何度か体験させてもらった事があります。その時は自分がいつかスウェーデンに留学することになるとは思ってもいませんでした。そして、その当時愛読していたビョルクに記事を書かせてもらえるなんて！

## なぜスウェーデン？

よく、なぜ留学先にスウェーデンを選んだの？カロリンスカ研究所って何？という質問を受けます。カロリンスカ研究所はカロリンスカ医科歯科大学とも呼ばれ、医学系大学では世界最大の教育・研究機関であり、ノーベル医学生理学賞の選考をしています。また、毎年発表される世界歯学部ランキングでは、2015 年、2019 年と世界１位になっているんです。医学・生物学系の研究者の中ではとても有名な研究機関ですので、わたしも熱望してやっとカロリンスカ研究所に !!! と言いたいところですが、実はカロリンスカ研究所の偉大さを、スウェーデンに渡航するまで知りませんでした。日本の大学病院に勤務していたころは患者さんの治療に精を注いでおり、研究に関する情報はあまり得る機会がなかったのです。勤務先の大学の先生に、スウェーデンかデンマークに留学してみない？と誘ってもらい、たまたま来たのがこの偉大なカロリンスカ研究所でした。いざ来てみると世界的に著名な研究者の方々がたくさん講演しに来ていて、身の毛がよだつ思いでした。

留学先のカロリンスカ研究所

## スウェーデンと予防歯科

スウェーデンといえば、歯科が何かすごいらしい！という感覚を持っている方は多いのではないでしょうか。最近では日本のテレビでもたびたびスウェーデンでの歯科治療が放送されていますよね。日本人の歯の状態は、先進国最下位と言われていますがスウェーデンはトップ独走中。しかし、何が違うのでしょうか。それは、予防歯科がとても発展しているんです。日本では、歯医者さんというところは虫歯が出来たら、または何か口の中に問題が起きたら行くところというイメージがまだまだ一般的かと思います。しかし、それでは遅いのです。口の中を健康に保つためには、虫歯や歯周病になる前に定期的にチェックやプロによるお掃除をしてもらうことが重要です。スウェーデンでは、23 歳までの歯科治療は自己負担がありません。しかし、24 歳を過ぎてしまうと高額の歯科治療費がかかります。ですので、みんな若いときから定期的に歯医者さんへ行き、チェックをしてもらったり歯に超高濃度フッ素を塗ってもらったりして、虫歯や歯周病にならない口腔内環境や習慣をそれまでに整えてあります。そして無料期間が終わった後も、最低でも一年に一回は歯医者さんに通い、チェックとお掃除をしてもらう人がほとんどです。また、虫歯になりにくい要因として、フッ素というワードも重要です。フッ素を使用することで歯の表面が変化し、虫歯になりにくくなります。日本では今まで、法律によりほとんどの歯磨き粉のフッ素の配合量は 950ppm でした。(2017 年に法律が改正され、国際基準の 1500ppm が上限になりました。)しかし、こちらはフッ素配合量 1450ppm がスタンダード。また、リステリンやデンタルリンス等のマウスウォッシュに日本ではフッ素が入っていないのに対し、こちらではフッ素が入っています。歯磨き方法にも大きな違いがあり、スウェーデンではなんと、歯磨き後に水でうがいをしません。軽く口の中のつばを吐き出し、口の周りを水で流します。またびっくりしたのは、歯ブラシがとても大きいこと！

写真は、左からスウェーデンで一般的に使われている大人用の歯ブラシ、３歳以下の子供が使っている歯ブラシ、わたしが日本でいつも使っていた歯ブラシです。３歳以下の子供用の歯ブラシと、私の歯ブラシが同じ大きさですよね！私は日本では、小さい歯ブラシで細かく磨くことを徹底していましたが、こちらに来て少し考え方が変わりました。大きい歯ブラシでダイナミックに磨くのもなかなか良いものです。しかし、歯間ブラシと高濃度フッ素入りの歯磨き粉、デンタルフロスは必須です！

スウェーデンで使われている歯ブラシ

## カロリンスカ研究所での研究

こちらの研究所では、オーラルリハビリテーションという科に所属して、主に食物を上手に食べるための訓練について研究しています。健康な歯の人と、インプラントや入れ歯などの人工的な歯の人では、食べ物の噛み方に大きな違いがあります。そのため、うまく噛めない、または噛みすぎてインプラントや入れ歯が割れてしまうということが起きるのです。そういう人たちのための訓練を研究しています。研究チームの仲間の出身は、スウェーデン、ギリシャ、インド、イラク、イラン、サウジアラビア、オランダ、デンマーク、フランスと国際色豊かで、あらゆる文化に触れることができます。ホームパーティーなどでもいろいろな国の食べ物を食べさせてもらったり、スウェーデンにいながらにして、イスラム教の断食明けのお祝いパーティーに参加させても

実験中の様子

らったりもしました。同僚たちの断食中は、彼らの前で堂々とお菓子を食べるのが申し訳ない気持ちになりましたが…私も少し痩せてダイエットに成功しました！たくさんの留学生との交流や、ヨーロッパの大学の著名な先生たちとの共同研究など、貴重な経験をたくさんさせてもらっています。

研究チームのみんな。

山中先生と。

また、JSPS（日本学術振興会）スウェーデン支部の皆さんとも関わらせていただく機会が多く、理事長との意見交換会や iPS 細胞の研究で有名な山中伸弥先生の講演に参加したり、2018 年の本庄匠先生がノーベル賞を受賞した際には、日本人研究者としてレセプションパーティーに招待していただいたりしました。

## スウェーデンの歯医者さん

現在スウェーデンでは、日本の歯科医師免許で医療行為を行うことはできません。スウェーデンで歯医者さんになるためには、スウェーデンで国家試験を受けて半年間研修するか、海外からの免許を切り替えるためのコースを受験して１年間通う必要があります。これがとても難関。この試験を見事にパスして、カロリンスカのコースに通っていた日本人歯科医師の Idehaag 影山靖子先生と、偶然にも同じ時期に大学に通うこととなりました。

影山靖子先生と。

彼女はコースを終了し、現在は Folktandvården という公立歯科診療所で歯医者さんをしています。日本人歯科医師はスウェーデンでとても少なく、スウェーデン在住日本人たちにとって貴重な存在です。歯科先進国のスウェーデンですが、やはり多くの日本人の方が日本人の先生に治療してもらいたいようです。日本人特有のきめ細やかな治療はこちらでも評判です。先日は彼女の働く歯科医院に見学へ行き、実際のスウェーデンでの治療を間近で見せていただきました。すべて診療台が個室になっており、また高度な設備も整っていて、さすがスウェーデンだなと感心し刺激を受けました。

完全個室性の診療室。

## 日本語 × スウェーデン語 言語カフェでの出会い

もっともっと歯についての話をしたいところですが、今回はこのへんで終わりにして、ここからは歯科以外の生活について書きたいと思います。ストックホルムに来てびっくりしたのは、日本語を話せる人がたくさんいたことです。電車やバスに乗っていると、「日本人の方ですか？」と日本人ではない人に声をかけられることがたくさんあります。最近のスウェーデンでは日本の文化や日本食が流行っていて、街中で日本人だと気づかれると、本物の日本人を見つけたー！と喜ばれることもしばしば。こちらには言語交換カフェというイベントがあり、お互いの母国語を両方使いながらカフェにてみんなで会話します。そこで出会ったみんなと仲良くなり、夏はBBQやザリガニパーティー、冬は鍋パーティーなど、様々なイベントをおこなっています。また、私の大家さん一家も家族のように接してくれるため、はじめはとても寂しかったスウェーデン生活は、このみんなのおかげでとても楽しいものとなりました。

言語交換カフェの様子。

## ダーラナの景色

実はストックホルムに住んでいると、私が知っていたスウェーデンの景色（北海道のスウェーデンヒルズ）に出会うことはあまりありません。しかし、ダーラナに旅行に行った際に見た景色は、まさに私の知っているスウェーデンでした。ストックホルムから電車で３～４時間ほどの場所にダーラナはあります。その中の Mora と Rättvik という村に行きましたが、とてものどかで時間のゆったり流れる素敵な村でした。夏至祭での衣装はスウェーデンの地域でそれぞれテイストが違い、すべて見てみたくなってしまいます。写真は、友人一家が主催している Mora の夏至祭、そして私が現在住んでいるストックホルム・Sollentuna の夏至祭の衣装です。

ダーラナ地方 Mora の衣装。

Sollentuna の衣装。

## おわりに

スウェーデンでの生活は、はじめは冬の暗さや文化の違い、家族や友人がいない寂しさでつらいものでした。しかし１年半たった現在はスウェーデンのいいところがたくさん見えてきて、友人や同僚に恵まれとても幸せな生活を送っています。スウェーデンで出会ったみなさん、そしてこのチャンスをくださった日本の大学の先生方に感謝いたします。


蒔田 玲果
まきた れいか

北海道旭川市出身。北海道医療大学歯学部を卒業後、北海道大学にて歯科医師として勤務。現在は北海道大学博士課程に在学中で、カロリンスカ研究所の客員研究員としてスウェーデンに在住。歯科医師のかたわら、モデルや TV リポーター等としても活躍している。

## 賛助会員入会のお願い

一般財団法人スウェーデン交流センターは、ガラス作品や木工作品の制作などを通して多方面での交流を行うとともに、夏至祭、ルシア祭、各種展覧会など、年間を通して様々な催しを行い、スウェーデン文化の紹介を積極的に行なっています。

特に「世界一臭いスウェーデンの発酵にしん」スールストロミングの試食会を毎年開催し、多くの皆様からご好評を頂いております。

これらの催しは、当センターの趣旨にご賛同くださる皆様が賛助会員としてその運営基盤をささえてくださっており、毎回の催し等は、広報誌「ビョルク」にも掲載し、賛助会員の皆様には、年4回ご自宅まで郵送、いち早く情報提供しています。ぜひ賛助会員にご入会下さいますよう、お願いいたします。

賛助個人会員　年会費　一口　5,000円
賛助法人会員　年会費　一口　20,000円

## あとがき

●６月から約一ヶ月の間スウェーデンヒルズにSCFガラス工房で創作活動を行ったロベルト・オルデルゴーデン氏。とてもフレンドリーな方で、７月６日から始まった彼の作品展示会や夏至祭など、SCFに訪れた方に作品の作り方やそれぞれの作品にまつわるエピソードなどを丁寧に説明されていました。期間中はご家族の方も来日し、思い出深い日本滞在となったようです。

●８月４日に行われた第２回当別スウェーデンマラソンには、SCFスタッフもランナーとして参加しました。２時間以内の完走を目指して日頃からトレーニングを積んでいました。丘陵地帯であり、必ずしも簡単なコースではないうえ、30度越えの猛暑の中最後まで走り切った姿には感動しました。