

## 第1回：究極のリゾート

### 1. イントロダクション

- ・ スティーブン・コヴィーの「タイムマネジメント・マトリックス」
  - 本講義の100%は第二領域に存在する。
  
- ・ 第二領域の典型：現代は食べるということの価値が、著しく過小評価されている。
  - 食べ物を変えるだけで、寿命10年は変わる？
    - ◇ 過去8年間、医者いらず。毒を取らなくなっただけ？
    - ◇ 現代社会は毒を食べている。食べ物を変えただけで(毒を取らなくなっただけで)癌が治った？
    - ◇ 食べ物への贅沢？食事にお金をかけるか、医療にお金をかけるかの違い。そして、元気に情熱的に生きるか、弱々しく消極的に生きるかの違い。
  - 食べるものの質は、人生の質を決める。
    - ◇ 食事の時間だけではない。24時間、365日のエネルギーが変わる。
    - ◇ 私たちの体の細胞の全ては、私たちが食べたものでできている。私たちの体の質は、私たちの食べ物の質を上回ることができない？
    - ◇ 全ては口にする食べ物の質。第二次大戦の頃アメリカに逃れたユダヤ人化学者ルドルフ・シェーンハイマーはアミノ酸に標識を付けたエサをネズミに3日間食べさせる実験を行った。食べた標識アミノ酸は瞬く間に全身に散らばり、その半分以上が脳、筋肉、消化管、肝臓、膵臓、脾臓、血液などあらゆる臓器や組織を構成するタンパク質となる。
  - 食べるが変わると、生き方が変わる。
    - ◇ 質の高いものを、愛する人と一緒に、時間をかけて料理し、楽しむと、人間関係が変わり、働き方が変わり、生き方が変わる。
    - ◇ おいしいものを食べると、この瞬間に意識が向けられて、幸福度があがる。幸福な人は生産性が高く、成功する可能性が高い。
  - 食べるということは、人間関係である。
    - ◇ 人類は、大切な人と接する時、必ず心のこもった、あるいは豪勢な食事を共にした。その原則が当てはまらないのは、人類史上現代だけである。
    - ◇ 良好な人間関係がなければ、良質な食事は続かない。反対する家族やパートナーとどう接するかは人間力の問題。食べることは、人間力と深く関わっている。

- ・ 2007年春、東京の投資家から「究極のリゾート」開発の依頼
  - 伊計島40万坪、総事業資金200億円
  - 日本はもちろん、東アジアにおける最高級リゾート ▶ フリーハンドで描く事業計画 ▶ およそ1年かけて調査、分析、構想をまとめる ▶ 2008年5月「トリニティリゾート事業計画」(50万円)
  - 素朴な問い：最高級とは何だろう？
  
- ・ 無から付加価値を生み出すプロセス
  - 全くのゼロから、最高級の事業を実現するのが事業家の本質である
    - ◇ まったくの素人から、1年でプロになる
    - ◇ 最高級のは、道に転がっていない ▶ 最高級のを生み出すためには、自分が最高級の人材になるか、自分が最高級の人材の手助けを借りられるようになる以外に方法はない
    - ◇ 最高級の人材の力を借りるためには、結局自分自身が最高級の知識や知恵やビジョンや情熱を持たなければならない
    - ◇ 運がいいだけの真の事業家は存在しない ▶ 真の事業家は運がいい人が多いが、それは運がいいから事業家になったのではなく、真の事業家になった結果、運がついて回るためだ
  - 本を読む
    - ◇ アマゾンで関連する書籍をどんどん購入し、片っ端から読みあさる ▶ 10冊も読めば、その分野の概要が相当掴める
    - ◇ 書籍の内容だけではなく、著者と経歴に注目して、この分野にどのようなプレイヤーがいるのかを理解する
    - ◇ インターネットで関連する情報を検索 ▶ 専門家のブログ、論文、書評、記事など、無数にアクセス可能 ▶ 分野にもよるが、一通り目を通すと、情報が以外に浅いことが分かってきたり、特定の引用が大量に出回っていることに気がついたりする ▶ その分野の「先端」概念のイメージを掴み、それを追い抜くイメージで思考する
  - テレフォンショッキング
    - ◇ 一流の人に会う ▶ 「自分が話を聞ける人(たいした人物ではない筈)」ではなく、「自分が話を聞きたい人(この分野のプロ)」にアプローチする ▶ 「この世の中で、誰にでも話を聞けるとしたら、誰の話を聞きたいだろう？」
    - ◇ 自分の目的を告げ、相手から教えを請う ▶ かつこをつけず、嘘をつかず、正直に、謙虚に、情熱を持って、ストレートにお願いする ▶ 人は熱心に耳を傾けてくれる人に対して自分の話をすることが大好き ▶ 真っすぐをお願いして断られることはない
    - ◇ ただ相手に話をさせるのではなく、思いやりを持って聞く、共感を持って聞く、聞きたいことを遠慮なく聞く、そして、相手が聞いてもらいたいことを聞く
    - ◇ 相手に誰か他の一流人を紹介してもらおう ▶ ただ漠然と「誰か」を紹介してもらうのではなく、「この分野のこんな専門家」、「この問題に得に詳しい人」、「この業界で注目されている人」など、具体的に尋ねる ▶ 「お名前を出しても良いですか？」と許可を貰って、あとは自分で連絡 ▶ 誰か紹介してもらえなかったことも、その次の人に会えなかったことも殆どない
    - ◇ 無理なく辿っていても、2週間程度で、各分野の専門家20人に会える ▶ 2時間ずつ話を聞けば40時間、大学の講義4単位(2コマ分)に匹敵する ▶ 現場の専門家から40時間真剣に話を聞き、自分の聞きたいことを直接問えば、大学の講義とは比較にならない密度で学ぶことができる
  - 本を読み、資料をあさり、人の話を聞くことを繰り返すことで、あっという間に「プロ」になる

## 2. 質の追求

- ・ 徹底した「質の経営」の追求
  - 質の高い答えを得るには、質の高い質問をする必要がある。例えば料飲(レストラン)部門であれば:
    - ◇ 「自分の大事な人にご馳走するときには、どのような食材で、どのような料理を作るだろうか？」
    - ◇ 「最も心のこもった料理とは、素晴らしい料理とは、具体的にどのような要素によって成り立つのだろうか？」
    - ◇ 「最も安全で、最もおいしい食材は、誰が、どのようにして、どのような考え方で栽培し、どのような流通経路を経て入手するものだろうか？」
    - ◇ 「子供の頃食べた、ハッとするような新鮮で味の濃い野菜はどうしたら手に入る？」
    - ◇ 「可能な限り質の高い料理を提供するために何ができるだろうか？」
  - 自分なりに納得のいく回答を見つけようと思い、「専門家」という人たちに会いに行っては山のように質問を浴びせ、色々な場所にある色々な農法の畑を訪れ、関連書籍や雑誌や資料を手当たり次第に読み漁るところから取り掛かる
- ・ 「高品質」を定義する
  - 質の追求とは、例えば、「仮に、提供する全ての食材の詳細、栽培方法、管理方法、原価、調理方法などを全面的にお客様に開示しても、自分の商売に胸を張ることができる」、別の言葉では、「嘘がない商品とサービスを提供しながら経営が成り立つ」こと、と定義
  - 私の「素人感覚」では、農薬漬けの食材、新鮮でない素材、化学調味料でごまかした食材、添加物だらけの加工食品、安物のオイル、薬品入りの配合飼料で育てられた食肉や卵などはもちろん、だしを引かずに化学調味料で下味をつけたり、時間をかけてスープを作る代わりに缶詰を開けたりすることも論外。ケチャップやマヨネーズやバターやその他たくさんの調味料も手作りの方がおいしさに決まっている。
  - 更に考えていくと、「子供のとき食べた、果物のようにみずみずしい、濃い味の野菜はどこにあるのだろうか?」、「アルプスの少女ハイジが飲んでいそうな、おいしい牛乳はどうしたら飲めるのだろうか?」というようなことがとても知りたくなる
- ・ 品質に関する二つの発見
  - これらの疑問を突き詰めていくと、少なくとも二つの発見をすることになる。一つは、レストラン・ファーストフードなどの外食産業、お弁当・コンビニなどのいわゆる中食産業、流通業者、食品加工業、食品の生産者である農家などが扱う食品・食材の質の低さ、生産量と流通効率を優先するあまり食品の質が犠牲になっている既存の流通システム、驚くべき量の食品が添加物と農薬漬けになっている現状、流通・販売効率を上げるために生産の現場が直面する惨憺たる経営状況、それらの食品を当然のようにかつ大量に提供し続ける社会のしくみに唾然とすることになる。
  - そして、もう一つは、その道の専門家やプロといわれている人たちは、事業の「効率化」と量的拡大に力を発揮する人たちであり、高い質を追及するために何が必要か、ということに対しては殆ど無知といっても良いほどの状態であるということ。
  - つまり、料飲部門の事業計画において自分の大事な人を心からもてなす気持ちで最高の料理を提供しようと思っても、第一に、その目的に合う食材が、社会に現存する一般的な仕入れルートでは入手することができず、第二に、目的に合う食材を生産するために何が必要か、ということを知る専門家も存在しない、ということ
  - 自分が創り上げる以外に方法はない、それが事業の本質である

### 3. 食の生態系

- ・ 世の中には正直に提供できる食材が殆ど存在しない、という一事をだけを見ても、現代社会の事業環境（「生態系」）をそのまま活用するだけでは、究極のリゾートの定義における、「質の高い」ホテル経営は不可能と言うべきであり、それを実現する事業モデルや専門家も恐らく存在しない
  - 既存の産業生態系は、量の追求によって収益の最大化を行う目的のために合理的に出来上がっているが、長年の量的・短期収益的な搾取によって、いわば産業の「砂漠化」が進行
  - これに対して、質の追求によって事業性を生み出すという、産業生態系「緑化」作業のための現実的かつ具体的な計画を作成する必要がある
  - 既存の産業生態系を見直し独自のバランスで再構築を試みる作業には、自分で情報を分析し、仮説を立て、検証し、回答を独自に導く作業が不可欠で、具体的には、①現状社会の生態系を理解し、②問題点とその原因を明らかにし、③経営バランスが最も効率的に機能する新しい生態系のモデルを構築・検証する、というステップを要する
- ・ 「④生態系の現状を理解する」作業において重要なこと
  - 生態系における個別の問題点を指摘することは比較的容易なことだが、生態系のバランスを理解せずに個別対処することで問題を却って大きくしてしまう可能性がある。食品添加物の事例においても、現状そうならざるを得ない一定の理由が存在するため、単に個別の問題を排除するという手法によって解決方法を導くことはできない。まして個別問題の責任を特定し追及することは、生態系をバランスすることとは関係のないことで、殆ど生産性がない。
  - 指摘される問題は確かにどれも重大で、即刻排除すべきものばかりなのだが、自然界の「害虫」も実は生態系を支える役割があることと同様に、この部分だけを排除しても他の重大な問題を引き起こす可能性が高い。例えば、食品添加物を一切使用しない、という対処方法は誰にでも思いつくのだが、そのことによって従業員数や作業工程を圧倒的に増やす必要が生じ、収益を大きく悪化させることへの対処方法はそれほど単純ではない。

## 4. 食を楽しむ

### ・ 食を楽しむために

- 食を楽しむためには、学ばなければならないことがある。
- 買い物は自分でしなければ、食事は自分で作らなければ、十分に楽しむことはできない。
- 食材を知らなければ、食材に触らなければ、その楽しみ方は分らない。
- 農業を知ると食はより深まる。
  - ◇ 園芸ファームなかむら(中村一敬)
- 食べることが大好きなひとこそ、本当においしいものを作る。
  - ◇ 食べることに関心の薄いカリスマシェフは少なくない。レストランに入って、店主がどれだけ食べることに関心があるか、感じられるだろうか？
- 食べるということは、観光そのものである。
  - ◇ 観光の楽しみの半分は、食べること。おいしいものがなければ、観光地は成り立たない。
- よい食事とは100点を指すということ。
  - ◇ ひとつの食材が、全てを台無しにする。「質」の時代に最良のトレーニング。

### ・ 食材

- 卵： 鶏はとてもストレスを受けやすく、デリケートな動物。良い卵とは、動物として鶏が心地よい環境で飼われていること。餌は化学物質が含まれない、鶏本来が食べているものをあたえていること。黒富士牧場のリアルオーガニック卵。白身の清潔さ。
- 鶏： 宮崎県無投薬刀根鶏。
- 牛肉： 宮崎県尾崎牛の手触りと味。
- ごはん： 日本でいちばんおいしいごはんは？ 炊き方でごはんは変わる。IH(マイクロ波)とマイコンジャー(電気熱)と土鍋(ガス火)。
- 野菜： キャベツ産地孺恋の減農薬。例年37回の散布を半分に。つまり、農協の基準では、18回の散布で「減農薬」と表示できる。千葉県のある農家は、慣行農法で4回の散布。有機野菜より、減農薬野菜の方が、手軽で人気だと言うが、どちらが安全？孺恋では、キャベツの消費のほとんどが餃子などの加工用に納められており、加工工場では虫が一匹でもいるとクレームの対象になるため、農家もたっぷり散布せざるを得ない。
- 調味料
  - ◇ 塩： 人間は塩をちゃんととらなければ正常な生命維持活動ができない。自然海塩には、何十種類ものミネラルが含まれている。高血圧も自然海塩で改善することがある。一般的に出回っている塩は精製塩または化学塩といわれ、輸入原塩を水で溶かし、電気分解をして純粋な塩化ナトリウムを作り出している。含まれているのはナトリウムとカリウムの2種類のミネラルだけで、しかも高度に精製されている。さらに、自然海塩を使った味噌や本醸造醤油は微生物が生きている。
  - ◇ 砂糖： 白糖はミネラルが飛んだ甘いだけのもの。栄養素を持たずカロリーだけがある。ミネラルの豊富な粗糖がおすすめ。三温糖は白糖に色がついただけのものなので、勧められない。アメリカの例では、犯罪を犯す青少年は低血糖症が著しく、砂糖の過剰摂取が原因と見られる。砂糖を取るほど低血糖症になるのでさらに砂糖が欲しくなるという悪循環。こうなると薬物に近い。ある小学校で、学力上位の子どもの80%は朝食を食べているが、下位の子どもは30%。



グルコース(ブドウ糖)なくて、脳は機能しない。意思力も発揮できない。

私たちの活動に必要なのは、穀類などの炭水化物や肉などのタンパク質の形で摂取して、口の中で唾液と混ざりあってゆっくりと消化が進む糖分。徐々に糖分に変わっていくために、膵臓から分泌されるインシュリン(血糖値を下げるホルモン)もゆっくり対応する。

コーンシロップや白糖として体内に取り込むと、高濃度の糖分がすぐに血液中に送られるため、膵臓は大量のインシュリンを緊急放出して、低血糖状態に収めようと非常事態に対処する。膵臓を過剰に働かせると、インシュリンの分泌が滞り、あるいは働きが弱まって、糖尿病になる。

その結果、体が血液中の糖分を吸収しなくなり、高血糖が下がらなくなる。糖尿病が悪化すると、毛細血管が滞り、筋力低下、内臓不良などが生じる。あるいは網膜の毛細血管が詰まって失明、腎臓の毛細血管が悪くなって尿が作れなくなり、人工透析が必要になる。

- ◇ 発酵食品： 食品は発酵させると美味しさと保存性が増す。洋の東西を問わず、人々は発酵食品の完成度を高めてきた。醤油や味噌も中国で生まれ、日本で工夫され、洗練された発行調味料。

醤油が美味しいのは、酵母による発酵が行われるから。大豆が数々のアミノ酸に変化して旨味が生じ、大豆の脂肪が分解されてほのかな甘みをだす。本物の醤油は大豆、小麦、自然海塩のみを材料とする。これに麴の働きと2年が必要。原材料がゆっくりと発酵して美味しい醤油になる。乳酸菌、酵母、酵素の働きで体に良い働きをする。1ℓ1000円以上のものがほとんど。

現代の「正油」は発酵させずに製造されている品がほとんど。アミノ酸調味液など化学薬品を調合し、ほんの少しだけ本物の醤油を加えて、1ヶ月ほどで出来上がる。

- ◇ 鰹節： 沖縄は一人当たりの鰹節消費量日本一。日本の食文化の中でも優れもののひとつ。薫製して釜で煮ることを20回ほど繰り返す。天日干しし、茶箱に2週間ほど密閉してカビを生えさせることを繰り返し2~3ヶ月で完成。鰹節の麴や青カビで、脂肪の劣化を防ぎ保存性を高め、旨味や香りを付与する。
- はちみつ： 蜂が花の蜜を集め、蜂の唾液や転化酵素などが混じり、羽で水分を発散させると、糖度が倍の80%になる。ビタミン・ミネラルの宝庫。はちみつのビタミンは、錠剤よりもはるかに体に吸収されやすい。非過熱の本物はちみつは、水分などが混じらないかぎり、千年以上も変質しない。
- すし： 今のすしは科学的に合成した酢、精製塩、白糖、化学調味料を使うのが一般的。小皿に入れて使う醤油も醸造醤油ではなく、いろいろと添加物を加えて安くしたもの。寿司屋で食べた後、喉が妙に渴くのは酢飯に原因がある？東京都内の寿司店で、本物の醸造酢を使っているところは五指に満たない？