

本の万華鏡

推薦者 奥村 彪生  
(おくむらあやお)

伝承料理研究家・元神戸山手大学教授。一九三七年和歌山県生まれ。神戸山手大学教授を退職後も、大阪市立大学大学院非常勤講師、安藤スボーツ食文化振興財団評議員、味の素食文化センター評議員、近畿地域野菜応援団会長などを務める。主な著書は、『おくむらあやおのこはん道楽―古今東西おいしい米料理(農文協)』、『健康和食のすすめ(海童社)』、『絵本、おくむらあやお ふるさとの伝承料理』全三巻(農文協)など。

『<sup>てんぞきょうくん</sup>典座教訓・赴粥飯法』

道元著、中村璋八・石川力山・中村信幸訳注

講談社学術文庫 一九九一年

私は食育という言葉は嫌いである。体育なら判るが、あまりにも短絡的すぎて意味不明である。食べ物が満ち溢れている時代に食を育ててどうなるのか。家庭料理が崩壊し、食物の自給率も四〇パーセントを割り、伝統的な日本の郷土の味が伝承されることもなく、国籍不明の料理がはらんし、味の個性も失われ、均一化された味の物を食べるという悲しむべき状況に日本は陥っている。しかも、食べ過ぎ、飲み過ぎのために生活習慣病が子供の世界にまで蔓延するに至った。

それを是正するために食生活を改め、かつ健全なる農林水産業の振興をはかり、自給率の向上と消費拡大をすすめる。そのためには人の教育こそが重大事。となると食育でなく、食教育であろう。もっと判り易くいえば、食べここの教育である。

食べここの教育は単なる料理づくりだけではない。歴史、文化、食事マナーも含めた人とのつき合い方、食材づくりの大切さ、そして食空間を含めた環境に配慮することも教え、学ぶ、全人格的教育の土台であると私は確信している。

食べここの機能は、単に生命をつなぎ、成長ならびに健康を促進するだけではない。疲れた時に甘い物を食べながら茶を飲むとホッとできるように、心を癒す精神的機能もある。食べる喜び、その味に感動する。そのことにより感謝の気持ちが湧いてくる。

また一皿の料理を分かち合い、会話をたのしみながら食べると、家族や友人、あるいは取引先の会社の方々とのコミュニケーションがとれる。一皿の料理がコミュニケーションをとる装置になり、社会的機能を果たしている。そのために、料亭やレストランでパーティをするとなると、参加する人はおしゃべりをし、かつ迎える側は会場をコーディネートするとなるとお金をかける。その結果、美的センスの向上と経済・産業的機能が生じる。

おいしい料理の基本は、おいしい食材から。これに技術やセンスを加えることにより、さらに昇華する。食文化の基本は食材づくり。そのためには、健全なる農林水産業の振興をはかななければならない。食べここの機能がも併せて周知させることも重要である。

朝は王様ののごとく、昼は王子のごとく、夜は貧者のごとく、きうちりと食べ、しっかり運動をして体力をつけ、読み書きそろばん、しっかり勉強をして、知力、学力、いわゆる脳をきたえることの基幹は食べここのことであることを知らしめてくれるのは本書である。



from editor's room

『講座食の文化 第7巻 食のゆくえ』石毛直道監修、田村眞八郎、井上如編 味の素食文化センター(1999年)  
 脳を豊かに育てる『食脳学』大島清 芽ばえ社(2001年)  
 『知っていますか子どもたちの食卓 食生活からからだと心がみえる』足立己幸、NHK『子どもたちの食卓』プロジェクト 日本放送出版協会(2000年)  
 『食と日本人の智慧』小泉武夫 岩波現代文庫(2002年)  
 『「食べもの神話」の落とし穴 - 巷にはびこるフードファディズム』高橋久仁子 講談社(2003年)  
 『変わる家族変わる食卓』岩村暢子 勁草書房(2003年)  
 『食べること生きること - 世界の宗教が語る食のはなし』奥田和子 編集工房ノア(2003年)  
 『子どもの脳力は「食べ方」で決まる』西村一郎 三水社(2003年)  
 『人は食によりて人となる - “食育”の最前線を巡る旅』歌代幸子 エイチアンドアイ(2003年)  
 『いのちの食卓』辰巳芳子 マガジンハウス(2004年)  
 『いただきますからはじめよう - みんなの食育講座』毎日新聞北海道支社報道部 寿郎社(2004年)

『大人の食育』服部幸應 日本放送出版協会(2004年)  
 『食卓の向こう側 1~8』西日本新聞社「食くらし」取材班 西日本新聞社(2004~06年)  
 『食卓文明論 - チャブ台はどこへ消えた?』石毛直道 中央公論新社(2005年)  
 『みんなで食育 - 食を育み、農・命・未来を育む』砂田登志子 全国農業会議所(2005年)  
 『平成18年版 食育白書』内閣府(2006年)  
 『台所の一万年 食べる営みの歴史と未来』山口昌伴 農山漁村文化協会(2006年)  
 『崩食と放食 - NHK日本人の食生活調査から』NHK放送文化研究所世論調査部編 日本放送出版協会(2006年)  
 『受け継ぎ創る食べここの文化』奥村彪生 農山漁村文化協会(2006年)  
 『いま「食べること」を問う 本能と文化の視点から』伏木亨、山極寿一 農山漁村文化協会(2006年)  
 『食べておきたい食の世界 あけてみよう!食育の玉手箱』大谷貴美子、富田圭子、北岡久美 久美(2007年)  
 『亡食の時代』産経新聞「食」取材班 産経新聞出版(2007年)