

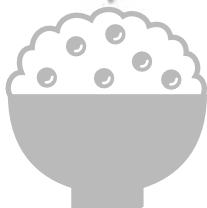
食卓がつなぐ「家族の絆」



皆さんが子どものころ、家庭の食卓にはどのような料理が並んでいたでしょうか。料理をつくってくれた人、いっしょに食卓を囲んだ人はどんな人で、その場所にはどのような空気が流れていたでしょうか。

今回は、食卓という場所をおして見えてくる「家族の絆」について考えます。

「父の日」 の 豆ご飯



六月のある日。山形県に住む島田裕子さん（55歳）は、こんな携帯メールを子どもたちに送りました。

三人の子どもたちは進学や就職を機に郷里を離れ、裕子さんは数年前から夫の和男さん（58歳）との二人暮らしになりました。一人、また一人と巣立っていったときは、家の中が急に寂しくなったように感じたのですが、今では日々のちよつとした出来事をメールで知らせ合うのが家族の楽しみの一つ。今回は週末の「父の日」に向けて、きょうだいで相談して

「お父さんへのプレゼント、今日届きました。「父の日」に驚いた顔を見るのが楽しみです。また報告しますね」

プレゼントを用意してくれたようです。

その日の夕方、まずは一通目の返事が届きました。東京で働いている長女の晶子さん（24歳）からです。

「今年はお母さんの豆ご飯が食べられなくて残念！ その日は私も炊いてみようかな。お父さんによろしく」

「父の日」と言えば豆ご飯。それは島田家の習慣でした。裕子さんは子どもたちが小さかったころから、父の日には毎年、今が旬のえんどう豆をたっぷり使ったご飯を炊いていたのです。

——初めて晶子といっしょに「父の日」のお料理をつくったのは、あの子がいくつのころだったかしら。「晶子がつくったのよ」って言ったら、お父さんはいつもよりおいしそうに食べてくれた。



お兄ちゃんたちは、いつだって競うように豆ご飯をお代わりしていたつけ——。晶子さんのメールから、家族そろって囲んだ食卓の思い出が次々によみがえり、裕子さんの心は炊きたての豆ご飯のようにはっきりと温まったのでした。

「家庭の食卓」の意味

「食卓」という言葉が使われたとき、私たちはそこに「食事に用いるテーブル」という以上の何かを感じます。例えば、テーブルの上に並ぶ料理の内容。一つのテーブルをいっしょに囲む人たちの顔ぶれ。そこで交わされる会話や、かもし出される雰囲気。多くの人は、「おふくろの味」が並べられ、家族が談笑する場という、温かな「家庭の食卓」を連想するのではないのでしょうか。

NHKが平成十八年に行った「食生活に関する世論調査」では、「あなたが『自分たちは家族だな』と感じるのは、家族でどんなことをしているときでしょうか」（複数回答可）という設問がなされています。

す。ここで「何もしていなくても家族だと感じる」（五二パーセント）に次いで多かったのが、「ふだんいっしょに食事をしているとき」（四三パーセント）という回答でした（参考〳NHK放送文化研究所世論調査部編『崩食と放食——NHK日本人の食生活調査から』）。

また、ひと昔前までの家庭の食卓には、家族の皆がそろい、「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶やお箸の使い方など、子どもたちに食事の作法を正しく身につけさせるための躰の場としての機能も重視されていました。そこで伝えられることは、これからの人生において健康を維持していくための食生活の基礎で

あつたり、日本、そしてその家庭の習慣や味覚という伝統であつたりもします。

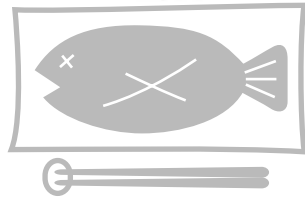


あるいは、一つのお皿に盛られた料理をきょうだいたちと分け合つて食べながら、譲ることや譲られることを経験して、人を思いやる心を学んでいくこともあるでしょう。

こうしたことを考えてみると、日々の「家庭の食事」の意義もまた、「生命を維持するための栄養をとる」ということだけにはとどまらないようです。食事をとおして文化が受け継がれ、心ははぐくまれるのです。何より、家庭の食卓には、家族がコミュニケーションを図る場としての機能があることも、見逃すことにはできません。「孤食(※)」などの問題が取りざたされる昨今、家庭の食卓のありかたを今一度考えてみる必要があるのではないのでしょうか。

※一人で食事をとることであるが、特に孤独感を感じる食事である。

「おふくろの味」 の 隠し味



ここで、家庭の食卓をめぐる人々の心の動きに注目してみましよう。

まずは「食事のつくり手」です。現代でも多くの家庭において、食事づくりをはじめとする家事は、主婦によって担になわれていることでしょう。

二人の子どもを育て上げた主婦のTさん（60歳）は、実家のお母さんの姿を次の

ように語っています。

酒屋さかやを営んでいたわが家は、私たち三人きようだいに両親がいて、祖父母がいて、住み込みで働いている方も含めると十人という大家族。お店の仕事と奥の仕事の両方をこなす母は、ほんとうに忙いそがしく働く人でした。私は女の子でしたので、小さいころから母のそばで手伝いを少しずつ覚えていきましたが、子どもながらに「お母さんつて、たいへんなんだな」と思ったものです。

お店では、仕事が一段落いちだんらくすると、食事をとるために皆が交代で二階の住まいへ上がってきます。母はそのたびに、温かいものは温かく、冷たいものは冷たく食べられるように支度しとくをしていました。そ

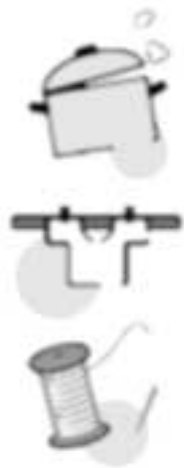


のためには、下ごしらえだけは早くしておいても、完成させてはいけません。「そろそろ二階に上がってくるかな」という時間になると、お魚なら半身はんみ、裏側だけを焼いておきます。そして、トントントンと二階へ上がってくる足音が聞こえた

ところで、すぐにひっくり返す。すると、食卓についた家族は「今日は暑かったね」と言つて麦茶むぎちゃを一杯いっぱい飲んでいるうちに、ジュージューと音を立てる焼きたての熱々あつあつを食べることができなのです。そんな母の姿を見ていましたので、私

もお嫁よめに来てからは、皆につくりたてを食べてもらいたいと思うようになりました。揚げ物あげものなら、衣ころもをつけるところまで準備して帰りを待つて、「ただいま」の声こゑが聞こえたらすぐにこんろに火をつけるのです。夫にも息子たちにも言ったことはありませんが、これは私自身のこだわりです。「家族においしいものを食べさせたい」という親の愛情は、どこの家にもあるのではないのでしょうか。

八十八歳になる母は、今でも「皆が喜ぶから」と言つて、料理せんたくに洗濯さいはう、裁縫さいほうと、



何でも器用きようにこなします。私もいろいろなことを教わつてお嫁よめに來ましたが、母にはとてもかかないません。指の太くなつた手は、一生懸命けんめい働いてきた母の勲章くんしょうです。

*

「おふくろの味」を成り立たせている要素は、調理ちようりの技術や食材に関する知識ちしきだけではありません。そこには必ず「家族を思ふつくり手」と「食卓を囲む家族」が存在します。つくり手の原動力は家族への愛情。また、その愛情を込めた手料理を食べる家族の喜ぶ顔が見られたとき、そして「おいしかったよ」というひと言が返されたとき、つくり手はなおいつその力を得ることでしょう。こうして通い合う温かな思いは、「おふくろの味かくの隠し味」と言えます。

伝わる思い、受け継がれる文化

さて、「おふくろの味」として皆さん自身の心に残る料理は、具体的にはどのようなものでしょうか。

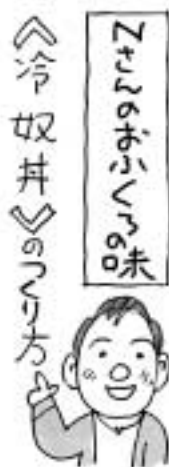
前述の「食生活に関する世論調査」では、二位が「すし」（九・四パーセント）となっています。節分の巻きずし、ひな祭りのちらしずし、氏神様のお祭りの日の握りずしなど、地域や家庭によってさまざまあるはずです。「特別な日だけに食べられるごちそう」としてその日を持ち遠しく思い、また、喜んで食べた記憶が強く刻まれるためでしょう。一方で、一位の「煮物」（二一・九パーセント）は日常を感じさせる献立です。



ここで、男性にもご登場いただきましょう。Nさん(71歳)は、こんな「おふくろの味」を語ってくださいました。

*

男ばかりの四人きょうだいの末っ子と



して生まれた私は、母に甘えて育ちました。私の子どものころと言えば戦中、そして終戦直後の物資が不足していた時代です。そこで光るのが母の生活の知恵。いつも母のそばにいた私は、そうした中ではぐくまれた「おふくろの味」を今でも懐かしく思い出し、また、そのうちのいくつかを受け継いでいます。

その一つが「冷奴丼」です。おかげが何もないときは、これに限ります。つくり方は至極簡単。豆腐半丁を適当に箸で押しつぶし、刻んだねぎとおろししょうがを乗せ、おしょうゆをかけるだけです。温かいご飯をお茶碗によそい、その上にかけて「はい、いただきます」。——何と手軽でおいしいものでしょう。家族が留守のときなどにも重宝する、私の得意



料理(?)です。

半世紀以上も前の母からの贈り物に感謝する昨今です。

*

「おふくろの味」として子どもの中に残っていくのは、必ずしも特別なごちそうというわけではありません。特別ではないふだんの日も含めて、家族を思いながら一日一日をていねいに積み重ねていこうとする親の後ろ姿そのものが、懐かしい「食卓の思い出」を形づくるのではないでしょうか。

私たちの食生活は、時代と共に移り変わっていく部分もあるでしょう。しかし、家庭の食卓を支える「心」は、確実に次世代へと受け継いでいきたいものです。

「かぞくで
いっしょに
あさごはん」



食事を人と共にしたとき、同じものを一人で食べたときより格段かくだんにおいしく感じられた、という経験がある方も多いのではないのでしょうか。喜びを共有できる相手がいることで、食事には彩りいろどが添えそられます。テレビを見ながらとる食事の

ように、「ただ同じ場所にいて食べている」というだけでは、そうはなりません。相手と顔を見合わせたり、言葉を交わしたりしてこそ、温かな空気が流れるでしょう。

家族そろつての夕食は、その日の出来事などを話し合える、団欒だんらんのひとつとなります。また、話題には上らずとも、子どもの表情から「今日は学校で何かあったのかな」と察せさっられることもあるでしょう。食卓で家族と向き合うことは、思いを伝え合ってお互いを理解し合い、親子の絆を深めていくことにも役立つはずです。

しかし、気ぜわしく時間の流れる現代社会では、家族が毎日そろつて食卓を囲むことは難しくなつたと言えます。そう

した状況の中で、私たちはどのようなように家庭の食卓を営んでいくことができるで

しょうか。沖繩市の小学生、よしむら吉村香南かんなさん(当時8歳)の作文を紹介します。

わたしのお父さんは、びょういんの先生で、いつもかえりがおそくなりませう。

だからゆつ食は、ほとんどお母さんといもつとたちと四人で食べています。だげど六月から、あさ六時におきてかぞく五人であさごはんを食へることにきめたら、お父さんとも、おしゃべりができるよつになりました。わたしは、まいあさがとてもわくわくします。ーどだけ、お父さんと学校まで行きました。とてもうれしくて天までとびたいきもちでした。

でも、お父さんがいそいでいるときは、いっしょにあさごはんが食へられません。ちよつといやだけどしかたありません。

このごろきがついたけど、さいきんほとんどお父さんとあさごはんを食へてるなとおもいました。お父さんとおしゃべりをして、学校にちこくしそうになつたこともありました。

お父さんがしゅつちようからかえってくるとき、わたしはかならず手紙を書きます。お父さんはその手紙をしよく場のつくえのよこにかざっているそつです。

お父さんとゆう食が食へられたら、どんなにいいだろつなとおもいます。いっつもあさごはんのときがたのしみでたのしみで、あさごはんが大すきです。

(まなびピエ沖繩二〇〇三参加事業「家族のきずな」エッセイ優秀作品より)

心の通い合う食卓を



「家庭の食卓」を成り立たせる最大の要素は、一人ひとりの「家族の一員としての意識」であると言えます。お父さんもお母さんも、まずは「今の自分にできること」を探すことから始めてみてはいかがでしょうか。

一週間に一回、一か月に一回であったとしても、家族が共に過ごし、心を通わせ合う時間は貴重なものです。日常のコマ、ほんの小さな出来事であっても、子どもたちが「忙しいお父さん、お母さ





んが自分のことを思ってくれている」と
 実感できたならば、それは大切な思い出
 として心に残っていきます。また、子ど
 ものころに味わった喜びは、自分が大人
 になって新たに構える家庭でも、やはり
 「子どもに味わわせたい」と思うもので
 す。そのような思いの連鎖れんさの中に、祖先そぜん
 以来の家庭の文化が息づいて、親から子
 へ、子から孫へ、そして次世代の家庭へと
 受け継がれていくのではないのでしょうか。
 家族が顔をそろえて食卓を囲む意味
 を、私たちは今一度あらためて考えてみ
 たいものです。

