



食育と
コミュニケーションの
現場から

(財)ベターホーム協会では、従来の講座に加え、一昨年から「60歳からの男の基本料理の会」を開始。男性受講者数は年々右肩上がりが増えており、その総数は昨年約6700人となった

教室では、先生の話聞き漏らしまいと熱心にメモ



グリルを覗いて魚の焼け加減を確認。
受講者それぞれが率先して作業をこなす

(財)ベターホーム協会

男性の料理教室

料理が豊かにする 団塊世代の第二の人生



先生の説明を聞いた後、さっそく調理にとりかかる。材料の用意とある程度の下ごしらえはされているが、まずは慎重に調理過程をチェック



出来上がった料理をきれいに盛りつけ、みんなで会食



片づけも調理と同時に手際良く



コンロの火加減を調節。最初は、包丁をもったことがなかった人や米の研ぎ方さえ知らなかった人もいるという



財団法人 ベターホーム協会 大阪事務局

〒530-0012 大阪市北区芝田2-8-1

TEL.06-6376-2601

その日に自分が作った料理は、家に帰ってもう一度再現するそうだ。家族がおいしいと言って食べてくれるのがなによりうれしいという

男子、積極的に厨房に入るべし

ここは大阪・梅田にある料理教室の1室。この日のメニューに関する女性講師の説明に、受講者全員が熱心に聞き入っている。席を埋めているのは、年配の男性ばかりだ。

一つの調理台に三丁四人ずつの数グループで、全員で二〇数名。講師の先生の説明が終わると、グループごとに、この日の献立「新じゃがと豚肉の照り煮」「筍ごはん」「さわらの木の芽焼き」の調理にとりかかる。

レシピの紙と首っ引きの人もいれば、回ってくる先生をつかまえて、「どれくらい入れたらいいの?」と尋ねながらの人もいる。男性同士もグループ内で互いに役割を分担。チームで作業をこなすという様子で、どこか職場のような雰囲気も。

教室を運営するベターホーム協会(本部 東京)は、一五年以上前から「男性の料理」に取り組んできた。現在は一斉に定年を迎えつつある団塊世代に注目している。

同協会大阪事務局の山中陽子さんは言う。「健康に老後を過ごすためには、やはり食の管理が大切です。男性の方にも、生活の基礎技術としての料理のノウハウを身につけてほしい。今は 男子厨房に入らずの時代ではありませんので、最初の一步さえ踏み出せば、新鮮な仲間の方々と楽しく学ぶことができると思います」

教室の男性は、まさにそんな人たち。

調理の過程も順調に進むと、次第に余裕も出てくる。手際の良さに感心していると、「仕事のときより張り切ってるよ!」と口も滑らな。

「さわら、きれいに焼けましたね」、先生のお褒めの言葉に、男性たちもうれしそうだ。

「みなさん上達も早いんですよ。いろいろ料理をしてみたい、もっと知りたいという熱意がすごくあります」と先生の弁

参加者のお一人に、「なぜ料理なのですか?」と問うと、「料理をしたいというのは、実は前から思っていたこと。自分にとっては必要というよりも、趣味の世界を広げるためかな」との返事。

若い頃にやっていた楽器を再び手にしたり、スポーツを始めるのと同じだという。人にもよるだろうが、料理を学ぶことは、仕事を離れた自分自身の再確認にもつながることなのかもしれない。

実は多くの男性が、料理教室に通うことで、目に見えて変化する点があるという。同協会が実施したアンケートによると、家庭でも、後かたづけや家事の手伝いを自然にしてくれるようになった」とのこと。ご家族からの受けもかなり良い。

料理を通して自分の生き方をもう一度見つめ直すこと、それが自分の身のまわりのことをきちんと見直すことにもつながっていると言えそう。

(文責・CEL編集室)

CEL