



食べて育つ

園長 野中 泉

「うちの給食はおいしくて、自慢なんですよ」。アトムに来る人には、私は決まっとう言います。「立派な昆布とたっぷりのカツオでおいしい『お出汁』を毎朝とって、化学調味料は一切使わないんです」。この自慢は、もちろん私の手柄ではなく、初代の栄養士のかねいっちゃん（現・金石理事）が「子どもたちに、おいしくて栄養たっぷりのご飯を食べさせてあげたいな」と一生懸命に勉強し試行錯誤を重ねて作ってくれた給食の基礎を、何十年の間、代々の給食室メンバーが大事に引き継いでくれたからこそこの「自慢」です。

7月の職員会議のテーマは「食育」でした。今年度の食育計画をつくっている過程での話し合いだったのですが、今の子どもたちの「食」で気になること、大事にしたいことを話す前に、自分たちの食の「原風景」、子どもときの「食にまつわる」思い出を語り合ってみました。「四人兄弟で母子家庭、とにかく貧乏だった。おやつは「昆布」。食材は、母のつくる何種類かの野菜か、親戚がくれる魚。決まったものだけ。だから、私は今でも、食べつけていないものは苦手。すぐく偏食だと思う。社会人になって給料もらって、よし、好きなもの食べるぞ！って、それこそポテトチップスとか大人買い。世の中には、こんなに美味しい物がいっぱいあるんだと思った笑」「小さい頃は、親の畑に勝手に入って、きゅうりもトマトも丸ままかじってた。バリバリかじって、まだ青くて硬ければペッて出して。たくましかった。今の子たちって、かじったり、かんだり、へたくそやなあと思う」「子どもの頃は山では、木の実をとって食べたし、サルビアとかの花の蜜は全部吸った。今は清潔とかにうるさすぎるよねと思っているのに、保育士としては、慎重にもなっていて、自分で矛盾してるなとも思う。」「昔のお母さんって、賞味期限とか見てなかったよね。匂いかいで、なめてみて、すっぱい、アッ腐ってるわって（笑）」と出てくる、出てくる。いつもの会議では、どちらかという口が重くなりがちメンバーも「食」の思い出は、いい思い出も、苦い思い出も、誰もが饒舌で話がつきませんでした。

私はと聞かれたら、この季節なら、プールの帰りに父が買ってくれたおでんの味を思い出します。実家から歩いて5分の公園に区民プールがあり、家で仕事をしていた父が、夏休みは毎日のように私と弟をプールに連れて行ってくれました。プールから出ると汚い屋台が出ていて、おでんを売っていました。潔癖な母なら眉をひそめそうな屋台ですし、味もたぶんそれなりだったのでしょう。でも、プール帰りにだけ特別に、父が私と弟に一つずつ買ってくれたあの夏のおでんは、プールで冷えた体にしみて、とびきり美味しかったと父が亡くなった後も弟と時々思い出すのです。改めて、こうしてみんなで語り合ってみると『食べること』は、ただ胃袋を満たすだけでなく、その人の生きてきた人生ととても密接に重なっているなと再確認する、そんな時間でした。

会議では、その後、子どもたちの咀嚼力（噛む力）の低下や、食への意欲の弱まりなど気になることを話し合っていたのですが、その中で、0歳児の「手づかみ食べ」のことも話題にあがりました。「手づかみ」というと一見、行儀が悪い行為のようにですが、0歳児の離乳食のある時期においては、とても大切なことです。やわらかいおかゆを口にスプーンで運んでもらいモグモグごっくと飲み込む時期をすぎて、少し形のある食べ物を食べられるようになった頃、子どもたちの前に食べ物を出すと、「早く食べたいな」と身を乗り出して、手を伸ばし、自分で食べ物をつかんで口に運びます。（もちろん、最初は上手に食べられないので、手も口のまわりも、テーブルも床も、ぐちゃぐちゃになります）。ところが、この数年、ある時期が来ても、手づかみ食べをしようとして、つまり自分から「食べ物」に手を出さない子が気になるようになりました。それも、ひとり、ふたりではなくて、何人もいます。してもらうことに慣れすぎているのか。はたまた、そもそもあまり空腹ではないのか…。「食べることは、生きることと重なっている」と話したばかりだからこそ、改めて考え込まずにはいられませんでした。

懇談会でも、食のことについては、たくさんのお悩みが出ます。お母さん、お父さんたちとも、「食べること」を真ん中に、もっと、もっと、たくさん話したいなと思っています。

