

特別読み切り

食育 Essay 58

食から元気なからだと豊かな心を

「おいしい」という言葉は、
家族を支える宝物のような言葉
「おいしい」を
粗末にせず手を動かすことの豊かさ



最 愛の父が天に召されて三か月。台所仕事をしながら見える食卓に、父の姿が見えないことにまだ慣れない日々ですが、テーブルの上に飾られた写真を見ながらせせと母の食事を準備する毎日。歯が悪くなりやわらかいものしか口にすることができなかった父のために、努めてやわらかく煮込んだ日々から、八十七歳でも1本も失うことなく丈夫な歯を持つ母の食事作りは全く異なり、少し拍子抜けするような食事作り。

父の姿はないのですが、その席から聞こえてくるのは「おいしいね」という言葉。かぼちゃの甘煮、カリフラワーとかぶの豆乳鍋、カレーライスと、忙しい私に気を遣い何を食べても「おいしいね」と口にしていた父のその言葉に支えられ、台所仕事をしていたことに今さらながら気づき、もっと

美味しい料理をつくれればよかった、もっと手の込んだ料理に挑戦すればよかったと後悔ばかりしている私。

そ の父が最期に口にしたのは一杯の緑茶。緑茶が好きだった父は、毎朝食卓に座るとまずは湯冷ましの器にお湯を入れて少し冷まし、その間に急須にお茶の葉を入れて、そしてお湯を注ぎ、そこでまたしばらく時間をかけ、亡くなった祖母の湯飲みと自分の湯飲みにお茶を注ぎゆっくりとお茶を飲むことが一日の始まり。祖母の写真の前には毎朝父がいたお茶が供えられていることも我が家の日常。入院してからは、いつでも緑茶を飲むことができるようにとポットにお茶を入れて届けていたのですが、その日は湯沸かし器を持参してベッドの上で自分で急須に茶葉を入れて、お湯を注ぎ久しぶりに口にしました緑茶。「おいしい」とゆっくりとじっくりと味わうようにして飲んだ一杯のお茶。

食は命をつなぐ大切なことだとわかってはいましたが、「おいしい」という言葉が家族を支える宝物のような言葉であることに今さらながら気づき、「おいしい」を粗末にせず、手を動かすことの豊かさを感じ考えながら、今日も台所に立つ私。

桜 満開のあの日から庭の景色は緑濃く変化し、季節は夏に。あの世にもきっと「おいしい」ものがたくさんあるのだと思うと、今頃天国の皆さんと共に大好きな日本酒を飲んでいるにちがいないと思い立ち、「さあ、くよくよしてはいられない！」久しぶりにウエルの街へ「おいしい」を求めにでかけようと張り切るジュンコ先生。

父が遺した「おいしい」という言葉と共に。

- 書き手 - 千葉幼稚園 園長 岡本 潤子

