

提 言

子どもに食文化を根づかせよう

飯沼一字 (石巻赤十字病院院長・東北大学名誉教授)

最近日本は便利になり、食生活に苦勞しなくなった。デパート、スーパーマーケットやコンビニエンスストアに行けば、すでに料理された惣菜が並んでいる。一人暮らしに重宝なのは間違いない。しかしどれをとっても味はほぼ同じである。共働き家庭が多く、料理をしない家庭が多くなっていると聞く。そうなると、デパートやスーパーの味で育っている子どもたちが増えているのではないかと容易に想像される。

ましてや、マクドナルドに代表されるようなアメリカ生まれのファーストフードが世界を席卷し、多くの人がその味に慣らされている。

翻って、フランス料理や中華料理と並んで、日本料理は世界に誇る味をもっていると思うのだが、いま日本の味が守られているだろうか。私の個人的好みもあるので、誤解を招くかもしれないが、いつからか、日本の既成の料理は何もかもが「甘み」が「旨み」と同義になってしまっているようだ。ちょうどテレビで料理番組が始まったころ、料理研究家なる人が、いつも味付けに「ここで、お砂糖を少々」と言って、どっさりと砂糖を加えて料理を作っているのが染み付いてしまってるのだと思う。砂糖を加えず、あるいはごく少量にして、本来の味を引き立たせる料理はできないのだろうか。料理の腕に自信のある方々は、この私の挑発に乗ってみてほしい。

子どもの虫菌が多いのは砂糖のせいであるのは明白であるが、そんな理由よりも、本物の味を子どものころから教えることが、将来の日本のアイデンティティを築くうえで大切なのではないかと思う。

そのためには、家庭料理こそ基本である。ファーストフードや既成の惣菜に頼らず、それぞれの家庭の味を創り、子どもに伝えていってほしいと願う。



スーパーマーケットに並ぶ出来合いのお総菜