2022 WINTER

新たなわくわくとドキドキに出会う

Magadipita vol.9

居場所をみつめる。

Magadipita vol.9 2022 WINTER

TABLE
OF
CONTENTS

00　プロローグ

02　OKOME NO IBASYO

03　カラフルサム

10　居場所、いい場所

17　余白を愉しむ。

23　KOMUGI NO IBASYO

24　エピローグ

Magadipita
=Magazine × Serendipity

Serendipity とは
素敵な偶然に出会ったり、
予想外のものを発見したりすること。
あなたと Magadipita との偶然の出会いが、
予想外の発見につながるように。

今回のテーマは『居場所』。

幼少期、中高時代、大学生。
あなたも、私も、これまでいくつもの居場所で過ごしてきた。
今も私たちは、それぞれの居場所に在る。
そんな居場所というのは、目に見えるものだけじゃない、
記憶や自分自身の心など、実はどこにでもあるものなのかもしれない。
気がつかなかった居場所を探して
自分の内を覗いてみよう。

OKOME
NO
IBASYO

あなたの「おいしい」時間に、
少しでもお米の味が増えますように。

お米の居場所、今日から考えてみませんか？

まっしろでつやつやのお米は、
おにぎりやお寿司になったりして、
私たちのお腹をいつも満たしてくれる。
でも、日本人の「お米離れ」は年々加速しているんだって。

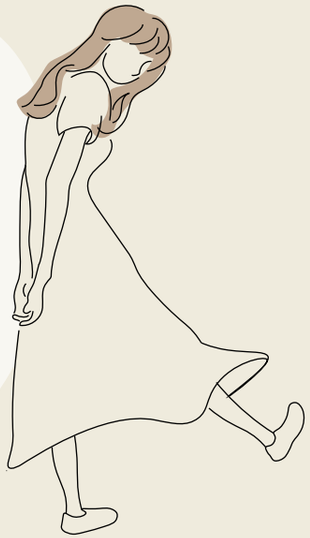
実は、2020年のお米の消費量は過去最低を記録。
コロナ禍で外食需要が落ち込んだことで、価格も下落し、
農家さんの収入額の低下も深刻化しているみたい。

こうした影響は水田の減少にもつながっています。
もしかしたらこの先、日本のお米を取り巻く食事や景観は、
伝統的な食文化からどんどん遠ざかってしまうのかも。

寂しい。楽しい。嬉しい。不安。
私たちの生活は、色とりどりの感情で溢れています。
でも、目まぐるしい日々に埋もれてしまっている感情もたくさん。
そんな居場所をなくした感情の種を見つけて
育てるためにはどうすればいいのかな？

グリーンサムとは、植物を育てるのが上手な人のこと。
それなら、「カラフルサム」ってなんのことだろう？

カラフルサム



埋もれた感情に気づく

私たちの内側には、色とりどりの感情が溢れている。でも、そんな感情は現代社会の中では押し殺されてしまいがち。「周りに合せないと」「これが“普通”だから」「これを言っても仕方ないし…」今回は、そんな日常の“モヤモヤ”をSNSを通してお聞きしました。

「自分の一面しか見てくれない」

写真家をしているのですが、SNSの写真アカウントでは、ひとりの女の子としての私には価値がないのかな…とふと考えてしまいます。写真家としての「私」と、女の子としての「私」。どちらも私であることに変わりはないし、決して一面では表せない。それなのに、どちらか一面でしか捉えてもらえない気がするんです。

20代　Mさん

「心がパンクしそう」

ただただ周りの人に不快になって欲しくなくて率先して取り組んでいた仕事で役職に就きました。別に偉くなりたくてやっていたわけでもない。誰かの役に立てたらそれでよかっただけなのに、苦手なプレゼンや人前に立つ仕事が増え、プレッシャーに押しつぶされて、正直心がパンクしそう。でも、職場では、「何でもできます！」と振る舞ってしまい、自分で自分の首を締めてしまうことに…。

30代　Aさん

「自分の甘さにモヤモヤ」

「今日これをやろう！」と決めたTo Doを達成できない自分の甘さにモヤモヤします。その罪悪感と非充実感から夜更かししてしまうことも度々…。もっと自己管理ができるようになりたいです。

10代　Tさん

「女の子なんだから」

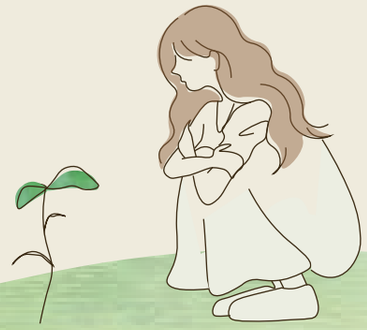
「女の子なんだからあぐらかかないの！」
「女の子なんだから清潔にしないとダメよ」
という何気ない母の言葉の数々。男の子だったら何も言わないの？性別によってすべき振る舞いが決められているの？と、モヤモヤしてしまいます。

20代　Nさん

「嫌われたくない、嫌いになりたくない」

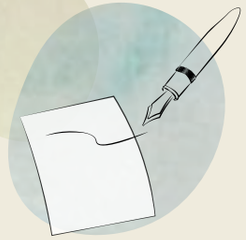
パートナーと同棲することになった。それは私にとって、「“一番嫌いになりたくない他人”と一緒に生活する」ということ。同棲を始めるにあたって、初めて見えてくるものがたくさんある。相手の嫌なところばかりが見えて、嫌いになってしまわないか怖いし、それを逐一伝えたら嫌われてしまわないか怖いんです。

20代　Cさん



感情のあらわし方

耳を傾けることのなかった心の声を覗いてみると、
いろんな感情を見つけた。
そんな感情たちと、どう向き合っていく？

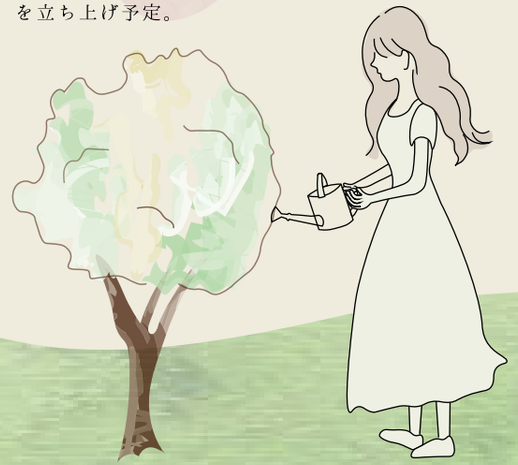


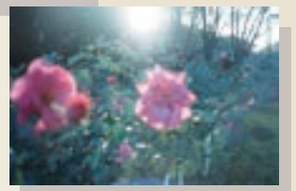
01.言葉であらわす

今年4月にme and youを立ち上げ、個人と個人の対話を広げる活動をされている竹中さんと野村さん。そんなお二人に、言葉と感情について話を伺いました。表に出せない感情を問うと、竹中さんは「モヤモヤしているものってすごくたくさんある。すぐに結論を出したり、考えをまとめることは難しい。その都度、どうしたら良いのか悩む。」と答えてくださった。そんなときに、言葉を使ってできることってなんだろう。
一つめは、「話す」こと。迷っていることや、考え途中であることを、信頼できる人や話せる人にとりあえず話してみる。
二つめは、「書く」こと。日記を書いてみたり、メモしてみたり。野村さんは、「自分のために書く。人から良いように思われるかどうかなんて気にせず、自分の気持ちに嘘がないように、言葉を見つけていく。“自分には言える”ようにしてみる。」と話してくださいました。偽らない確かな自分でいる、そんな時間を過ごしてみては？

お話を聞いた方

me and you
竹中万季さん　野村由芽さん
個人と個人の対話を出発点に遠くの誰かにまで想像や語りを広げるための活動をする。
2022年1月にメディア・コミュニティを立ち上げ予定。





02.写真であらわす

起源は古く、紀元前にまで遡ると言われている「カメラ」。時代を経る中でさまざまな瞬間を捉えてきたそのカメラは、今や誰もが操る、身近な存在に。私たちの内面と写真のつながりは、どんどん深まっているのかも。
写真家の石田真澄さんは、写真と感情について、「写真を撮るときの感情とかは人それぞれ。私は好きなものを撮って、好きなものが写っているのを見返しているのが気持ち良い。」と言う。「好きだから撮る。」と話す石田さんの眼差しは自分を知る強さに満ちていました。思いのままにカメラを構えて、素直な自分を見つけに行こう。

お話を聞いた方

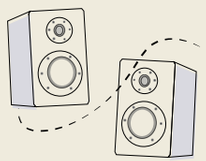
写真家　石田真澄さん
1998年生まれ。
中学から独学でカメラを学ぶ。
「GINZA」「POPEYE」などのファッション誌や「カロリーメイト」をはじめとした広告でも活躍している。

03.ダンスであらわす

2021年9月、感情をテーマにした「InteraXion」というダンスイベントが行われていました。感情とダンス、これってどうつながっているんだろう？と思い、参加してみることに。観てみると、ダンスを通して、喜び・信頼・期待などの感情がビシビシと伝わってきた。そこで、出演していた林奈穂さんに「ダンスを通した感情表現の魅力」について伺いました。踊り手としての魅力は、「一番素直に感情を表現しやすい」ことなんだそう。言葉や文字では、的確な言葉を使おうと頭で考えてしまったり、言い直せると思いがち。でも、ダンスは一発勝負。だから、その瞬間に生まれた自分の感情をそのまま載せやすいんだって。そして、「ダンスは非言語だからこそ、受け取り方の自由度が高い」ところが、受け手にとっての魅力なんだそう。ダンスを見て何を感じるかは人それぞれ。踊り手にも受け手にも縛りがないダンスは、とっても自由な表現方法なんだね。

お話を聞いた方

林奈穂さん
慶應義塾大学に通う4年生。
dance crew esに所属。



[バックパッカー]

BACKPACKER

開いたら、そこは、旅。

『開いたら、そこは、旅。』
旅の魅力を伝える、フリーマガジン。

旅とは未知の世界へ自分の足で飛び出すこと。
見知らぬ地で目の当たりにする風景は、感情を揺さぶる印象深いもの。
出会った人々や景色、そして様々な困難は生々しい感触を伴い、
旅人ひとりひとりの心に刻まれる。
そんな時間を、この一冊に。

NEW

Vol.19 2021 Autumn
尚さす

Vol.18 2021 Spring
越境者は何を見る

◀ バックナンバー・最新号設置場所は、
公式 HP からご覧いただけます

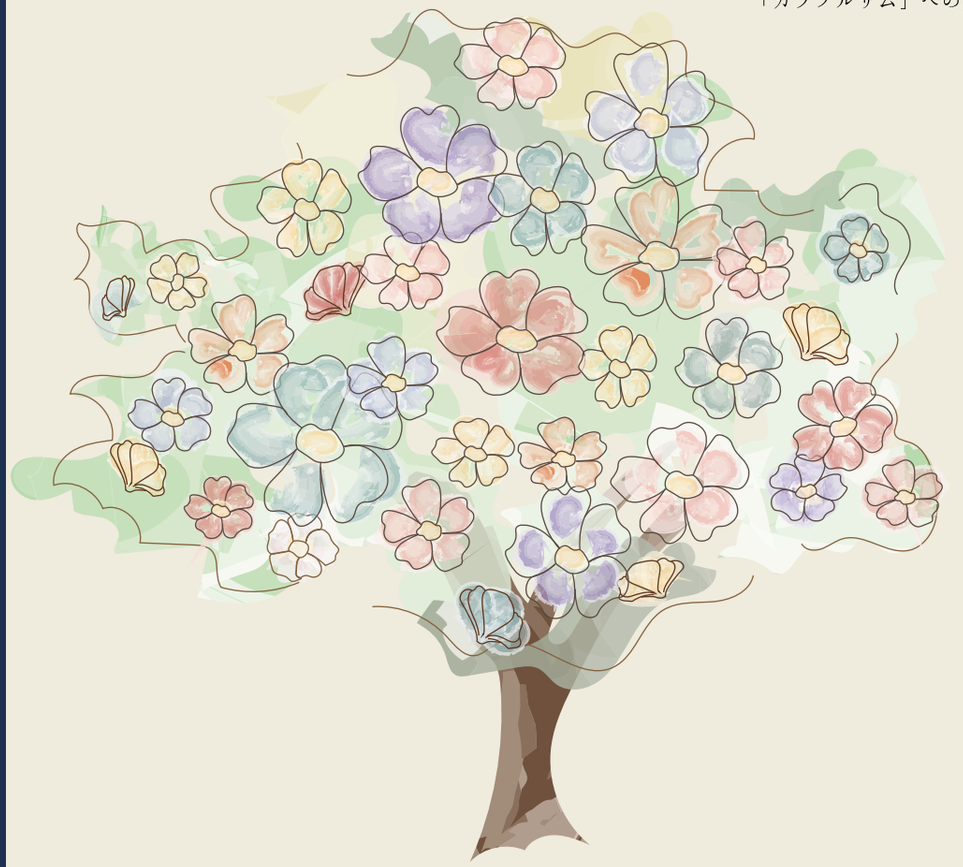
instagram @backpacker.free
Twitter @BACKPACKER_free

慶応義塾大学
公認学生団体 S.A.L.

感情を咲かせる

みてみて。
感情の花がこんなにたくさん咲いた。
色も形も、十人十色。
そして、どれも鮮やかで美しい。

こんなに綺麗な花たちを、種のまま埋もれさせてしまうのはもったいない。
どんなに小さくていびつな形をしていても、きっと最後には綺麗な花を咲かせてくれる。
そう信じて、まずは感情の種の居場所を探してみよう。それが、色とりどりの感情の花たちを上手に咲かせることができる人、「カラフルサム」への第一歩なのです。



居場所、いい場所、どんな場所。
いろんな角度から
居場所をみつめる
3つのコラム。
ここが、
あなたにとっての
いい場所で
ありますように。

居場所、いい場所

ずっとのおうち

保護猫カフェ、東京キャットガーディアンにお邪魔しました。
猫カフェは有名だけど、“保護猫カフェ”を初めて聞く人は多いかも。
ここは、居場所をなくしてしまった猫たちが新しいおうちを探す場所。

ドアを開けると…

　あたたかい日差しが差し込む午後。
一歩足を踏み入れると、天井の高い開放的な空間。ジャングルジム、ふかふかのクッションの上、椅子の下。思い思いの場所で、それぞれの時間を過ごす猫たち。
保護猫と、新しい飼い主さんの出会う場所、東京キャットガーディアン。年間 700 頭以上の保護猫が譲渡されているんだって。

『ずっとのおうちを探しているんです』

　NPO 法人東京キャットガーディアンの代表、山本さんは言います。譲渡を決めるときに一番大切にしているのは、新しい飼い主さんとの面談なんだとか。保護猫たちの将来を想っているからこそ、新しいおうち選びは慎重に行います。猫たちにとって、自由気ままに、心地よく過ごせる“ずっとのおうち”が見つかりますように。

東京キャットガーディアンでは、入場料の代わりに、
寄付という形で保護猫たちの居場所づくりをお手伝いできるんです。
新しい猫を迎える予定がなくても、気軽に足を運んでみては？

東京キャットガーディアン
住所：東京都豊島区南大塚 3-50-1 ウィンドビル 5F
TEL：070-6529-1812
公式サイト：https://tokyocatguardian.org/open_shelter/
営業時間：平日 14：00 ～ 18：00　土日祝日 13：00 ～ 18：00

ちょっといいもの

ちょっとの思いやりで環境に優しく、人に優しく、動物に優しく。
そんな、「地球の誰かに優しい暮らし」をする
ヒントになるアイテムをご紹介。

Frosch® -dishwashing liquid-

私たちの生活に欠かせない食器用洗剤。Frosch® は、生産材料の調達から使用後まで全てのフェーズで環境に配慮した取り組みがされています。例えば、洗剤に使われている原料は、100%再生可能な植物由来の洗浄成分。商品の輸送では、輸送距離を減らすことで CO^2 の排出を押さえています。また、使用後の洗剤はほぼ100%自然に還るんだそう。※本質的生分解度試験（OECD 302B）による。

VANILLABEANS Tablet Chocolate -chocolate-

「チョコレートで世界を幸せに」をモットーに、横浜でチョコレートの販売を行う VANILLABEANS（バニラビーンズ）。2006年にカカオ農園の決して豊かとは言えない現状を知り、「農園で働く人たちを支えたい」と思ったそう。翌年には、フェアトレードチョコの販売を始めました。そんな想いの詰まったチョコレートで一息ついてみたら、きっと素敵な1日になるのでは？

Davinesessential Shampoo Bar -shampoo-

髪質に合わせて選べる4種の固形シャンプー。それぞれに、イタリアで栽培された地中海地方の植物由来成分が入っています。地域固有の品種を取り入れることで、種の保存をお手伝い。生態系を守っているんです。さらに、このパッケージはプラスチックフリー、リサイクルできる素材を使用してるみたい。毎日使うシャンプーだからこそ、地球に優しいアイテムを。

えらぶ、味わう

最近よく耳にする“ヴィーガン料理”
動物性食品を使わない完全菜食の料理のことなんです。
大豆ミートを使って、ヴィーガンカレーを作ってみました。

大豆ミートカレー Soy Meat Curry

材料（4人前）

大豆ミート（ミンチ）	250g
ピーマン	2個
玉ねぎ	半個
にんじん	1個
にんにく	1片
カレー粉	大さじ3
ウスターソース	大さじ3
トマト缶	1缶
レモン汁	小さじ1
酒	大さじ2
塩・こしょう	少々

1 玉ねぎ・にんじん・ピーマンを
粗みじん切りにする。

2 フライパンにオリーブオイルと
みじん切りにしたニンニクを入れてじっくり弱火にかける。

3 大豆ミートを加え、
①で粗みじん切りした野菜を加えて炒める。

4 野菜がしんなりしてきたら、カレー粉・トマト缶・ウスターソース・酒を加え、
汁気がなくなってきたらレモン汁を加えて混ぜる。

5 仕上げに塩・こしょうで味をととのえる。
全体を混ぜたら出来上がり！

style table
DAIKANYAMA

“エシカル・サスティナブル・ヴィーガン”をコンセプトにした
セレクトショップブランド『 style table 』。
自分にとって心地いいことが、地球環境にとっても優しくて、
家族にとって健康的なことが、誰かの未来が良くなることに繋がるように。
そんな願いが込められたモノ・コトをお届けします。

公式サイトはこちら！

Skin care

“国産”にこだわったオーガニックコスメ

オリジナル発酵原料でキメの整った明るくなめらかな肌に導く『Be』のスキンケア。独自のオーガニック精油ブレンドによるさわやかで心地よい香りが魅力。無添加へのこだわりに加え、リサイクル PET を使用した容器、全ての製造工程を国産にこだわり輸送による CO2 を削減するなど、環境への優しさが詰まっています。

J O C P F

Dried fruit

カラダにも、社会にもヘルシーに

農薬・化学肥料・添加物・砂糖不使用、自然農法で育てられた果物を使用した『People Tree』のフェアトレードドライフルーツ。「女性の社会進出と安定した収入を、特産のフルーツでつくり出した仕事によりもたらしたい」という考えのもと、マダガスカルのリチーランドにて生産されています。

F V

Sunscreen

お肌と自然をどちらも美しく

海に入る前に塗る日焼け止めは、実は海に入ると流れ落ち、周辺のサンゴ礁に蓄積してしまうんです。その化学物質がサンゴの成長を妨げたり、白化を引き起こす等、海の生態系に大きな影響を及ぼすことも…。そこで開発された『サンゴに優しい日焼け止め』。自然由来成分 100%、美容成分 60%配合、SPF50+ を実現し、未来の自然とお肌をどちらも美しく保ちます。

OG OF PF NT

「自分」だけじゃなく、「誰か」を幸せにするモノたち。そんな思いやりの詰まったモノを
選んで使うって、なんだかちょっと豊かで素敵。そして、そんな選択が誰かの未来の居場所
を守ることに繋がりうるって知ってた？

ただの消費ではなく、使うことで地球や人、未来の社会に優しくなれるモノをお届けする、
エシカルセレクトショップ『style table』と『Ethical & SEA』。
そこには、“わたしたち”を幸せにするたくさんのヒントが隠されていました。

エシカルな選択のヒント

良いものを使いたいけれど、何を選んだら良いのか分からない。どんなイイコトがあるのか分かりにくい。
そんな声にお応えして、全ての商品には、「7つのアイコン」を付与しています。

style table の 7つのエシカルテーマ	J JAPAN MADE ジャパンメイド	O ORGANIC オーガニック成分配合	C CLIMATE CRISIS 気候危機	P PLASTIC FREE プラスチックフリー	V VEGAN ヴィーガン	F FAIR TRADE フェアトレード	N NATURAL 天然由来成分配合
Ethical & SEA の SEVEN STORIES	OG ORGANIC オーガニック成分配合	OF OCEAN FRIENDLY 水質汚染防止	PF PLASTIC FREE プラスチックフリー	GR GREEN RECOVERY 森林保護・CO2削減	FT FAIR TRADE フェアトレード	VG VEGAN ヴィーガン	NT NATURAL 自然由来成分配合

Hair oil

髪にハリを与え、潤いを届ける

ソイルアソシエーション認証、コスモス認証を取得しているオーガニック化粧品『インライトビューティー』のヘアオイル。全ての製品は、肌の栄養と再生に必要な天然成分を肌に還元するために、オーガニック植物由来のオイルを独自に抽出・ブレンドして開発しています。

OG OF PF GR FT VG

Ethical & SEA

アメリカ西海岸をテーマとしたライフスタイルショップ『 Ethical & SEA 』。
“オーガニック・オーシャンフレンドリー”をメインキーワードに、
海や地球環境、SDGs に配慮した商品を多数取り揃えています。

あなたにとって気持ちのよい、意志を持った選択が、
あなたの生活をより豊かにすると信じて。
そんな新たな選択をするきっかけとなるブランドを目指しています。

公式サイトはこちら！

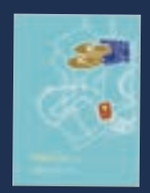
“ヒト”を映し出すことで“ヒト”を動かす

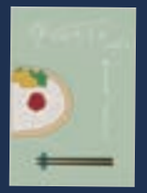
HearTo project

人に耳を傾け、Hear to
その心　Heart　を伝える。

HearTo

インタビューを通して、さまざまな人の想い、
新たな価値観を知り、そして広げていくことを
目指すインタビューフリーペーパー。





POLARIS

夜空に瞬く北極星（Polaris）のように、三者三様の生き方を知ることで未来を照らす１つの指針になってほしいという願いを込めた、国際協力に携わる方々へのインタビューイベント。

instagram @heatopjt
Twitter @HearToPJT

公式 HP

慶応義塾大学
公認学生団体 S.A.L.

余白を愉しむ。

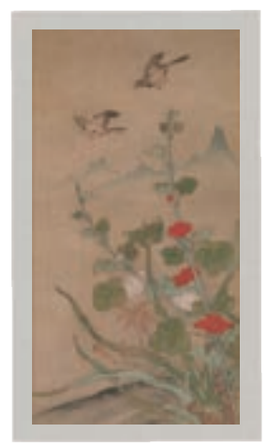
学校、アルバイト、友達との時間。
思い返してみると、
あれもしなきゃ、これもしなきゃ、って
毎日せわしなく動いてる人も多いんじゃないかな。
そんな生活もきっと充実しているけど、
他にも生活を豊かにする方法があるのかも。

絵画と余白の美

日本画 Ink Painting

「白紙も模様のうちなれば心にてふさぐべし」

江戸時代の日本画家である土佐光起が、絵画技法について述べた書物での一言。何もない白紙の部分もまた、模様のひとつであるのだから、心でそれを埋めてみるべきだ、と解釈できるみたい。



確かに、絵画の余白部分は「空気」や「時間」など、さまざまに解釈できるよね。余白を活用した水墨画はいくつも存在して、日本では古くから余白が絵画の一要素として受け入れられてきたことが分かります。現代を生きる日本人の多くが感覚的に知っている余白の美しさは、遠い昔から受け継がれてきた美的感覚なのかも。

西洋画 Oil Painting

西洋画と言われて想像するのは、やっぱり油絵。油絵を描くときは、まずキャンバス全体に薄く下塗りをするんだって。そうすることで、重ね塗りした色に深みを出して、色を載せなかった部分が浮いてしまうことを防げるんだとか。水墨画は余白を活かした芸術なのに対し、油絵は余白を埋めるところから始まる芸術なのって、なんだか対照的で面白い。

日本人の中で古くから根ざしてきた「余白の美」という感覚。余白の美しさって水墨画のような芸術にだけ存在するものなのかな。例えば、「行間を読む」という言葉。文章には直接表現されていない筆者の真意を汲み取る、そんな意味があるんです。行間によって時間の経過が表されていたり、会話の間を感じたりすることができるよね。それがまた小説を豊かにするから、「余白の美」のひとつと言えるかも。じゃあ日常生活ではどうだろう。私たちの生活に余白があれば、もっと豊かになるのかな。

日常の余白を感じる

「何もしない贅沢」をコンセプトにする
古民家空間・リトレアに行ってみました。
ここでは「読む」「書く」「考える」などを通して、
ひとりの時間を贅沢に味わうことができます。

RETREA　Healing Lounge - リトレア　ヒーリングラウンジ -
ADDRESS：〒110-0003
東京都台東区根岸 3 丁目 6-23-12　※現在は閉業中

No01 書く - Write -

パソコンに向かっている時間が長いと、まっさらな紙にペンを走らせることも久しいんじゃないかな。けれど、いざペンを片手に書いてみるとびっくり。いつも頭の中で考えていることが、文字となって紙に書き起こされるのはとても心地がいいんです。どんどん書きたいことが浮かんで、気づけば何もなかったページが文字で埋め尽くされちゃった。“書く”ことは、自分と向き合うことができる瞬間でもあります。「あれ、私ってこんな字書いてたっけ？」中にはこんな気づきもあるかも。

No02 考える - Think -

情報の波にもまれて、いっぱいいっぱいになっちゃうときってあるよね。そんなときには、ゆっくり過ごす 1 日も良いかも。ふかふかなソファに座り、観葉植物を見つめながらただぼーっとしてみる。使いすぎちゃった頭の中を、今日はリセットしてみて。ひとりで思いを巡らせるのもいいね。あの日の思い出、家族・友達のこと、自分の将来のこと。ふとした瞬間にスマホを触りがちな現代、なんだかその時間がすごく新鮮で贅沢なものだと感じるかも。

No03 読む - Read -

いつもはつい音楽を聞いちゃう時間に、読書をしてみるのもいいかも。なかなか活字に触れない人も、本のページをめくってみると、なんだかすごく新鮮な気持ちに。心地よい静寂の中、いつの間にか本の世界に引き込まれる。お気に入りのご飯を口にしながら、早速続きを読んでみよう。

絵画の中の余白。日常の中の余白。
私たちの周りは、実は“余白”で溢れているのかも。
学校のこと、仕事のこと、人間関係のこと。
いろんなことでいっぱいいっぱいになったときは、
一度立ち止まってみるのもいい。
周りを見渡してみれば、生活が豊かになるヒントがきっと隠されてる。
そんな余白の中に、私たちの居場所があるのかも。

KOMUGI
NO
IBASYO

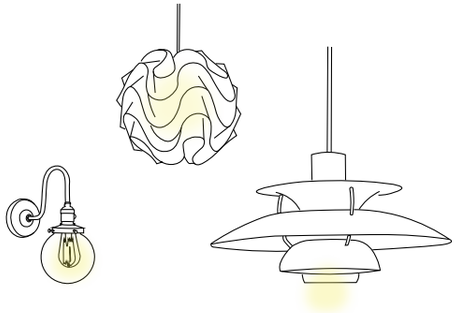
小麦の居場所、今日から考えてみませんか？

「おいしい」はひとときだけじゃなく、
この先もずっと味わいたいよね。

小麦の力は無限大。
パリパリのクロワッサンにも、
サクサクのメロンパンにもなれちゃう。
でも実は、私たちが消費している小麦の約 90% は外国から
来ているんです。

つまり、日本の小麦自給率は 10% 程度しかないということ。
この食料自給率の問題から、国産小麦への注目は高まってい
るけれど、まだまだ現状は改善されれていないみたい。

こんなにも他の国からの食糧に頼っていたら、
もしかしたら日本で小麦が手に入らない日がきてしまうかも。



▼公式ホームページはこちら

@magadipita

@MAGADIPITA

CREDIT

Editor in Chief　Amane Imai

Creative Directers　Momoa Oshima
Rio Hirano

Editorial Designers　Seiya Itagaki
Rinna Yamaguchi
Yoshika Hida
Yurika Hirata
Hitomi Nakahira
Kaho Ito
Miyu Ito
Sayako Hatanaka

Publisher　慶応義塾大学公認学生団体 S.A.L.
https://www.salkeio.com

Sponserships

FLAG

Ethical & SEA

style table DAIKANYAMA

Editor's note

一息つこう、とふらっと立ち寄ったカフェ。
カウンター席に腰かけ、ドリップコーヒーをオーダーする。
店内に流れるジャズミュージック、がりがりと豆を挽く音、
お湯を注ぐと立ちのぼる湯気、運ばれてきたコーヒーの香り。

そんなひとつひとつの場面を味わいながら
静かな店内でひとり、なにをするでもなく時間を過ごす。

しばらくコーヒーを愉しんでいると、バリスタが話しかけてきた。
初めこそ驚いたが、話していくうちに自然と打ち解け、話に花が咲いた。
時間潰しに入ったはずなのに、お土産を持って帰るような、なんだかあたたかい気持ち。
この空間も、初めは知らない場所だったのに、ずっと前から知っていたみたいだ。

次の週末、同じ店の前を通る。
この前の記憶が思い出され、足を踏み入れたくなる。
あの空間やバリスタが恋しくなる、そんな気持ち。

自分の知らない場所は、誰かにとっての「好き」かもしれない。

行きつけのカフェもいいけれど、
たまには勇気を出して「知らない」ところへ。

「知らない」があなたにとっての
「好き」な場所と、人と、ものになる。
思いがけない出会いにはわくわくがつまっている。

まずは、この一冊から。
あなたも、serendipityに出会えたら。