

特別読み切り

食育 Essay 61

食から元気なからだと豊かな心を

家族との食卓の風景の温かな思い出
家族を思う心の豊かさ
食は心の温かさにつながる



「ジ ユンコ先生、食育エッセー読みましたよ！」とお声をかけられることが多いこの頃。へえ～読んでくださっているんだ～とちょっと嬉しい気分。

今回で61回目を数えるようなので、年間4回で16年近くも書いているんだ～と思いながら、月日の速さに驚いてもあります。『特別読み切り食育エッセー』ですから1回きりだと思っていたのですが、こんなに続いてこれも嬉しいかぎり。

タイトルが食育となっていますので、食育に関することを書かなければならないのですが、堅苦しいことはなしで『食にまつわる私の話』になり、家族の話ばかりになっているかもしれません。それは家族の食卓の風景であり、私にとっては温かい思い出ばかり。意識してはきませんでした、

結果としてそうになっていることが不思議といえば不思議です。

新 しいマーガリンを箱から出してふたを開けて銀紙をはずすと、父が食卓のドアの木の溝にそのマーガリンが少しついた銀紙をワックス代りにキュッキュッと滑らせていたこと。サリーちゃんのアルミのお弁当箱の思い出、伯母と一緒に初めてクッキーを作った時のこと。思い出のすべてが私の心の財産です。

卵を見ると思い出すことは、母がいつも口にしていた母の幼少期のこと。「戦争の時、家族全員でお父さんの仕事場であった台湾で生活していたけれど貧しい生活だったの。それでもお父さんには卵を1個たべてもらい、私たち兄弟姉妹7人は1個を7人で分けていたの。お父さんは一生懸命元気で働いてもらわなければならないから一個だったの。それはお母さんが決めたこと。」とそう話していました。

この話を聞いて育った私は、そういう時代があったことと、お父さんに対する敬意と、そのようなことを感じたように思います。そこにも家族の温かさがあり、心の豊かさがあります。食は温かさにつながる……。そんなことを原稿を書くことを通して気づき始めた私。

や っぱり今年は午年。駿馬のごとく時が過ぎゆくクリスマスの季節もうすぐ。人と人とが直接関わらなくても不自由を感じない時代となっていますが、食だけは違う。人と人とが関わりながらそこに温かさがあるようにと願います。
ねっ！ウエルの皆さん。

- 書き手 - 千葉幼稚園 園長 岡本 潤子

