

食と私

12 グループ 松本 咲綺 (まつもと さき)

【紹介文・散歩に行ってみて】

わたしのにとって大切な社会は『食』です。その理由は、実家を離れて1人暮らしをするようになってから毎日自分一人で食事を作ったり、食べたりするようになったからです。今までになかった経験だったため、改めて親のありがたみを感じると同時に、栄養バランスのとれた食事がどれだけ大切かを知りました。

散歩では秋田駅前にある『末廣』というラーメン屋さんに行きました。わたしは今まで母の作るラーメンしか食べられなかったのですが、秋田に来て初めてお店のラーメンを完食できたのが、このラーメン屋さんでした。わたしのイチオシは塩バターラーメンです。また、ラーメンがおいしいことで有名だという秋田の文化の一部に、初めてふれることができた思い出のお店でもあります。2回目の顔合わせにもかかわらず、メンバーのみんなと協力しながら行動できたと思います。わたしたちのすぐ目の前でラーメンを作ってくれたので、作る工程を初めて見た留学生たちがとても感動していたのが印象的でした。また留学生との会話の中で、中国では麺を食べる時でも音を立てて食べるのはマナー違反だということ、日本人のように麺をすすって食べるのは難しいなど、お互いの文化について教え合い共有でき、とても勉強になりました。

秋田にきてからわたしの生活の中で『食』は今まで以上に大部分を占めるようになりましたし、作ったり、食べたりすることが楽しみの1つにもなりました。また今回『食』という1つの社会を通して、留学生たちとコミュニケーションをとることは勉強にもなるし、とても楽しいと感じられたいい機会になりました。これからも『食』という社会を大切にしていきたいと思いました。

【話し合いの結果】

グループのみんなは全員一人暮らしで、自炊をしています。最近寒くなってきていよいよ鍋のシーズンが到来したこともあり、友達と鍋を囲むことも多いようです。鍋はたくさんの野菜を摂ることができ、体も温まるので健康にも良いです。大学生になり自炊をするようになってから、親がどれだけ家族の健康を考えた食事を作っていたか改めて気づかされた人もいました。自炊をすることは大変ではありますが、健康が重要視されている現代だからこそ、栄養のバランスをしっかり考えた食事をするように心がけている人が多かったです。

一人暮らしを始めてから今まで作った料理を振り返ってみると、母と祖母がバランスを考えた食事を作ってくれたように、わたしも栄養バランスを第一に考えた食事を作っていることがわかりました。また味も、ホームページや本に掲載されているレシピを参考にした後に、母の料理の味に近づけるように調整したりもします。和、洋、中、様々な種類の料理がありますが、洋食を作ることが多いと思います。洋食は少し工夫するだけでカロリーを抑えられることができますし、

フライパン一つで簡単に作れるものがたくさんあるからです。どんなものを作る時でも野菜不足にならないようにこれからも意識していきたいと思います。

【食と私】

私の祖母は毎年夏になると、家のそばに植えてある梅の木から黄色く、真ん丸と熟した実を取り、梅ジュースや梅干しを作ります。梅ジュースは水と氷で割って飲むのですが、梅の甘酸っぱくてさわやかな香りが夏の蒸し暑さを吹き飛ばします。梅干しは、風邪を引いた時のおかゆやお弁当のおにぎり、大好物の豚カツの中にいつも入っていました。小さい頃からずっと祖母が作る昔ながらのしょっぱい梅干しを食べてきたので、市販の梅干しを食べたことがありません。また、わたしの祖母は港町に住んでいるので、小さい頃から生ガキやあん肝など大人でも好き嫌いがはっきりと分かれるような独特の風味を持つものを食べてきました。大学の友達に聞いても、食べたことのない魚を食べてきたので、他の人にとってあまりなじみのないものでもわたしにとっては日常的なものです。そういう点で、小さい頃からわたしの周りにはたくさんの『食』があふれていて、とても恵まれていたと改めて感じます。祖母の作る料理は、祖母と共に私の成長をずっと支えてきてくれたと思います。このように何でも手作りのものを食べさせてくれる祖母に似たわたしの母も、いつも手作りのものを食べさせてくれました。高校受験、大学受験の勉強のため毎日夜遅くまで塾に通っていた時も、周りの友達コンビニのおにぎりやパン、ファストフードを買って食べていましたが、わたしはいつも母手作りのお弁当を持参していました。母の作るおにぎりは巨大で具も多く、その分たくさんの愛情が込められていました。勉強で辛くなった時も、お弁当を食べ、家族の存在を感じられたことで頑張れたことがたくさんありました。悲しい時も辛い時も、どんな時でもわたしのそばには心温まる『食』がありました。

今までのこのような体験と一人暮らしの体験からわたしは『食』の大切さを学んだと同時に、食事を作ることも食べることもこれまで以上に好きになりました。食事を作ることや食べることはわたしの生活において生きがいであり、癒しの一つだと思います。帰宅時間が遅くなり、疲れしている時でも自分で作って食べたいと思えるのは、この時間が一日の中でわたしの身も心も癒してくれるからです。野菜、お肉、お魚などすべてのものには命があり、わたしたちはそれを毎食少しずついただきます。野菜やお肉を切るために触れている手から、目には見えないけれど確かな命のパワーを感じることができます。この命のパワーが癒しをもたらしてくれているのかもしれない。わたしにとってこの時間は大学で授業を受けたり、アルバイトをしたり、部活をしたりと、すべての活動を行う原動力なのです。

祖母や母をはじめとする家族みんなが教えてくれた『食』はわたしの人生の中でとても大事なものであり、心を豊かにしてくれるものでもあります。わたしの中で『食』がいかに大切だと分かった今、将来の自分の子どもなどたくさん子どもたちに『食』の大切さ、楽しさ、あつたかさ、ありがたさを伝えていきたいと思うようになりました。『食』は性別、世代、人種など関係無く人と人、心と心をつなげる一つの社会だと知ることができました。

【社会とは何か】

社会という言葉で辞書で調べると①人間が集まって共同生活を営む際に人々の関係の総体が一つの輪郭をもって現れる場合の、その集団。自然的に発生したものと、利益、目的などに基づいて人為的に作られたものがある。②同類の仲間 このように書かれていました。わたし自身、社会という言葉の思い浮かべたとき、人間と人間の共同体であるというイメージをもちました。家族や友達、地元、大学、アルバイトなど毎日たくさんの人との関わりの中で私たちは生きています。しかし、人との関わりを社会と考える視点がある一方で人ではないもの、たとえば今回わたしがテーマとして選んだ『食』も社会の一つの視点であるのではないかと考えました。人と人の関わりがお互いに影響を及ぼすように、人と食も別物ではありますが、お互いに影響を及ぼし合おうと思ったからです。今回の学習では影響を与え合い、より良い方向を求めていくことに、人間であるかないかは関係ないと気づくいい機会になったと思います。

【クラスについての感想】

私のグループは日本人二人、韓国人一人、中国人一人という構成でした。毎回社会について話し合っていると、その人の今までの人生や今の大学生活が、社会への考え方、意識に大きく反映されていることがわかりました。毎回同じメンバーで話し合いを続けたことで、限られた時間ではありましたがお互いのことに興味を持ち、積極的な関わり合いができたのでよかったと思います。