

4日間だけ移住した2人が  
ポートランドで見つけたおいしい暮らし方

2016 Jun, Portland Oregon





## 出迎えてくれたのは 敷きつめられた カーペットのデザイン

2016-



1987-2015 のデザイン



3年連続「全米 No.1 の空港」に選ばれているオレゴン州の玄関口、ポートランド国際空港。

空港の優れた利便性はもちろんのこと、その人気を支えているのは意外にもこのカーペット。このデザインはオレゴンの象徴として親しまれ、カーペットの図柄を配したプロダクトがお土産としても売られている。

2015 年を境に全面張り替えがが決まったことを知り、それを惜しむ 8 万人にも及ぶカーペット愛好者達が、自分の足元とカーペットを一緒に収めた写真を SNS 上に載せブームとなった。

普通は見過ごされてしまいそうなものでも、デザインの力によって主役へと変えてしまう。オレゴン地元民たちの洗練されたユニークな着眼点と審美眼の片鱗の一端を見ることができる。

「ふなっしー」や「くまモン」に代表されるマスコットキャラクターで地域のアイデンティティーを形成しようとする日本の自治体の試みは十分に面白いのだが、「ただのカーペット」が普遍性を持ちアイデンティティーとして認知されているという事実の方がはるかに面白い。



## 大きな本屋があることは 移住者の必須条件だ。

Amazon や電子書籍の普及とは無縁であるかのように繁盛する実店舗の大型本屋さん。

新書と古書本、本のジャンルに関連したグッズの併売、カフェの併設などの試みは日本の「TUTAYA」などでも採用されている。



一般的な本屋と同じく、本自体はジャンルごと簡潔にカテゴライズされてはいるが、店内の設計が複雑で迷路さながら。目当ての本を見つけ出すのは大変かも。でもその複雑さと迷いの中で思わぬ本との出会いや好奇心を齎している。

一見不親切に思えるが、意図的に設計されたものなのだろう。



コミックも充実。日本のサブカル人気は本物であるようだ。



# アンチ・モータリゼーションは より行動的で活気あふれる街を生んだ。



一瞬、冗談のように見えた市街地の道路標識。よく言われるポートランドの交通インフラの親切、寛容さは、一般的に疎まれる存在のスケート乗りが一番にその恩恵を実感できるであろう。



道路ど真ん中を走る自転車。  
排ガスゼロの自転車は乗り物ヒエラルキー上位に属する。



北欧先進国などでは珍しくもない光景なのかもしれないが、「車社会アメリカ」のバイアスもあって、革新的に見えた。

## アートやスポーツが、すぐ近くにあることは ホンモノを目指す大きな夢につながる。



街のいたるところに点在するアート作品。  
美術館の隣のスペースで展示されていたのは、廃棄予定のピアノを「Play Me」というテーマで、複数のアーティストが再利用し加工表現したもの。

この作品は、今年亡くなった David Bowie と Prince への追悼がコンセプト。ロックファンなら誰もが真っ先に目に入ってくる作品だ。



野球、アメフト、バスケだけじゃない。  
地元のサッカークラブチーム、ポートランド・ティンバーズのサポーターたちの熱狂ぶりはスタジアムの外にいても伝わるほどだ。





## 大学はアカデミックな専門家たちだけのものではない。 学生たちに便利な場所は、みんなにも便利な場所だ。

ダウンタウン南側に立地するポートランド州立大学。

大学とダウンタウンを明確に区切る校門や塀は見渡す限り存在しない。

路面電車（MAX）が脇を通り過ぎ、カフェやレストラン立ち並ぶ。そんなダウンタウンの延長上の空間に大学施設（学部）が点在する。文字通りの「開かれた大学」だ。



“食”を楽しむ人々が、  
この街の“鼓動”を感じさせる。



幸いにもこの日は大学で開催されるファーマーズマーケットの日。  
地元の新鮮な食材を、生産者から直接買うことができる。まるで学園祭のような賑わいぶり。大学という学問研究の場を利用して毎週末開催され、地域活性の機能を担うファーマーズマーケット。「地産地消」の理想的な例の一つ。

## フリーペーパーの存在は、 街そのものが情報メディアであることを感じさせる。



歩道に設置された新聞・フリーペーパー販売機（有料、無料共に有り）。ガイドブックでは得られないポートランドローカルの最新情報を知ることができる。

リアルタイムな情報はウェブからいくらかでも引き出せるが、紙媒体ならではの所有感や一覧性の高さといったメリットにはかなわない。

新聞には堂々と大麻の広告が掲載されている（オレゴン州では大麻は合法）。



### ボヘミアンたちを受け入れてきた歴史がある。

ポートランドを歩き回ってよく目にしたのは、意外にもスターバックス、サブウェイなどのチェーン店であった。

そして、ごく普通に街に溶け込む多くのホームレスとヒッピーと思わしき人たちである。大げさに言うつもりはないが、1ブロック（約60メートル四方の街区）に一人は存在するほど。

元々ヒッピー運動の影響を強く受けている土地柄でもあるため、多くのヒッピー志向の若者などが存在していて、その名残りが今も残っているのかもしれないし、もちろんドラッグや経済問題でそんな状況に陥ったのかもしれない。

いずれにしても、サステイナブルな都市を目指すポートランドとしては是が非でも解決しなければならない問題ではある。



## “ユニバーサル・デザイン”を 採用しているかのような多国籍料理。



ポートランドには 600 軒以上ものフードカート（アメリカ版の屋台）がある。そのほとんどはエスニック、中華、南米料理で、多様で多国籍な味を堪能できる。初めて食べたタイ料理のカオマンガイ。人種のるつぼと言われるアメリカだけあって、多様な人種の舌に合わせ調整されたかのようなマイルドな味わいであった。



ファーマーズマーケットや地産地消の地域に根ざした生産・消費活動が盛んなポートランドといえども、大型スーパーマーケットもそれなりに目にする。

とはいえ、食品パッケージの多くは、オーガニック、グルテンフリー、低脂肪、無添加、といったような健康的な表現で溢れかえり、現在のアメリカ人の健康意識の高まりを象徴している。

一方で肥満や不健康を後押しするかのよう、誘惑に満ちた従来のアメリカの食品が陳列棚を占拠していることも事実である。見る分には鮮やかで明るいオブジェといった感じで楽しいのだが。



# “風変わりなポートランド” で居続けることの難しさ。



## 「Keep Portland Weird」

ポートランドといえばこのキャッチフレーズ。風変わりなポートランドでい続けよう！というような意味で、個性的な市民の振舞いや街の趣を支えるスローガンとして機能している。

「Keep Portland Weird」のウォールアートの向かい側にあるブードウードーナツ1号店は正にその象徴のひとつ。

しかし、近頃では「Keep Portland Affordable」（手に入れやすいポートランドでい続けようという）という言葉もちらほら囁かれているようで、移住者の増加に伴う不動産価格や家賃の上昇によって、地元住民達は郊外に住居を移さざるを得ないという状況にあるそうだ。市場原理と持続的発展の折り合いのつけ方が、今後の課題になりそうだ。





## アートのような街、パールディストリクト。



ポートランドの再開発の成功例として多く語られるのがこのパールディストリクト。

1990年代半ばの大規模な再開発により、倉庫街だったこの地区が高級コンドミニアムや有名レストラン、ブティックなどが集まる注目エリアになった。赤レンガの倉庫の面影をそのまま残しつつも、現代的な建築物との調和を尊重するまちづくりはアートのレベル。ただ実際に見て回った印象としては「高級感」というコンセプトが全体の雰囲気支配しているようだ。





# ウィラメット川の東側で出会った“ヴィーガン料理”



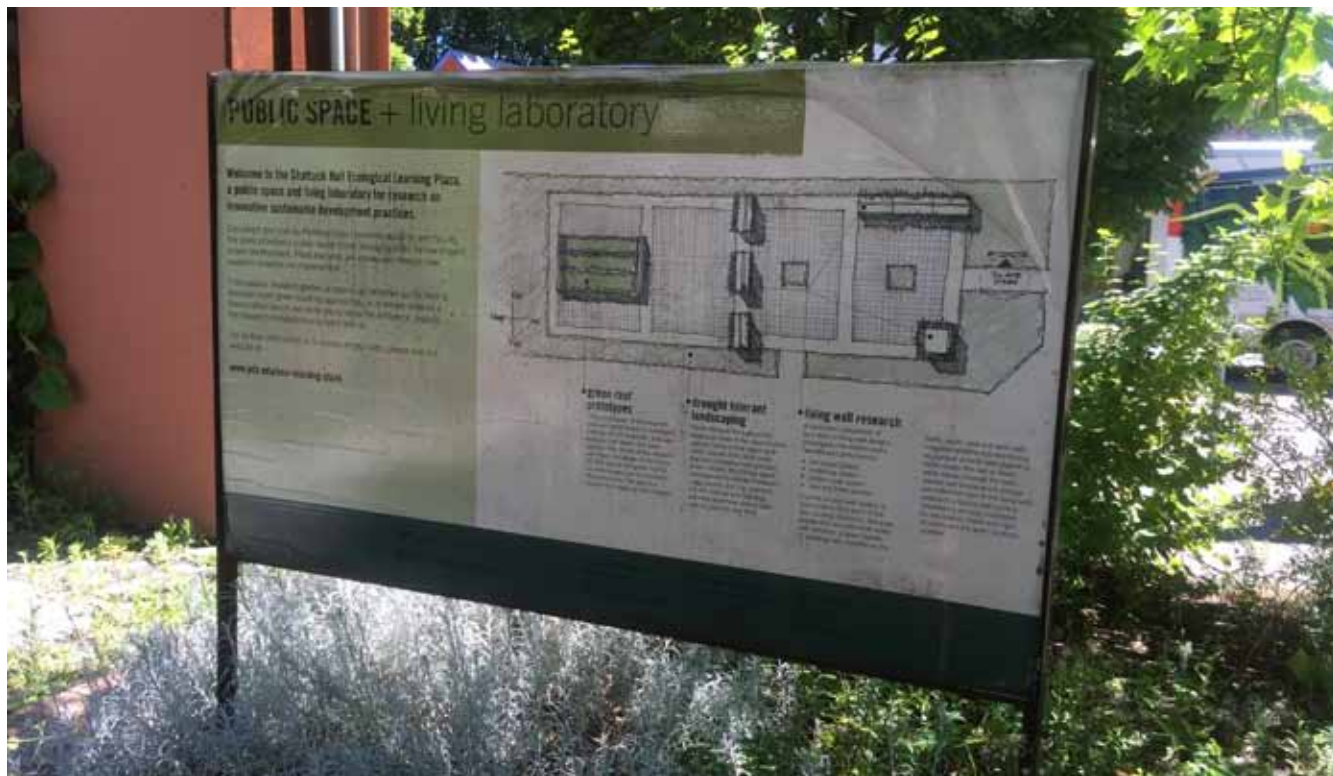
「高級」なパールディストリクトに対し、ポートランドを二分するウィラメット川の東側に位置するこの地域。平均的なアメリカの街並みのイメージそのもの。

そんな平凡で保守的なイメージとは裏腹に、「Food Fight! Grocery」のようなヴィーガン専門の食料品店や、ヴィーガン料理を提供するファストフードレストラン「Canteen」の台頭などラジカルな感受性を育む土壌となっている。





# ポートランド州立大学の エコの実験的公共スペース



大学内の公共エリアは、そのものが実験的エリアである。

屋上緑化、間伐材庭園、グリーンウォールなど最先端のエコ技術の実験が行われている。手描きの案内図が、大学による研究っぽさを表現している。



## いたるところに置いてあるゴミ箱



住宅の前にはグリーンとブルーのキャスター付きゴミボックス、街には分別仕様のゴミ箱、大学のファーマーズマーケットには透明ピニールのゴミ箱があった。それぞれに意味があるのだろう。



# 半日の小旅行で行けるコロンビア溪谷



コロンビア溪谷ドライブと滝めぐりの現地ツアーに参加した。ホテルまでの送迎付きでロビーまで出迎えてくれたドライバー兼ガイドさんはとても気さくでフレンドリーな人だった。札幌から来たと言うと「姉妹都市から来たんだね」と反応してくれた。日本人客2名とテキサス、ボストンといった国内からの参加者もいた。約3時間半程度のツアーである。ダウンタウンから東へ48キロメートル、約30分ほど車に揺られ100以上の滝があるヒストリック・コロンビアリバー・ハイウェイ沿いに向った。

まず最初は映画『トワイライト』（2008年）にも登場したオレゴン1、全米で2位の189mを誇るマルトノマ滝へ。数多くある滝の中でも最大であるこの滝は落差165mの上部と21mの下部に分れている。

2段に連なっている滝はとても神秘的だった。更に中間にある橋に進むと間近で見ることができる。落差がかなりあるため迫力が凄かった。やはりオレゴン1であるだけあって観光客で賑わっていた。

続いてラトレル滝へ。こちらは遊歩道があり200mほど歩くと目の前で絹糸のような真っ直ぐと流れ落ちてくるとても美しい滝を見ることができる。周りの岩の迫力と鮮やかな緑の苔にも注目だ。

ブライダルベールの滝、ホーステール滝（Horsetail Falls 直訳したら「馬のしっぽ」という意味）を巡った。

断崖に建つ八角形の石造りのピスタハウスはオレゴンへの道を開拓した人々の記念碑として1918年に建てられたそう。遠くカナダのロッキー山脈を源に流れるコロンビア川を一望できる。

またオレゴン州最高峰のマウトフッド（別名オレゴン富士）も眺めることができた。

幸いなことに雲一つない絶好の天気にも恵まれ、ここまで空気がおいしいと感じたのは初めてだ。気温は30度近くあり日差しも照っていたのだが、水煙と心地よい風がとても気持ちよくマイナスイオンをたっぷり浴びリフレッシュすることが出来た。

都心から30分ほど車に揺られるだけで一気に緑豊かな景色が広がり、全く別の地域に来たのではないかと錯覚するほどだ。ポートランドから手軽に行くことができ、一度に数カ所の滝を巡ることができる絶好のスポットである。



バラ園や日本庭園も街から近い、気軽に行ける位置にある。





# ポーターランダーのスピリッツは 人にやさしい事だと思った。



意外にも街には車椅子利用者やホームレスが多かった。  
通りの向うで突然、車椅子の男性が倒れた。あっという間に人が集まって彼を助けた。まるで日常的によくあるようなフツウの出来事に見えた。

## 街のあちこちにコミュニティがみられる



## 人にやさしいデザイン



スーパーの陳列台の下の部分に障害者用のマークがあった。「お手伝いしますので、声をかけてください」というステッカー。車椅子利用者の目の高さに貼ってある。

電車の中では広告などより黄色のラインが一番目立つように配色されている。急停止でも、一瞬で目につき、支えにできるためのデザインだと思う。

## 声をかける習慣がある

大きな図書館みたいな書店では、店員が図書館の案内係のように「どんな本をお探しですか？」と気軽に声をかけてきた。

カフェでは難しい注文の仕方を、店員が丁寧に教えてくれた。

札幌が姉妹都市である事を知っていた、コロンビアツアーのガイドのボブさんは私たちに興味を持ち、たくさん話しかけてきた。





# オーガニックやスーパーフードを楽しむ街。

全米一住みやすい都市として話題になっているポートランド。すぐにこの都市に魅了された。札幌と姉妹都市であることは知っていたが、気候が似ているので快適に過ごすことができた。

路面電車やバスなどの交通機関が充実しているので目的地までは簡単に行く事ができる。

ブロックごとに街並みの雰囲気が違うので歩いているだけでも楽しい。

街から少し離れると海、山、川があり自然にとても近くハイキングやアウトドアも体験することができる。

また、なんといってもオーガニック食材を使った健康的な料理が多いのも魅力だ。

日本でも最近話題になってきているキアヌ、チアシード、ココナッツオイルといったスーパーフードを食べやすくアレンジしているので美味しくヘルシーな食事を摂ることができる。食べるのがもったいないくらい色合いや盛り付けにもこだわっている。

## CANTEEN

### オーガニック & ヴィーガンカフェ

地元の野菜を豊富に使ったサラダボウルや新鮮な果物を使用したスムージーがメインの気軽にヘルシーな食事を摂ることができるファーストフード店。

黒の四角い建物に入ると、白を基調とし明るい店内。テラス席も有り。若者に人気がある。

#### PORTLAND BOWL 9ドル

キアヌ、黒豆、ケール、焼テンペ、ニンジン、トッピングにヘーゼルナッツ

見た目はお肉のような焼テンペがとても食べごたえあり味付けもクセがなく絶妙である。特製のメキシカン風ソースがやみつきになる。

#### GINGER-BERRY 4. 5ドル

ストロベリー、ブルーベリー、アップルジュース、生姜生姜が効いた健康的なドリンク

#### ORANGE ONE 4. 5ドル

バナナ、オレンジ、バニラ、アーモンドミルク、デーツアーモンドミルクがまるやかな味わい



2016/06/27 14:29:41



## KURE JUICE BAR

### ポートランド内に5店舗あるスムージーの専門店

日本でも話題のアサイーボウルがあり朝食にもピッタリ。カウンターの奥には新鮮な野菜や果物が並べてあり作る工程を見るのも楽しい。

PHONEY BEE GOOD 9.25ドル

ココナッツウォーター、ココナッツバター、アーモンドバター、ケール、シナモン、ココナッツヨーグルト、アイスバナナ、ビーポーレン（蜂花粉）、グルテンフリーグラノーラ、スライスアーモンド



高品質なポートランド産のはちみつブランド「bee local honey」を使用しているビーポーレンという栄養素が90種類も含まれている日本では貴重な食材も味わうことができる栄養満点のアサイーボウル。バナナとイチゴがごろごろ入っていて満腹感がある

## ノングズカオマンガイ (Nong' s Khao Man Gai) フードカート（屋台）

レストランもオープンしている。

タイ料理のカオマンガイ（チキンライス）8ドル

白い紙に包まれたタイ米の上に蒸した鶏がのっけて、特製のソースをかけて食べる。

鶏の出汁で炊いたライスがほんのり味がついている。

チキンはとても柔らかくてジューシー。

特製の甘辛いソースともマッチしていてとても美味しい。

ポートランドで本場の味が楽しめるのでおすすめ。



## Veggie Grill

サラダ、サンドイッチ、タコスなどが充実しているファーストフードのお店

ケールなどの野菜の上に焼いた豆腐がのっけている。豆腐は甘辛く焼かれているので外がカリカリしている。



## pizza schmizza

アメリカンサイズでかなり大き目だが脂っこくなくぺろりと食べれる。カウンター横にあるピザを選んでその場で温め直してくれる。

1ピース 約3.50ドル





## Voodoo Doughnut

ポートランドが本拠地のドーナツ専門店

2016 年東京に上陸予定。長蛇の列ができるほどの人気で、ピンクの BOX がトレードマーク。持ち歩いている人をよく見かけた。ドーナツ自体は色や形がユニークなものが多く、私が食べたのはそのなかでもシンプルなメイプルバー。ふわふわの生地とメイプルのシュガーコーティングの甘さがとてもマッチしている。ぜひ今度はカラフルでユニークなドーナツにも挑戦したい。



## BLUE STAR DONUTS

こちらもポートランド発、行列のできるドーナツ専門店

代官山、横浜にも上陸。

パッションフルーツ

ほんのり甘さのあるドーナツの上に、甘酸っぱいパッションフルーツがコーティングされているので、あっさり食べやすい。



## GREEN REAF

フードカートの中華料理店

店員とシェフも中国人で、30 種類近くのメニューがある。オーダーを取ってからその場で調理するので、本格的な料理が食べられる。量がかなり多め。

Fried Rice 6.50 ドル

焦がし醤油の風味とバラバラした炒め具合が最高。

チキン、ニンジン、グリーンピース、玉子といった具が沢山入っている。

Seafood Veggies 7 ドル

シーフードと野菜の炒めものにライスがつく。色鮮やかであっさりとした塩味。







## テーマは、 “住人になったつもりで見ること”

豪華なレストランや買物ツアーなどが組み込まれたパックツアーではなく、ポートランドの日常を感じとるツアーです。ですからこのレポートのタイトルは「4日間だけ移住した…」にしました。

事前の多くの知識や綿密な行動計画があったわけではなく、バックパッカーのような旅ですが、あくまでもピジターではなく住人の視点の4日間です。

50年以上も前から札幌市とつながりがあるポートランド市は、米国では唯一の札幌市民が根拠のある親近感を持てるマチといえます。そういう意味で今回のとりくみは気軽に行けて、たくさんの“いま”を吸収できるモデルケースになったと思います。このレポートがポートランドと札幌の未来の街づくりへの興味の「動機づけ」となることを願います。(亀田敏美)

### 取材

リュウト(兄)+ケイナ(妹)

2016年6月24日~29日

