



今日からできる 『社会貢献』

心豊かに食べること

第7回

(株)NTTデータ経営研究所
村橋 保春



みんなで食べること
— 食育の原点 —

今年も多くの新社会人が晴れがましい気持ちで4月を迎えられたことと思う。経済情勢の厳しいなかで勝ち取った職場はゴールではなく、新しい自分を演じる舞台である。職場という舞台で大いに新しい自分を見出し、能力を発揮されることを心から期待したい。

私はデイベロツパー会社で新社会人のスタートを切った。土地や建物に投資をし、地域や施設を開発する仕事である。いろんな人たちの権利関係を調整し、賛同と協力を得て新しい街をつくる。煎じ詰めれば、人間関係をいかにつくるかが仕事である。入社して最初に先輩から言われた言葉が「とにかく人といっしょに食事をしろ」であった。いっしょに食事をすれば、ほとんどの人は気心が知れ仲間良くなるものであるというのである。確かにいっしょに食事をすると話も弾み、相手の好みや考え方も聞くことができる。何より満腹

感という幸せが、お互いの気持ち解きほぐすことになるのかもしれない。

多くの仲間と食事をするということはきわめて社会性の高い行為である。動物の世界では食べ物がある。唯一の財産であり、生命を維持するために常に確保しなければならぬ。ほかから横取りされないように、見つかりにくい場所ですこっそりと食べることは多い。みんなの目の前に食べ物を置き、奪い合うことなく楽しく食べるためにはしっかりと社会的ルールが必要である。

「食育」の大切さが唱えられて久しい。国は、食育とは生きるうえでの基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することのできる人間を育てることとされている。食育は知育などよりもっと幼いときから施される教育であると位置づけている。まさに赤ん坊のころから親兄弟に囲まれ

ながら食事をすることで社会性を育んでいるといえる。



体の源としての食べ物
— 旬のものと地産地消 —

全国各地を訪れると、郷土料理をいただく機会に恵まれることがある。地元の名産を旬の時期にいただく幸せは、地域のファンづくりに貢献している。たとえば鍋料理。石狩鍋、芋煮、どぜう鍋、味噌煮込みうどん、はりはり鍋、土手鍋、水炊きなどなど。いずれも地域ならではの食材と加工技術を活かしてのご馳走である。最近ではこれにご当地B級グルメが勢いをつける。昔から取り上げられていたラーメン、そばなどの麺類や焼き鳥、練り物、漬物、おにぎりにとどまらず、いろいろな料理が登場している。地域おこしを主な目的にしていることから、わざわざその地域を訪れないと食べられない食材や伝統の加工方法を駆使しているものが多い。

キーフレーズは「旬のものを地元で食べよう(地産地消)」である。



高知市 ひろめ市場

郷土料理はそれぞれの地域で農作物、漁獲物など得られた食材を利用し、料理法に工夫を凝らし食べつないできたものである。歴史風土、生活習慣に裏打ちされた地域が誇る文化である。確かに、塩分が多すぎるとか、別の食材を加えることでより滋味に富む料理になるなど難点や改善点はあるかもしれない。郷土料理をベースにした発展形として新しい郷土料理を開発していくことが大切である。全国各地で活躍するオーベルジュ（宿泊設備を兼備したレストラン）

では、地域の食材を活かした新しい料理を次々と生み出し、そうした料理を求めてお客様が詰めかけている。

企業社会が進展し効率的な暮らし方が求められるなかで食生活の欧米化が進み、物流機能も発達したことから、地元の食材に限定されないで食生活を送ることは可能となった。しかし生産性、効率性を重視しファストフードなどの簡便な食事、高カロリーな食事を取りつづけることで、メタボリックシンドロームなど食生活を原因とした健康障害が発生している。改めて体の源は食べ物であることが見直されている。

旬のものを食べる、地産地消を進めることは、食と体、食と暮らしを原点から問い直すふさわしい機会である。そのうえ、地域の農林水産業や食品関連産業、飲食サービス業などを支援することにもつながる。農商工連携はこれからの社会の基本的あり方である。しっかりと考えていきたい。



ゆつくり食事ができる社会 —豊かな暮らしの指標—

テレビのバラエティ番組のなかに、家族の食卓にお邪魔していつしょに食事をするといったジャンルがある。最近人気が高まっている。訪問する家族が大家族であるほど、番組はつくりやすい。最近

生まれた孫をひざの上におき、ご満悦のおじいさん。おじいさんのひざを取られた長男夫婦の孫は所在なく食卓の周りをうろつく。次男の嫁は新たな家族を加える役割を果たし、ほっとした表情で箸を進める。おばあさんも長男の嫁も母として妻として、次男の嫁を優しく見つめる。曾おばあさんは家族の要として食卓の一番奥に小さくこやかに座っている。どのアングルを撮っても、今の日本が取り戻したい家族の団欒がある。

戦後の復興、高度成長期を通じて、モノの観点からは満たされた生活ができるようになった。そのこと自体はふさわしい成果である。しかし人々はココロの観点から

も豊かな暮らしを求め始めているのではないか。「ゆつくり食事ができる」ことは豊かさを測る指標のひとつとして取り上げることができる。

街の茶の間というお店があった。大学と商店街とが連携して、食育をテーマとしたレストランである。多くのお母さんと子どもたちで賑わった。子どもたちにとって望ましい食べ物は何か、どのような食べ方がふさわしいか、そうしたことを教えてくれるレストランである。残念ながら同レストランは閉店したが、レストランで教えてもらった話はお母さんたちを勇気づけ、お母さん同士のネットワークをつくることとなった。大家族で食事をする機会の少ない人たちにあって、同じような仲間がゆつくり食事ができる場面を今後ともつくり上げていくことが大切である。

食育、地産地消、食事の集いなどいろいろな取り組みが考えられる。積極的に取り組んでいただければ、願っている。