

中学生の食生活

目次

特集●子どもをめぐる食卓の風景	深谷昌志	2
調査レポート●中学生の食生活	モノグラフ同人一同	7
テーマ設定		7
本報告書の要約		8
まとめに代えて		9
第Ⅰ章 どんなものを食べているか		
1. 朝食と夕食		10
2. 好きなおかず		13
3. 母親の料理		16
4. 外食する機会		21
第Ⅱ章 食事文化をめぐって		
1. 父親の帰宅を待つか		24
2. 食卓での座り方		28
3. 伝統的な行事		31
4. 食べ物の旬		33
第Ⅲ章 子どもが自分でしていること		
1. 食べ物の好き嫌い		37
2. 家事の手伝い		40
3. 買い食い		44
第Ⅳ章 調査結果をみて		
1. 警見——現場教師の立場から	長嶋安男	48
2. 中学生に見る「食」の変化	飯川由美子	49
資料1 調査票見本		51
資料2 学年・性別集計表		65

特集

子どもをめぐる食卓の風景

放送大学教授

深谷昌志



目につく「食欲のなさ」

子どもの調査を始めてから15年以上の歳月が過ぎた。この間、遊びから始まって、テレビとのつき合い方、そして学業成績などのように、その段階なりに気にかかる問題へメス

を入れて現在に至っている。

しかし、らっきょうの皮をむくようにひとつひとつ問題を解いていくうちに、子どもたちの食欲のなさが気がかりになり始めた。

友と遊ぶことなく大半の午後を、テレビを見るか、マンガを読むか、あるいは勉強をす

るかして過ごす。帰宅してから家にこもりきりで、一歩も外出をしない子も少なくない。

したがって、子どもたちが体を動かすのは週に3回程度の体育の時間と昼休み、2~3時間の間のロング・タイムの休み時間に限られてくる。

そうだとすれば、子どもたちの食欲のなさも当然の帰結ということになる。空腹になり、朝、目が覚める。あるいは、帰宅して一気におやつをほおばるなど、旺盛な食欲が子どもらしさの現れと考えていた。しかし、残念ながら、こうした子どものイメージは過去のものなのかもしれない。

筆者は教育社会学の研究者で、家政学、中でも栄養学の素養に全く乏しい。それでも十数冊の専門書に目を通し、学会誌も精読してみた。しかし、栄養学が立派な学問なのを確認できたものの、それだけに素人ではとても太刀打ちできないことがよくわかった。

そうは言うものの、栄養学や食品学のデータはミクロにすぎ、社会学などのレベルでの疑問にストレートな形では答えてくれない。そこで素人は素人なりの角度で、食欲の問題をとらえてみるとした。ただしその際、実態や意識の分析を優先させ、栄養の偏りや商品面からの構成比などは避けて通ることとした。

調査データは、同じテーマで何回かサンプルを変えて追跡していくと、信頼度が高まってくる。実をいうと、食事についても既に5回ほど調査を重ねてきたが、ここでは小学生

を対象としたものだが参考までに、東京都下の小学高学年生とその母親、約1,000組をサンプルとした調査から、結果の一部を紹介することにしたい。

まず子どもたちの中で食欲のなさを感じている割合は、次の通りである。

	ほとんど空腹でない	あまり空腹でない	小計
①朝 食	29%	+	43% = 72%
②帰宅時	25%	+	36% = 61%
③夕 食	8%	+	21% = 29%
④就寝時	62%	+	26% = 88%

就寝時の数値はともあれ、朝起きたときに食欲のない子が7割を超える。そして、夕食時でも空腹感を覚えない子が3割に迫っている。

食生活の適応の幅の狭さ

こうした子どもたちについて、改めて驚いたことがある。実をいうと、毎年夏休みは小・中学生と海外で過ごす生活が続いている。ふだん、小・中学生を対象とした調査研究をしているから、せめて夏休みぐらい子どもたちのためになる充実したプログラムを用意したいと、企画や運営にあたってきた。グアムやサイパンでのキャンプ、あるいはアメリカ本土でのホームステイ、そしてヨーロッパ大陸横断のバスツアーなどが、その一例である。

昨年は、小学生をホノルルの日系人家庭にホームステイさせるプログラムを担当した。日系人といっても、日本語を話せるとは限らないし、まして日本の生活様式を送ってい

るとは思えない。それだけにホームステイに入る前に、アメリカの生活に慣れさせねばならない。そのためには、現地の食生活に親しませるのが近道ではないかと、三食ともアメリカの食事をさせることにした。

実をいうと、この企画はここ数年連続して担当しているので今は慣れてしまつたが、初めの年は驚いた。アメリカの食事といつても、ハンバーグやステーキ、サラダ、それに卵料理にパン、スープなどの取り合わせであるから、日本の子どもになじみやすいと思っていた。しかし、いざ食事を始めると、好き嫌いを言う子が続出する。血の出ているハンバーグはいやだ、卵料理は目玉焼きに限る、ハッシュドポテトは、気持ちが悪いから食べたくない、サウザンドアイランドのドレッシングは甘すぎる……などである。

子どもたちの好みの幅が、予想以上に狭い。同じハンバーグでも母親の作ったものでないと食べようとしない。ドレッシングは、あるメーカーの特定商品でないと口をつけようとしない。「せっかくアメリカに来たのだから、まず食べ物からチャレンジしてみよう。お腹の悪くなることはぜったいにない。一口でもいいから、アメリカの味を食べてごらん」と言っても、尻ごみするばかりである。

しかも、1年目だけでなく、2年目、そして3年目の子も、同じような状況だった。そこで昨年は方針を変更して、朝食ぐらいは和風レストランでとることにした。しかし今度は、みそ汁の味が変だ、たくあんがまずい、

のりは味つけてないからいやだと言う。しかも、そうした傾向は小学生たちだけでなく、中・高校生の間にもみられる。夏休みに高校生向けの長期（3週間）のホームステイを企画したことがある。そのため各地をまわって子どもたちの声を聞き、生徒たちの反応を確かめる役割を担った。生徒たちは、元気にホストファミリーでの生活を過ごしていたが、そうした中で、食生活の面で適応できないでいる子が少なくなかった。

すでにふれたような適応の幅の狭さがここでも見受けられ、そのほかに①ミルクしか飲ませてくれない、②夕食が遅れがちで空腹になる、③ハンバーグばかり出てくる、などの声があった。聞いてみると、①はコーヒーや紅茶、清涼飲料水などを飲ませてくれない、②は父親が帰宅するまで夕食を待つための遅れがそれぞれの不満の原因だった。また③は親たちはステーキを食べているのに子どもにはハンバーグが出てくる、あるいはハンバーグでなく焼き肉を食べたいので釈然としないという。

おとなと子どもとをはっきり分け、子どもには子どもらしさの範囲で自由を認める。「牛乳なら飲みたいだけ飲んでもよいが、コーヒーは高校を卒業するまではだめ」がその一例となる。しかし、こうした食生活のしつけに生徒たちがとまどいを感じたらしい。

食卓の風景といえば、山上憶良の「瓜食めば、子ども思ほゆ」を連想する。たしかに、食生活の貧しい時代にはひとつのものを分かち

合い、そして時には、子どもの食欲を優先させるのが親心の発露であった。

しかし、現在ではしあわせなことに——と考えるのはおとなだけで、子どもたちは当然と思っているのであろうが——、食べ物に不自由しない社会を迎えた。それだけに、今の親に必要なのは、与えるのは可能だが、子どもの成長を考えて与えずにはまんさせる態度なのかもしれない。ところが親たちは、伝統的なしつけの文化を受け継いでいるので、与えるのが親心という気持ちをぬぐいえない。そのため、つい歯止めなしに与えすぎに走りやすい。

そうした意味では、子どものうちは牛乳で、コーヒーは成人してからというアメリカのけじめに学ぶものが多いと感じる。飽食の時代に育つ子どもたちは皮肉なことに、食欲をなくしただけでなく何でも食べられるので、かえって食べるものの範囲を狭めている。

食事文化の喪失

こうした海外での事情はともあれ、日本の生徒たちに限っていいうなら、子どもにとっての夕食の風景として、次のようなスタイルが浮かんでくる。時間が来るまで、自分の部屋で勉強をするか、テレビを見るかしている。「ご飯ですよ」と言われて食卓につく。そこには自分の好みに合った献立が並んでいる。一番最初にご飯をよそってもらい、父親が不在でも食事を始める。空腹というほどではないが、好みのおかずなので食欲はある。「ご

ちそうさま」を言い、自分の食器を流しまで運び、また自分の部屋へ戻る、というあんばいである。

何もしなくとも、時間が来れば好みの食事が並ぶ。どこかの国の王子か王女でもあるかのような生活である。母親という名の賄いつきで食事をとる「メイン・ゲスト」が、現代の子どもたちなのであろうか。

それでも、これは小学生のデータだから、中学生、そして高校生になったらもう少し手伝いをしているのではという期待がわかっていない。

詳しいデータは省略したいが、本レポートでもふれる通り、「食器を流しへ運ぶ」を除くと、男子より手伝う割合の多い女子でも、「夕食のお使い」や「せんたくものをたたむ」などを「週1～2回はする」が3割に達する程度で、それも「いつもしている」に限定すると、1割前後となる。

その上、目につくのは子どもが中学生から高校生へと成長していくても、手伝う割合は全くと言っていいほど増加しない事実であろう。しかも、手伝わないというより自分の部屋の掃除は親がかり、あるいは親に起こしてもらうといった形で、親に依存し、自分のことをすらしない中・高校生が過半数に達している。

こうした生活を過ごした中・高校生が、大学生となり、社会人になってから、心を入れ替えて手伝いを始めるとは思えない。そうだとすると、現代の子どもは、モーニング・コール、ランドリー、お好みの食事つきで、宿

泊費先方（もちろん、親）負担で泊まっているゲストのままで成人し、自分たちの家庭を築くことになる。そうした子どもたちが親になったとき、彼らは親らしいことができるのであろうか。

「ボク・食べる人、キミ・作る人」のCMが女性に対する偏見を助長すると、批判を浴びたことがある。商品のマス化が進んでいる現状を考えると、手作りの料理や日曜大工などは、ちょっとした自己主張の場となりえよう。加えて、今後ますます性差の縮小が進み、妻が家事や育児に専念してくれるとは限らない時代を迎えよう。したがって、これからの中の男の子たちは、自分自身のためにも、身の回りのことぐらいは自分でできるのが望ましかろう。

しかし、子どもたちは、男の子は無論のこと、女の子すら身の回りのことをせずに成人していく状況にある。

先にふれたホームステイプログラムでアメリカの親たちに、日本の子どもについての感想をたずねるのだが、「とてもまじめ」「内気だけれど努力型」などのほめ言葉とともに、家のことを手伝わない姿勢に批判の声が多い。「父親が芝刈りをしているのを手助けしようとせず、ぼんやりとながめていた」「うちの子は、食事が終わると、お皿を洗わずに部屋へ戻ってしまう」などがその一例である。「家族の一員である以上、子どももできる範囲で家のことを手伝うのが当たり前だ」という主張は、まさに正論で返す言葉もない。

昨年から、生徒たちには“May I help you?”を、少なくとも毎日5回言うように義務づけたが、正直なところ泥縄の感をぬぐいたい。いざとなっても一人で生活していく力をつけておくのが、親としての責務であろう。勉強や進学などの問題に心を奪われているうちに、子どもの成長そのものにゆがみが生まれてきた感じがする。こうした問題の典型が、本レポートでとりあげる食生活の問題であろう。いずれにせよ、中学生の食生活を改めて取りあげねばならないくらい問題の根は深く、含んでいる問題は深刻だと思わざるをえない。

それと同時に、本レポートの結論部分を先回りして語ってしまうことになるが、食卓をめぐるルールはないのに等しい。「いただきます」に象徴されるような、伝統的な和風の食事文化が崩れたのはやむを得まい。しかし和風に代わって、他人に迷惑や不愉快な思いをかけないことを基本とする西洋風になってしまったわけでも、新しい食卓のルールが作られたのでもない。子どもたちはひとりひとり、それぞれ勝手にものを食べているだけで、これでは食事ではなく、ものを食うにすぎないのではないか。さまざまな国を訪ねると、いかにもその国らしい食卓の文化が認められる。こうした文化に包まれて育つうちに、国民性が身につく。そうだとすると、食事文化の喪失は日本の若者たちの無国籍化を意味するのだろうか。ことさら憂国心を持つつもりはないが、それにしてもなんとも気になる傾向のように思う。

調査レポート

中学生の食生活

放送大学教授 深谷昌志

モノグラフ同人 長嶋安男

鈴木秀男

森永徳一

岡崎友典

伊藤澄生

飯川由美子

李淑娟



テーマ設定

生徒たちの食事のマナーが悪すぎないか。
おかげだけを食べ、その後パンをつめこむ。
あるいは、ごちゃごちゃとなんでも口にはう
りこむ。そうかと思えば、はしをうまく使え
ない子が多くなった。

毎月定期的に開いている同人会の席上、給
食の際のこうした食事のあり方が問題になっ

た。そして人間らしい食べ方があってもよい
のではないかという声も多かった。

栄養学の専門家でもないし、家政学の素養
にも欠けるが、生徒たちの食生活を洗ってみ
たい。こうした気持ちから、同人全員で調査
票を作り、中学生の食生活についての調査を
実施することにした。

〔調査概要〕

対象・山形、東京、神奈川、埼玉、愛知、兵庫の公立
中学校6校の1~3年生

期間・昭和61年10月

方法・学校通しによる質問紙調査

サンプル数
(人)

	男子	女子	計
1年	365	343	708
2年	386	369	755
3年	229	207	436
計	980	919	1,899



本報告書の要約

- ① 朝、空腹でない生徒が50%。お腹をすかせて朝、目がさめたなどというのは昔話になったのであろうか (P.11表1)。
- ② 朝、食事をしてくる生徒は77%。4分の3が食事をしてくるという数値に、思ったより食べていると思うのは、食生活の乱れに慣れてしまったためなのかもしれない (P.11表2)。
- ③ 好きなおかずは、焼き肉、お寿し、ビフテキ。それに対し、煮魚やおひたし、野菜の煮物を嫌う子が多い (P.14表5)。
- ④ 母親はハンバーグくらいは作る。しかし、ドレッシングやマヨネーズを自分の家で作ることは少ない (P.19表9)。
- ⑤ 外食は月に1～2回。ファミリーレストランの増加を考えると少ないようにも思えるが、この他に月に1～2回、外のものを買ってきて食事をとるので、週1回は外食という感じになる (P.22表11・P.23図5)。
- ⑥ 父親の帰宅を待つ家庭は59%。大半の家では父親の帰宅を待たないし (P.26表15)、父親だけの特別のおかずのある家庭は少ない (P.27図8)。
- ⑦ 献立を作るときに、子どもの好みが優先される家庭が49%で (P.27表16)、⑥の状況を合わせると、子ども中心の食卓の風景がうかんでくる。
- ⑧ ご飯をよそう順番の決まっている家庭は35%と3分の1にすぎない。こうした面にも、父親中心の食卓文化が崩れているのを感じる (P.29表17)。
- ⑨ 「いただきます」と言って食事を始める家庭は、わずかに37%にすぎない。食卓のルールは完全に崩れさったのであろうか (P.30表18)。
- ⑩ 年中行事としての食生活は、正月の雑煮と年末の年越しそばだけで、あとは節分に豆をまくか、クリスマスのケーキぐらいが季節に応じた行事となる (P.32表19)。
- ⑪ 食べ物の旬がわかるのは、8月のすいかくらいであとは、みかん、りんご、いちごなどの旬もわかりにくくなっている (P.36図13)。
- ⑫ 嫌いなものを一口も食べない生徒は26%と4分の1を超える。しかも1年生の21%から2年生の24%、3年生の39%と一口も食べない子が増加している (P.38表23)。
- ⑬ 生徒たちが家事をするのは自分の食器を流しへ運ぶことくらいで、それ以外のことはほとんど手伝っていない (P.41表26)。しかも、学年が上がるにつれて手伝う割合がへる (P.42表27)。
- ⑭ 好きなおやつはポテトチップ、それにみかんとりんごくらい (P.46表31)。



まとめに代えて

—せめて手伝いと「いただきます」を—

見知らぬ人でも食事を共にすると親しみを感じる。食事とは、そうした人間同士のふれあい的な意味を持った行為であろう。それだけに食事をめぐって食事文化が生まれ、食卓のマナーも成立してくる。

しかし、今回の調査結果によると、生徒たちは食べたいときに食べているだけで、一家揃って「いただきます」と言って食べ始めるといったルールが、完全に崩れている。しかも、父親の帰りを待つことも少ない。さらに多くの母親は、子どもの好みを優先させて献立を作るので、子どもたちは好きな食事を自分勝手に食べることになる。その上、手伝いをす

ることはないから、家庭の中の子どもたちはホテルの長期滞在客のように、サービスを受けるだけで、しかもマナーを身につけることなく生活している。

少なくとも男女を問わず、子どもにもっと手伝わせてよいのではないか。あるいは、食卓のマナーはそれぞれの家庭ごとにもっと遊び直してもよい。せめて、「いただきます」くらいは言うべきであろうなどと書くと、幼児を対象としたしつけの手引きのように思われるが、それを書かなければならないと感じさせたのが、今回の調査であった。

第Ⅰ章 どんなものを食べているか



1. 朝食と夕食

朝、食事をとらずに登校してくる子が多いと聞く。生徒たちの食生活は、朝食から始まる。しかし、表1から明らかなように、空腹を感じていない生徒が「あまり」の41%に「ぜんぜん」の10%を加えると51%と、半数を超える。

しかも、学年や性、地域を超えて空腹でない生徒の姿が見受けられる。中学生の頃、食べても食べてもお腹がすいた思い出を持つので、今の生徒もそうだと考えていたが、空腹な生徒は1割を上回る程度にすぎない。

夜食を食べた、あるいは夜中にスナック菓子をつまんだ、などがお腹がすかない理由なのであろうか。いずれにせよ、気にかかる傾向である。それでも表2によれば、生徒たち

の4分の3は朝食を食べて登校してくる。もっとも図1・表3のように、朝食といってもご飯とみそ汁、簡単なおかずを10分くらいですませるのであろう。

それでは、夕食の感じはどうなっているのか。朝食のように食べないなどということがないのはいうまでもないが、表4によれば夕食は、だいたい決まった時間に食べるという。また、夕食は当然のことながら、6時半から7時にかけての時間帯が多い。

夕食の時間	6時まで	10.8%
	6時半頃	29.6%
	7時頃	35.8%
	7時半頃	16.4%
	8時頃	7.4%

(表1) 朝、空腹か

→空腹でない生徒たち

		す い て い る			す い て い な い		(%)
		と て も	か な り	や や	あ ま り	ぜんぜん	
学 年	1 年	4.7	9.7	36.7	38.7	10.2	
	2 年	4.5	7.7	38.4	42.4	7.0	
	3 年	4.6	7.1	33.8	41.9	12.6	
性	男 子	5.6	9.0	39.3	36.5	9.6	
	女 子	3.3	7.6	34.1	45.6	9.4	
地 域	東 京	4.5	4.5	42.8	37.3	10.9	
	埼 玉	4.8	11.2	31.7	41.5	10.8	
	山 形	4.5	10.3	31.1	42.0	12.1	
	兵 庫	4.0	8.3	37.8	41.7	8.2	
全 体		4.6	8.3	36.7	(40.9)	9.5	

(表2) 朝食を食べてから登校するか

→食べてくる生徒は4分の3

		いつも 食べている	食 べ な い				(%)
			週 1 回	週 2 ~ 3 回	ほとんど	ぜんぜん	
学 年	1 年	78.3	10.3	4.0	5.8	1.6	
	2 年	80.0	9.8	5.0	3.7	1.5	
	3 年	67.8	10.3	9.7	8.3	3.9	
性	男 子	76.0	9.8	5.7	6.2	2.3	
	女 子	77.5	10.5	5.7	4.7	1.6	
全 体		76.6	10.1	5.7	5.5	2.1	

(図1) 朝食の時間

→朝食は10分

食べない	5分以内	10分くらい	15分以上	(%)
3.1	24.8	42.8	29.3	

(表3) 朝食は和食か

→和食が6割

	ご 飯		半分半分	パ ン		(%)
	いつも	だいたい		だいたい	いつも	
東京	22.9	45.0	16.5	9.2	6.4	
埼玉	23.9	34.5	16.5	9.5	15.6	
山形	22.0	26.8	18.3	18.6	14.3	
兵庫	24.1	29.6	14.4	17.3	14.6	
全 体	25.6	32.1	15.1	14.2	13.0	

(表4) 夕食の時間は決まっているか

→だいたい決まっている

	決まっている		ち が う		(%)
	いつも	ほとんど	ちがうこともある	ちがう	
学年	1 年	7.0	45.4	33.1	14.5
	2 年	6.0	57.7	29.4	6.9
	3 年	8.1	49.4	25.9	16.6
性	男 子	6.9	47.3	33.3	12.5
	女 子	6.8	55.4	26.5	11.3
全 体		6.8	51.3	30.0	11.9

2. 好きなおかず

食事のしつけ面などについてはもう少しあとでふれることにして、とりあえず子どもたちがどんなおかずが好きなのかを調べてみた。

表5のように、上位に焼き肉、おushi、ビフテキ、ハンバーグが並んでいる。おushiを除くと肉料理で、それに5位前後に、スパゲッティ、グラタン、シチューなどと、いかにも中学生の好きそうな献立が並んでいる。それに対して好きとはいえない、あるいは、やや嫌いなもののリストの中に、おひたし、煮魚、野菜の煮物、湯どうふなどが見受けられる。

煮物や焼き魚に象徴される和食離れが、子どもや若者の間に多いと聞く。この結果もその例にもれず、西洋風の肉料理が上位を占め、和食が下位に位置している。もっとも現代のおとなたちも、かつてはおでんや湯どうふ、煮魚が嫌いで、おとなたちはなぜあのようなものを食べるのだろうと思ったであろう。それが親と同じ世代になるにつれて、和食党になった自分を発見する。それと同じように、

この子たちもいざれ、湯どうふが好きになるかもしれない。したがって中学生の和食離れにそれほど神経質になる必要はなさそうと思う。

念のために好きなおかずを、性・学年別に集計し直すと、表6・図2のような結果となる。

	男子	女子
1位	焼き肉	グラタン
2位	おushi	スパゲッティ
3位	ビフテキ	サラダ

いかにも、男子、女子がそれぞれ好みそうな感じだが、学年別に着目すると、ハンバーグが1年の4位から3年の6位へ、逆にシチューが1年の10位から3年の4位へと変化しているのがわかる。ハンバーグやカレーライスといった単純な味——もちろん厳密に作れば、カレーライスなどは味わい深く、複雑なものだが——から、シチュー、スパゲッティなどの複雑なものへ、生徒たちの好みがおとなに近づいているのであろう。

(表5) 好きなおかず

→焼き肉、お寿し、そしてビフテキ

(%)

	好 き			嫌 い	
	とても	かなり	やや	やや	とても
焼き肉	(55.7)	23.4	15.5	3.7	1.7
お寿し	(53.0)	21.9	16.4	5.6	3.1
ビフテキ	(48.5)	23.6	21.4	4.3	2.2
ハンバーグ	(47.7)	26.5	21.1	3.4	1.3
スパゲッティ	(46.5)	27.3	21.7	2.8	1.7
グラタン	(45.6)	21.9	20.0	6.9	5.6
とんかつ	(45.2)	23.8	22.0	6.1	2.9
シチュー	(44.5)	26.4	21.0	5.9	2.2
おもち	(43.3)	23.4	23.7	6.9	2.7
おさしみ	(41.7)	22.2	19.5	8.6	8.0
すき焼き	(41.5)	23.2	23.8	7.4	4.1
サラダ	(40.3)	23.4	26.4	7.0	2.9
カレーライス	(38.7)	27.5	25.8	5.9	2.1
みそ汁	(36.2)	24.5	30.9	7.1	1.3
チャーハン	(34.9)	28.6	28.4	5.8	2.3
エビフライ	(34.5)	28.5	27.2	6.7	3.1
ギョウザ	(32.2)	24.9	30.1	9.7	3.1
オムレツ	30.8	26.3	(30.9)	8.9	3.1
ロールキャベツ	24.9	19.8	(30.5)	17.4	7.4
赤飯	24.8	18.9	(30.7)	15.4	10.2
天ぷら	23.7	25.8	(36.4)	11.1	3.0
おでん	22.9	24.2	(37.0)	12.6	3.3
焼き魚	21.5	18.4	(33.4)	18.7	8.0
湯どうふ	19.6	16.7	(32.5)	21.9	9.3
シューまい	16.9	17.4	(49.9)	12.7	3.1
かきフライ	16.9	13.2	21.1	20.9	(27.9)
野菜の煮物	14.8	13.5	(34.1)	26.2	11.4
煮魚	10.7	14.3	(32.7)	28.9	13.4
納豆	10.7	12.0	26.2	19.0	(32.1)
おひたし	10.3	12.8	(40.4)	27.1	9.4

(表6) 好きなおかず×性・学年

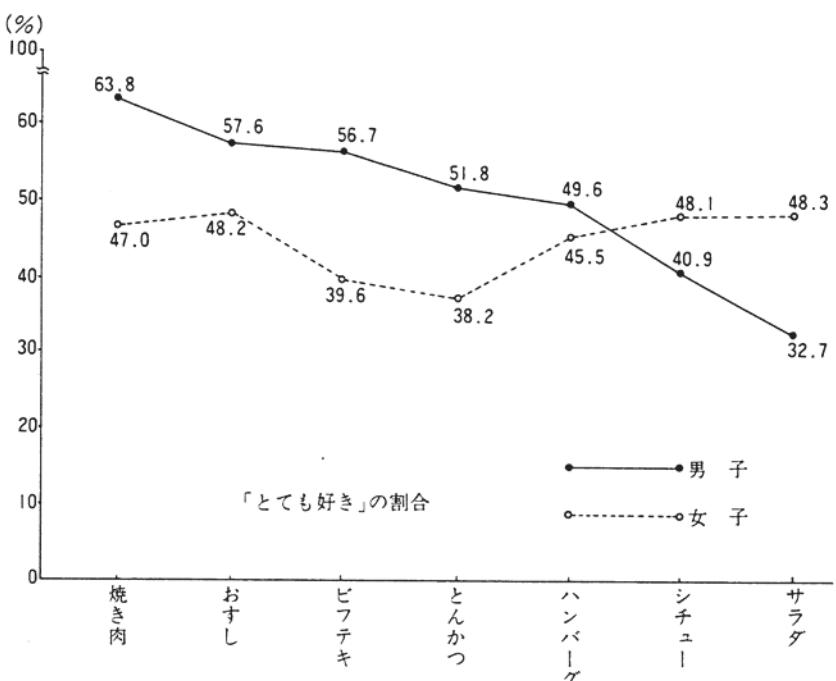
→どの学年も焼き肉

(%)

	性		学 年		
	男 子	女 子	1 年	2 年	3 年
焼き肉	① 63.8	⑥ 47.0	① 61.4	① 53.6	① 49.9
おすし	② 57.6	④ 48.2	② 58.0	② 51.8	② 47.3
ビフテキ	③ 56.7	39.6	③ 54.0	③ 48.5	⑤ 39.7
ハンバーグ	⑤ 49.6	45.5	④ 53.0	④ 48.1	⑥ 38.3
スパゲッティ	41.6	② 51.6	50.6	⑥ 45.0	③ 42.6
グラタン	39.6	① 51.9	⑥ 51.4	⑤ 46.3	35.3
とんかつ	④ 51.8	38.2	⑤ 51.7	43.9	37.4
シチュー	40.9	⑤ 48.1	47.0	44.2	④ 40.3
おもち	44.3	41.9	51.0	41.1	34.4
おさしみ	45.3	37.9	45.6	40.5	37.8
すき焼き	⑥ 49.2	33.3	49.0	38.2	35.3
サラダ	32.7	③ 48.3	43.1	39.4	37.1
カレーライス	43.9	33.3	43.0	38.4	32.4
みそ汁	35.7	36.7	44.4	32.6	29.0
チャーハン	36.4	33.3	38.2	35.4	28.6
エビフライ	32.8	36.0	38.7	34.2	27.8
ギョウザ	37.4	26.6	38.1	30.4	26.3
オムレツ	29.7	31.8	35.6	30.4	23.4
ロールキャベツ	21.8	28.3	28.8	22.6	22.9
赤 飯	24.6	24.8	28.0	23.3	22.2
天ぶら	25.1	22.0	26.5	25.9	15.2
おでん	24.1	21.7	26.1	23.0	17.8
焼き魚	23.2	19.7	26.8	18.8	17.7
湯どうふ	21.3	17.5	25.1	16.9	15.0
シユーマイ	19.0	14.6	21.3	14.6	13.8
かきフライ	20.0	13.6	20.4	15.4	13.9
野菜の煮物	14.6	15.0	18.4	12.4	13.4
煮 魚	10.7	10.4	14.2	9.1	7.6
納 豆	12.2	9.0	14.9	7.9	8.8
おひたし	10.2	10.4	12.1	9.1	9.5

「とても好き」の割合

(図2) 好きなおかず×性
→女子はサラダ



3. 母親の料理

もちろん一口にハンバーグといっても、でさき上がったものを買ってきて電子レンジであたためるものから、肉をミンチにするのはオーバーにしても、ひき肉にいためたまねぎや卵、パン粉、ナツメッグなどを入れて、自家製のハンバーグを作るものまで、さまざまな程度があろう。

子どもたちは母親の料理について、表7のように評価している。インスタント食品を使ったり、出前を利用したりすることは少ない。しかし、そうかといって和風料理が上手、あるいは、洋風料理が得意ということではなく、全体としてみると、「やや」得意程度だろうという。少なくとも生徒たちは、母親の料理の能力をあまり高く評価していないようにみ

える。

しかし図3によると、男子と比べ、女子は、それでも母親は料理をよくしていると思っている。男子は、自分で料理をしたことがないし、将来するつもりがないので、母親の料理を低く評価しがちだが、女子にとっては自分の将来にかかわりがあるので、そうした目で母親を見つめ、そして母親は料理をよくしていると思うのであろう。

また、表8に母親の料理について地域別に集計した結果を示した。さすがにサンプルの中では、山形の母親たちは料理するのが得意で、東京の母親たちが料理をしていないのが目につく。

子どもたちの評価でもコロッケやハンバー

グなどの冷凍食品を利用したり、出前をとつたりすることは東京の母親に多い。

地方へ出かけても、東京や大阪なみに冷凍食品が売られているのを見かけるし、ハーフメイドの食品も並んでいる。しかし、それでもトータルとして見ると、東京よりも山形のほうが手作り度が高い。東京の母親のほうが都会的なのであろうが、それが食生活の豊かさに通ずるかどうかは疑問が残る。

そこで、もう少しくわしく母親の料理の仕方についてたずねると、表9となる。ハンバーグくらいなら、ひき肉とたまねぎを使って作る。しかし、ホームメイドのドレッシングを作ったり、うどんを自分で打つことは少な

い。手抜きをしているともいえないが、かといって手作り度が高いともいえない。つまりほどほどに手を抜くところは抜き、そして必要なところは自分で作る。したがって表9は、現代の母親たちの賢明さを示しているようにも考えられる。

図4は、図3と同じように母親の料理の仕方を性別に確かめたものだが、ここでも女子のほうが、母親は手作りの料理をしていると認めている。また地域についても、表10によれば、山形や兵庫の母親のほうが手作り度が高く、特に東京の母親は手作りをしていないよう見える。

(表7) 母親の料理

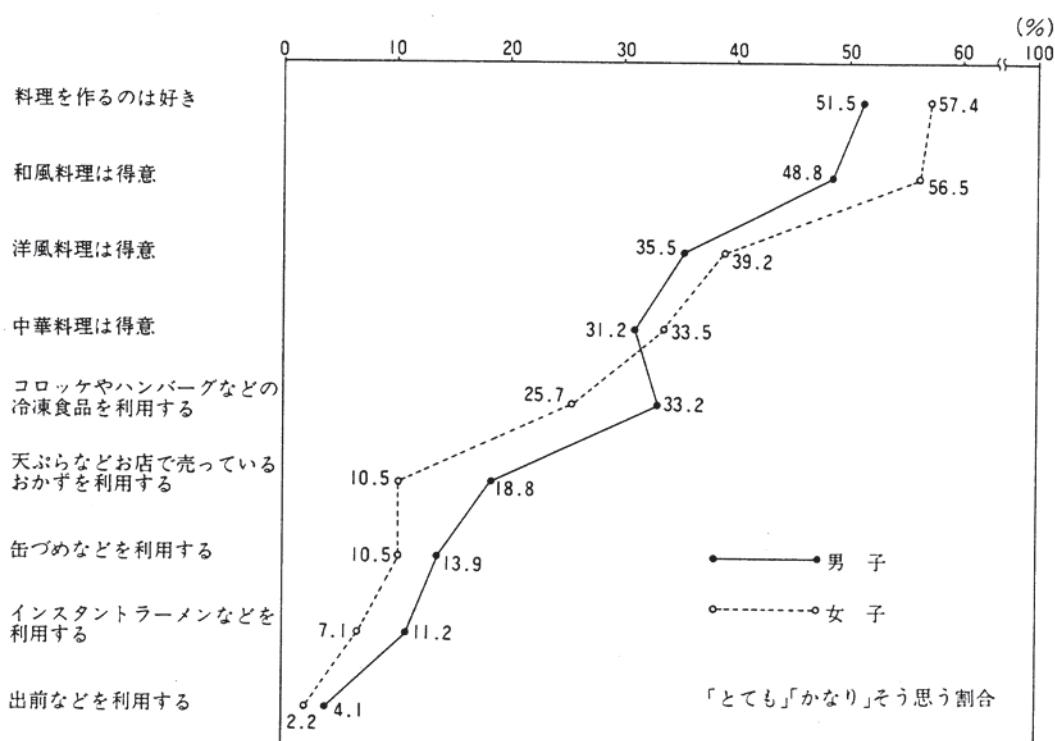
→料理を作るのは「とても好き」ではないが「嫌い」でもない

(%)

	そ う			そ う で な い	
	と て も	か な り	や や	あ ま り	ぜ ん ぜ ん
料理を作るのは好き	26.0 54.4	28.4	(32.2)	11.3 13.4	2.1
和風料理は得意	24.5 52.4	27.9	(33.9)	11.0 13.7	2.7
洋風料理は得意	15.8 37.4	21.6	(37.1)	20.5 25.5	5.0
中華料理は得意	12.8 32.3	19.5	(37.7)	24.2 30.0	5.8
コロッケやハンバーグなどの冷凍食品を利用する	11.6 29.6	18.0	(30.1)	27.9 40.3	12.4
天ぷらなどお店で売っているおかずを利用する	5.5 14.7	9.2	22.1	(37.8) 63.2	25.4
缶づめなどを利用する	3.6 12.2	8.6	31.3	(43.4) 56.5	13.1
インスタントラーメンなどを利用する	3.6 9.4	5.8	21.6	(41.3) 69.0	27.7
出前などを利用する	1.3 3.2	1.9	9.0	37.1 (50.7)	87.8

(図3) 母親の料理×性

→女子のほうが好意的



(表8) 母親の料理×地域

→東京は料理嫌い

	東京 (%)	埼玉 (%)	山形 (%)	兵庫 (%)
料理を作るのは好き	46.3	54.0	(55.7)	50.6
和風料理は得意	40.9	50.6	(57.8)	45.7
洋風料理は得意	25.4	39.7	(42.8)	28.9
中華料理は得意	25.4	28.6	(38.4)	28.2
コロッケやハンバーグなどの冷凍食品を利用する	(34.9)	34.1	22.2	31.2
天ぷらなどお店で売っているおかずを利用する	15.6	(18.3)	12.5	14.4
缶づめなどを利用する	11.9	12.1	12.1	11.3
インスタントラーメンなどを利用する	10.0	8.4	(12.2)	8.1
出前などを利用する	(9.1)	4.0	6.6	0.8

「とても」「かなり」そう思う割合

(○) = 最高値 (×) = 最低値

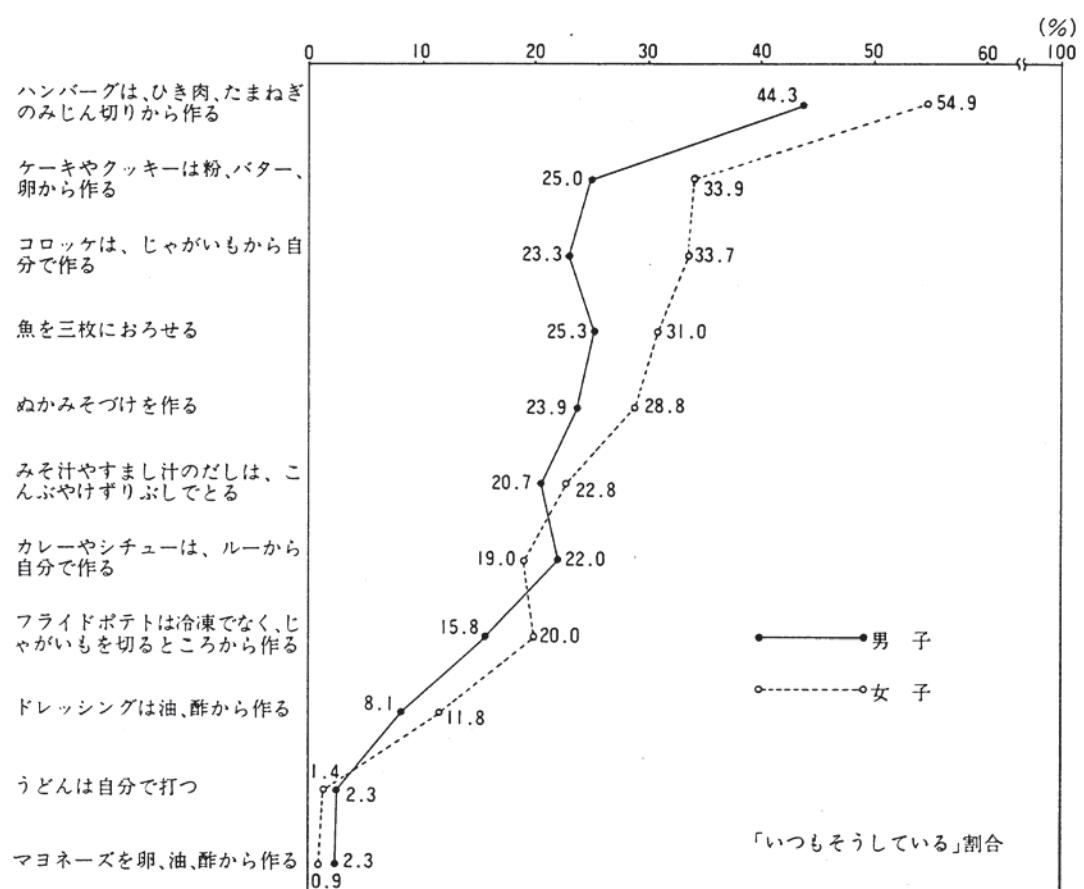
(表9) 母親の料理の仕方

→ハンバーグくらいは手作り

	(%)			
	そうしている		そうしていない	
	いつも	だいたい	あまり	ぜんぜん
ハンバーグは、ひき肉、たまねぎのみじん切りから作る	49.5 81.1	31.6	12.9 18.9	6.0
ケーキやクッキーは粉、バター、卵から作る	29.3 52.1	22.8	19.9 47.9	28.0
コロッケは、じゃがいもから自分で作る	28.4 47.7	19.3	27.2 52.3	25.1
魚を三枚におろせる	28.1 51.4	23.3	32.7 48.6	15.9
ぬかみそづけを作る	26.4 49.0	22.6	28.2 51.0	22.8
みそ汁やすまし汁のだしは、こんぶやけずりぶしでとる	21.7 50.0	28.3	33.3 50.0	16.7
カレーやシチューは、ルーから自分で作る	20.5 38.6	18.1	28.4 61.4	33.0
フライドポテトは冷凍でなく、じゃがいもを切るところから作る	17.8 35.9	18.1	29.2 64.1	34.9
ドレッシングは油、酢から作る	9.9 23.9	14.0	24.0 76.1	52.1
うどんは自分で打つ	1.9 4.6	2.7	14.8 95.4	80.6
マヨネーズを卵、油、酢から作る	1.7 4.5	2.8	12.2 95.5	83.3

(図4) 母親の料理の仕方×性

→ 女子のほうが母親に温かい目を



(表10) 母親の料理の仕方×地域

→山形や兵庫は手作り

(%)

	東京	埼玉	山形	兵庫
ハンバーグは、ひき肉、たまねぎのみじん切りから作る	× 40.4	49.0	(53.6)	41.3
ケーキやクッキーは粉、バター、卵から作る	23.1	× 22.9	24.4	(29.0)
コロッケは、じゃがいもから自分で作る	× 23.6	25.6	24.4	(31.4)
魚を三枚におろせる	× 22.9	28.1	(30.3)	23.6
ぬかみそづけを作る	36.1	(38.8)	34.8	× 18.7
みそ汁やすまし汁のだしは、こんぶやけぎりぶしでとる	× 13.0	19.3	20.9	(22.7)
カレーやシチューは、ルーから自分で作る	18.7	16.3	(22.5)	× 13.9
フライドポテトは冷凍でなく、じゃがいもを切るところから作る	× 15.1	15.9	(19.7)	16.2
ドレッシングは油、酢から作る	× 8.5	10.2	(14.5)	6.8
うどんは自分で打つ	1.9	3.7	3.5	1.2
マヨネーズを卵、油、酢から作る	1.0	1.6	3.4	1.2

「いつもそうしている」割合

4. 外食する機会

これまでふれてきたように、母親たちは手作りと手抜きのほぼ中間という感じで食事を作っていた。

このところ国道沿いなどで、ファーストフードのレストランを見かける。ロイヤルホスト、デニーズ、ココス、シズラーなど横文字の店で、中にはアメリカのチェーン店も少なくない。

そうした店では、1,000円前後でそれなりの食事ができる。そのせいだろうか、どこのレストランも、週末は家族づれで食事をとる人たちでにぎわっている。ほのぼのとした感じでよいと思う反面、1人が1,000円くらいでも、4人家族で食事をとれば5,000円になる。決して少ない出費とはいえないから、日本もいつ

の間にか豊かな社会の仲間入りをした思いつつも、この5,000円で家庭で料理を作れば、もっとリッチな食事ができるのにとも思う。

それだけに、ふつうの家庭の外食がどの程度の割合なのかを知りたかったが、表11のように、月に1回、多くて月に2~3回という家庭が過半数に達した。そして、特に日曜とか祭日などでなく、母親が疲れたとき、あるいは何か楽しいことがあって、外食している場合が多い(表12)。なお、外食の先は、以下の通りだという。

ファミリーレストラン	59.3%
すし屋	15.4%
ラーメン屋	11.6%
おそば屋	5.1%

(表11) 外食の機会

→月に1回くらい

(%)

		ほとんど しない	して い る				毎日の よ う に
学 年	1 年		月 1 回	月 3 回	週 1 回	週 2 ~ 3 回	
	2 年	25.6	38.1	25.9	8.7	1.6	0.1
	3 年	33.9	34.6	20.6	7.2	3.0	0.7
性	男 子	24.8	36.4	23.6	10.6	3.9	0.7
	女 子	29.7	37.4	23.0	7.9	2.0	0
地 域	東 京	33.8	32.6	21.8	9.1	1.8	0.9
	埼 玉	28.6	41.5	20.6	6.5	2.4	0.4
	山 形	22.4	31.6	23.9	14.8	5.8	1.5
	兵 庫	32.5	38.5	18.4	7.4	3.2	0
全 体		27.2	(36.8)	23.3	9.3	3.0	0.4

(表12) 外食はどんなとき

→わりと不定期に

(%)

		日・祭日	誕生日	給料日のあと	来 客	特に決まつ ていな
学 年	1 年	23.9	8.5	7.2	2.9	57.5
	2 年	26.1	6.3	7.5	2.7	57.4
	3 年	21.4	6.3	5.8	1.6	64.9
性	男 子	22.8	6.1	8.2	2.6	60.3
	女 子	25.7	8.0	5.7	2.5	58.1
地 域	東 京	22.0	6.4	11.9	2.8	56.9
	埼 玉	20.1	7.4	11.5	2.0	59.0
	山 形	24.8	6.8	4.4	3.5	60.5
	兵 庫	23.5	5.8	7.3	2.4	61.0
全 体		24.2	7.1	7.0	2.5	(59.2)

ファミリーレストランと同様に、このところ街には、ほかほか亭やら京樽、太郎ずしのような店が増加している。何百円かを持って出かけていけば、とりあえず夕食を求めることができる。そうした店の利用状況も知りたいと思ったが、結果は図5のように月に1～3回というあたりが平均であった。

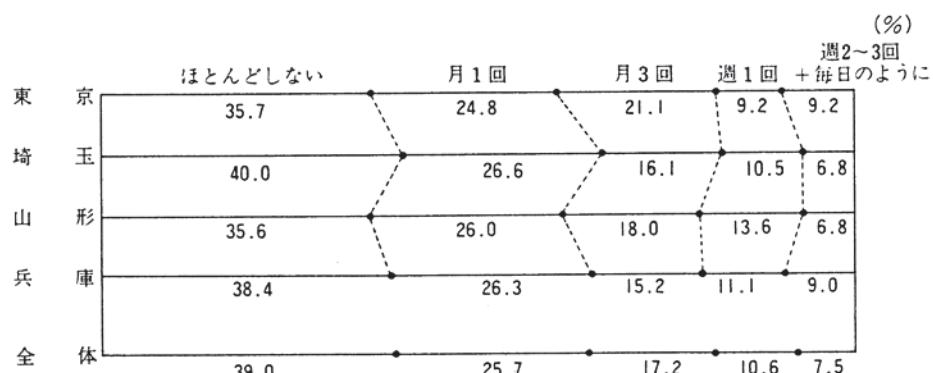
そして、表13が示すように地域によって、フライドチキンを買いやすい、あるいはおもしを買ってくるなどのちがいは認められるものの、いずれにせよ月に何回か買ってきてきたもので食事をとる家庭が多い。これに、すでにふれた月に1～2回外食をするのを加えると、

週に1回あるいは、もう少し多く外の食べ物に頼っている計算になる。こうした意味では、知らず知らずのうちに、外食産業がそれぞれの家庭の中に浸透しているのを感じる。

ファーストフードレストランは、いかにもファーストフードらしく衛生的なのではあるが、味は画一的で深みに乏しい。そして多くの人たちがファーストフードの味に慣れ、それ以上を望まない社会があったとしたら、その国の食生活はきわめて貧しいと思うが、日本はそういう国になってしまったのであろうか。

(図5) 買ったもので食事をとる

→月に1～3回くらい



(表13) どんなものを買ってくるか

→東京はフライドチキン

	弁当	おもし	パン	ハンバーガー	フライドチキン	その他	買ったことはない
東京	15.0	20.0	12.0	6.0	13.0	30.0	4.0
埼玉	16.7	26.5	16.7	7.5	10.0	16.7	5.9
山形	22.9	16.0	9.2	14.7	6.9	25.1	5.2
兵庫	10.6	36.8	15.6	5.4	4.3	21.6	5.7
全体	14.2	27.3	14.8	8.9	6.6	22.4	5.8

第II章 食事文化をめぐって



1. 父親の帰宅を待つか

先回りをして、外食のことまでふれてしまったのかかもしれない。もう一度、夕食の風景へ戻ろう。ふだんの日、夕食のとき家族全員が揃う割合は4割くらいで、3割以上の家庭では、全員が揃うことはほとんどないという（表14・図6）。

中学生の父親ともなれば社会の中堅で、帰宅も遅くなりがちであろう。それと同時に、子どもも学習塾通いや部活動などで忙しくなる。そうしたことから、一家揃っての夕食がむずかしくなるのであろう。特に3年生になると、一家が夕食を共にする家庭は34%に減少する。

こうした事情を裏書きするかのように、「父

親の帰りが遅くなったときに父親の帰りを待つか」について、図7・表15のような結果が得られている。

父親の帰りを長時間待つ家庭は2割強で、41%とほぼ半数に近い家庭では、父親の帰宅をまったく待たずに食事が始まっている。

もちろん中学生ともなれば、小学生の頃とちがい、常に一家が揃う必要性はないのかもしれない。それにしても、半数近くの家庭で父親の帰宅をまったく待たないというあたりに、家庭の食事文化が崩れているのを感じる。

何年か前に、映画「家族ゲーム」が新しい家庭のあり方を描いたというので評判になった。団地をモデルにしたもので、細長いベン

チのような食卓に、家族が横一列で食事をとる感じがなんとも異様であった。家庭といえば、顔と顔を見つめ合いながら食事をするということに慣れているだけに、この映画で描かれた家庭内のコミュニケーションのなさは、

未来の家庭を見る思いがした。

そして、表15の父親の帰宅を待たないのは、家族の心理的なつながりが弱まったことであり、それはそうした「家族ゲーム」へいたる過程のように思われてならない。なお、父親

(表14) 夕食には一家が揃うか

→ 3年になると揃わなくなる

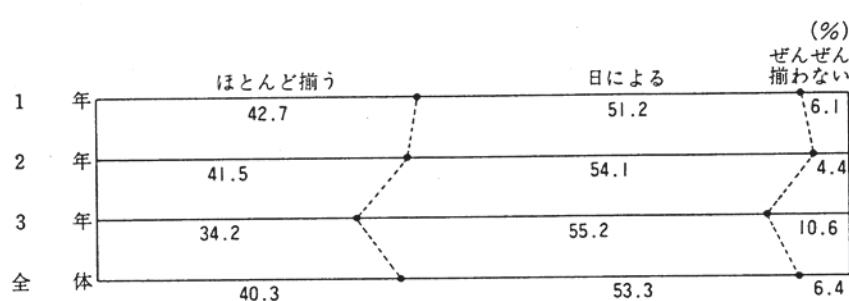
(%)

		揃う				まったく ない
		ほとんど毎日	週3~4日	週1~2回	月1~2回	
学 年	1 年	42.7	19.0	26.0	6.2	6.1
	2 年	41.5	23.9	23.8	6.4	4.4
	3 年	34.2	20.0	27.4	7.8	10.6
性	男 子	37.6	21.7	27.4	6.6	6.7
	女 子	43.2	20.7	23.4	6.6	6.1
地 域	東 京	31.2	20.2	35.8	6.4	6.4
	埼 玉	43.4	19.8	23.0	6.5	7.3
	山 形	30.5	19.8	31.5	9.1	9.1
	兵 庫	45.3	20.5	22.8	5.2	6.2
全 体		(40.3)	21.2	25.4	6.7	6.4

(図6) 夕食には一家が揃うか×学年

→ なかなか揃わない

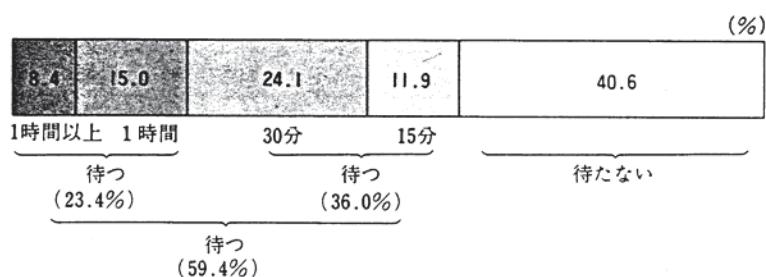
(%)



だけの特別のおかずがない家庭は44%で、いつも父親に特別のおかずがある家庭は「週3～4回」を含めても、24%にとどまっている(図8)。

さらに図9・表16によれば、献立を考えるにあたって、子どもの好みを大事にするが49%と半数に迫っている。

(図7) 父親の帰りを待つか
→ほとんど待たない

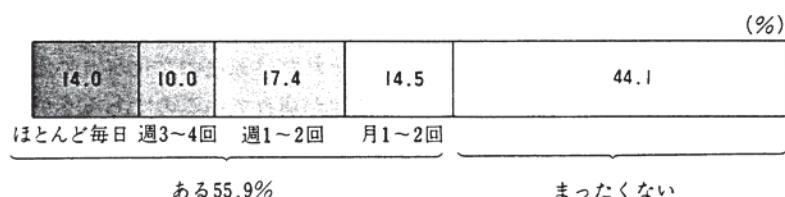


(表15) 父親の帰りを待つか

	年	待つ				待たない
		1時間以上	1時間	30分	15分	
学年	1年	9.9	15.8	24.2	9.9	40.2
	2年	7.3	15.3	26.5	12.5	38.4
	3年	7.9	13.3	19.8	14.3	44.7
性	男子	7.7	12.7	23.4	12.7	43.5
	女子	9.1	17.6	24.8	11.0	37.5
地域	東京	7.5	15.1	20.8	11.3	45.3
	埼玉	7.9	16.1	24.8	7.0	44.2
	山形	8.5	9.4	18.6	11.1	52.4
	兵庫	9.3	16.8	26.0	12.7	35.2
全体		8.4	15.0	24.1	11.9	40.6

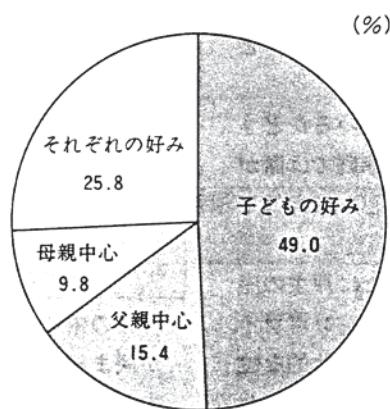
(図8) 父親だけの特別のおかず

→ある家庭は少ない



(図9) 献立は誰の好みか

→子ども中心



(表16) 献立は誰の好みか

	子どもの好み	父親中心	母親中心	それぞれの好み	(%)
東京	47.6	12.6	13.6	26.2	
埼玉	53.0	12.4	9.4	25.2	
山形	53.6	13.7	9.4	23.3	
兵庫	51.1	15.2	10.1	23.6	
全 体	49.0	15.4	9.8	25.8	

2. 食卓での座り方

こう見えてくると、食卓の風景がこの十年来かなり様変わりをしているのがわかる。少なくとも食事の面で、父親の影が薄れ、子ども中心の家庭が増え始めている。

大学院の頃になるから、20年以上も昔になるが、その頃家庭を対象とした調査を行うとき、入浴の順番や食卓のつき方をたずねるのが常であった。家庭の中での力関係が食卓のつき方やご飯をよそう順番に現れていたからである。

しかし、今日の調査結果によれば、子ども中心の食卓が増加している。そうだとすれば、食卓をとりまく文化も子ども中心のものへと変化しているのであろうか。

図10は、食卓での席が決まっているかどうかを表しているが、3割以上の家庭では席が決まっていない。そして、こうした傾向は東京に著しい。

かつての家族では、いろいろな戸主の座が決まっていたが、それが家長権をシンボライズし、主婦権を意味するカカザと対称的な位置を占めていたなどといっても、現代の人た

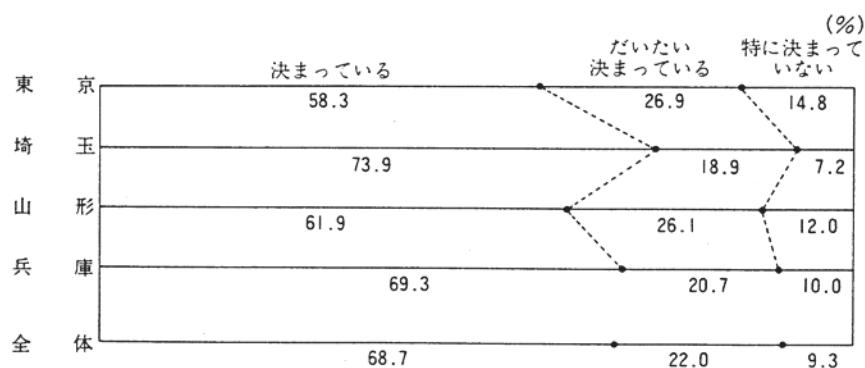
ちには昔話としか思われないかもしれない。

それだけ家庭の文化が流動化し、伝統的な文化が崩れているのであろうが、ご飯をよそうなどの行為について以下のような数値が得られている。

(%)			
●おかま(すいはん器)やみそ汁のなべに一番近い席			
1. 子ども	8.6	4. 他の家族	2.4
2. お父さん	2.9	5. 特に決まっていない	14.4
3. お母さん	71.7		
●ご飯をよそうのは、誰			
1. 子ども	11.1	4. 他の家族	1.6
2. お父さん	0.7	5. それぞれ自分で	7.3
3. お母さん	54.5	6. 特に決まっていない	24.8
●ご飯をよそう順番			
1. お父さんから	24.5	4. 年下の子から	3.0
2. 年上の家族から	5.4	5. 男の子から	1.2
3. 年上の子から	1.3	6. 特に決まっていない	64.6

この中で目につくのは、ご飯をよそう順番が決まっていない点で、これを属性別に分析すると、表17の通りとなる。特に東京の場合、

(図10) 食事の席は決まっているか
→「決まっていない」が3割



82%の家庭でご飯をよそう順番が決まっていないという。

決まっていないということは、少なくとも父親からではないことを意味する。父親は家族のメンバーのひとりとなる、といえば聞こえがよいが、食卓をめぐってのけじめがなくなりすぎた感じがする。

そういえば、食事を始める前に「いただきます」と言うのが当たり前だったと思う。しかし表18のように、「いただきます」と言う家庭は、わずかに37%と3分の1を超える程度にすぎない。しかも、1年から2年、3年と学年が上がるにつれて、「いただきます」の

声は小さくなる（図11）。

家族全員のご飯がよそい終わるのを待つ。そして「いただきます」と言って食べ始める。これは、家族で食事をとる際の最低のルールであろうが、ひとりひとりが勝手に食事をとるようになると、そうした家族としてのまとまりが崩れる。テーブルを囲んではいても、ひとりひとりは別々だという「家族ゲーム」に近い食卓の姿が現代の家族なのであろうか。

なお、はしや茶碗などが家族で決まっている割合は、以下の通りである。

はし	85.2%	湯のみ	65.7%
茶碗	80.5%	おわん	41.5%

（表17）ご飯をよそう順番

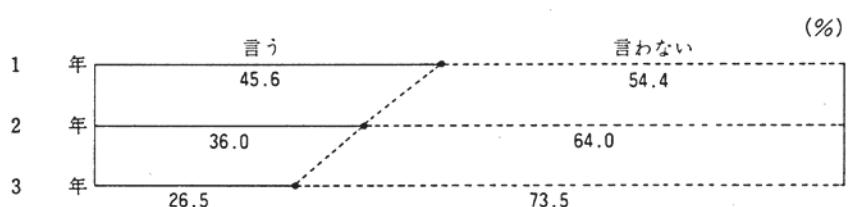
→ 特に決まっていない

		(%)					
		お父さん から	年上の 家族から	年上の 子から	年下の 子から	男の子 から	特に決まっ ていない
学 年	1 年	24.3	6.3	1.1	4.1	0.4	63.8
	2 年	24.6	5.4	1.1	2.8	1.9	64.2
	3 年	24.5	3.9	1.8	1.4	1.4	67.0
性	男 子	19.3	3.8	0.7	2.8	1.5	71.9
	女 子	29.9	7.0	1.9	3.2	0.9	57.1
地 域	東 京	15.7	0.9	0.9	0	0.9	81.6
	埼 玉	26.5	4.0	0.8	3.6	1.2	63.9
	山 形	21.8	6.7	2.1	3.1	0.3	66.0
	兵 庫	26.4	4.4	1.0	1.2	0.8	66.2
全 体		24.5	5.4	1.3	3.0	1.2	64.6

(表18) 「いただきます」と言うか
 ↗「言う」が3分の1

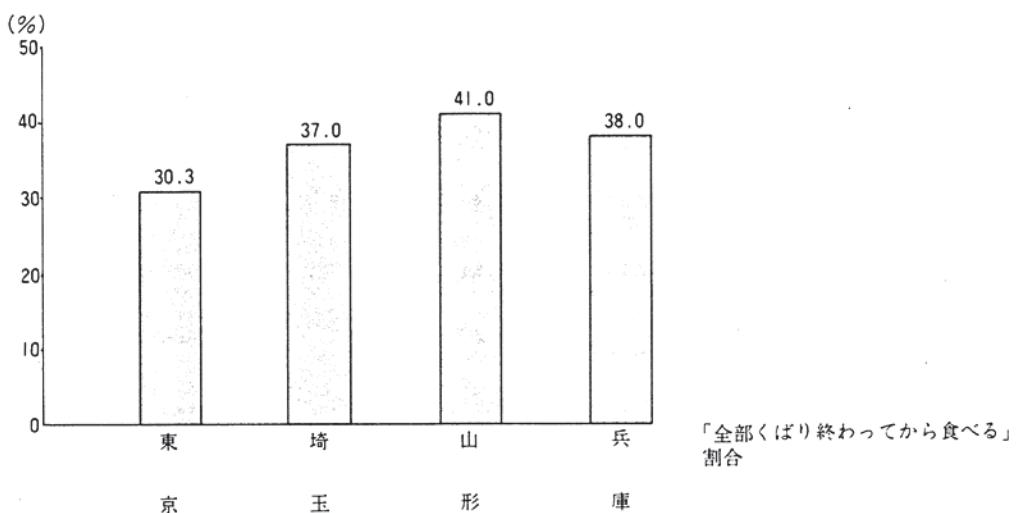
		誰も言わない	言たり 言わなかつたり	みんなが言う	(%)
学年	1年	9.9	44.5	45.6	
	2年	15.3	48.7	36.0	
	3年	21.7	51.8	26.5	
性	男子	18.1	46.0	35.9	
	女子	11.2	49.7	39.1	
地域	東京	6.4	56.9	36.7	
	埼玉	14.9	46.1	39.0	
	山形	11.2	43.5	45.3	
	兵庫	21.0	52.6	26.4	
全体		14.7	47.9	37.4	

(図11) 「いただきます」と言うか×学年
 ↗学年が上がると言わなくなる



(図12) ご飯は全員の分をくぱり終わってから食べる

→ 東京はくばられたらすぐに食べる



3. 伝統的な行事

これまでふれてきたように、現代の食卓の風景は予想を上回るスピードで、家族としてのまとまりを失わせ、ひとりひとりが食事をとるという感じを深めている。父親の帰りを待たない、食卓での座り方が決まっていない、食事にあたって、「いただきます」と言わない、ひとりひとりで食べ始めるなどが、その具体例となる。

そうなると、伝統的といわれる日本の食文化がどうなっているのかが気がかりとなる。そこでお正月から12月にかけてのさまざまな行事——外来のものも含めて——を示し、それをどの程度しているのかをたずねてみた。

結果は表19（表20は地域別データ）の通り

だが、それを以下のように要約できよう。

① ほとんどの家庭でしている

- | | |
|---------|-------|
| 1 お雑煮 | 86.6% |
| 2 年越しそば | 73.5% |

② 半分くらいはしている

- | | |
|-------------|-------|
| 1 クリスマスのケーキ | 53.3% |
| 2 節分の豆まき | 51.9% |
| 3 鏡開き | 42.2% |

土用のうなぎや冬至のかぼちゃ、月見だんごといつても、季節感が失われた現在では、ノスタルジアになってしまうかもしれない。しかし季節感がなくなったからこそ、そうした年中行事を大事にしていきたい気持ちがあるが、その期待はかなえられそうにない。

(表19) 伝統的な食事文化

→お雑煮や年越しそば

	毎年 そうしている	だいたい そうしている	昔はしたが 今はして いない	まったく したことが ない	(%) そんなことは 知らない
お正月にお雑煮を作って食べる	(86.6)	11.0	0.8	0.9	0.7
七草がゆを作つて食べる	(23.9)	23.4	15.6	20.9	16.2
鏡開きに鏡もちをおろして食べる	(42.2)	28.9	10.1	9.9	8.9
節分に豆まきをする	(51.9)	21.4	18.6	6.0	2.1
バレンタインデーにチョコレート を交換する	11.2	18.0	21.0	(36.4)	13.4
お彼岸にぼた餅やおはぎを食べる	33.4	(38.3)	10.8	11.0	6.5
端午の節句にかしわ餅を食べる	33.4	(38.0)	11.0	9.2	8.4
土用の丑の日にうなぎを食べる	29.3	(32.8)	10.8	16.6	10.5
十五夜にお月見だんごを作る	13.9	16.7	21.7	(38.3)	9.4
冬至にかばちゃを食べる	(27.0)	25.5	10.2	19.8	17.5
クリスマス・イブにケーキを食べる	(53.3)	27.7	10.7	5.1	3.2
大みそかに年越しそばを食べる	(73.5)	18.2	3.5	2.8	2.0

(表20) 食事文化×地域

→ 東京は行事離れ

	東京	埼玉	山形	兵庫	(%)
お正月にお雑煮を作って食べる	× 82.6	83.1	83.4	87.5	
七草がゆを作つて食べる	19.1	× 16.7	32.7	22.3	
鏡開きに鏡もちをおろして食べる	39.1	40.7	× 36.2	44.0	
節分に豆まきをする	50.9	60.5	60.4	× 34.9	
バレンタインデーにチョコレートを交換する	7.4	17.9	18.2	5.2	
お彼岸にはた餅やおはぎ食べる	34.5	35.0	32.7	× 24.7	
端午の節句にかしわ餅を食べる	× 25.5	31.5	30.2	30.0	
土用の丑の日にうなぎを食べる	22.2	25.8	× 20.9	33.1	
十五夜にお月見だんごを作る	16.4	24.1	12.7	× 4.6	
冬至にかぼちゃを食べる	19.3	× 14.9	15.3	24.7	
クリスマス・イブにケーキを食べる	45.5	50.2	46.0	× 35.7	
大みそかに年越しそばを食べる	69.4	73.1	× 68.7	77.8	

「毎年そうしている」割合

4. 食べ物の旬

食卓から季節感がなくなっているだけに、生徒たちがきゅうりやトマト、だいこんを知らないのではないかと思った。そこで、念のためそうしたもののがなっているのを見たことがあるかどうかをたずねてみた。

だいこんやピーマン、さといもなどは知らないのではないかと思ったが、表21の通り、ほとんどすべてのものを生徒たちは「なっているのを見たことがある」と答えている。正

直に言って、生徒たちがこんなに食べ物についての直接体験を持っているとは思えないが、少なくとも子どもたちはそう信じている。

もっとも表21を地域別に集計すると、表22のようになり、東京の生徒たちの知識が乏しいのがわかる。他の地域についても、生活と季節との距離が生じるにつれ、東京と同じ傾向をたどるのかもしれない。

なお、この調査の中で旬についても調べて

(表21) 食べ物への知識

→なっているのを見たことはある

(%)

	わからぬい			わかる		
	わからない	見たことがない	小計	知っている	くわしい	小計
いちご	1.5	6.0	7.5	81.1	11.4	92.5
すいか	1.6	9.7	11.3	76.3	12.4	88.7
じやがいも	1.7	7.5	9.2	81.6	9.2	90.8
みかん	1.7	11.8	13.5	74.5	12.0	86.5
トマト	1.8	7.0	8.8	82.0	9.2	91.2
きゅうり	1.8	8.5	10.3	80.0	9.7	89.7
だいこん	1.8	11.0	12.8	78.9	8.3	87.2
かき	1.9	5.0	6.9	81.0	12.1	93.1
たまねぎ	1.9	23.7	25.6	67.7	6.7	74.4
りんご	2.0	14.6	16.6	73.0	10.4	83.4
にんじん	2.0	17.4	19.4	73.9	6.7	80.6
ピーマン	2.0	23.6	25.6	67.8	6.6	74.4
はくさい	2.0	20.9	22.9	70.2	6.9	77.1
たけのこ	2.3	18.8	21.1	73.1	5.8	78.9
さといも	2.5	33.7	36.2	57.4	6.4	63.8

どういう
ものか
わからない

どういうものか
わかるけれど、
なっているのを
見たことがない

なっているのを
見たし、
どんなものか
知っている

それには
ついては
かなり
くわしい

1—————2—————3—————4

みた。結果は図13にくわしい。

- ① 大半の子が一致
すいか = 8月 (72.6%)
- ② 半数近くが一致
かき = 10月 (47.7%)
トマト = 8月 (43.0%)
- ③ 3分の1近くが一致
みかん = 12月 (39.6%)
りんご = 10月 (37.9%)

さといも = 10月 (33.7%)

きゅうり = 8月 (33.1%)

いちご = 5月 (31.7%)

すいかは8月くらいが旬で、あとはみかんやりんご、いちごなどでも、子どもたちは旬を特定できないでいる。トマトやきゅうりなども、年中店先に並んでいる。したがって生徒たちが旬の感覚を持てないのも当然なのかもしれない。

(表22) 食べ物の知識×地域

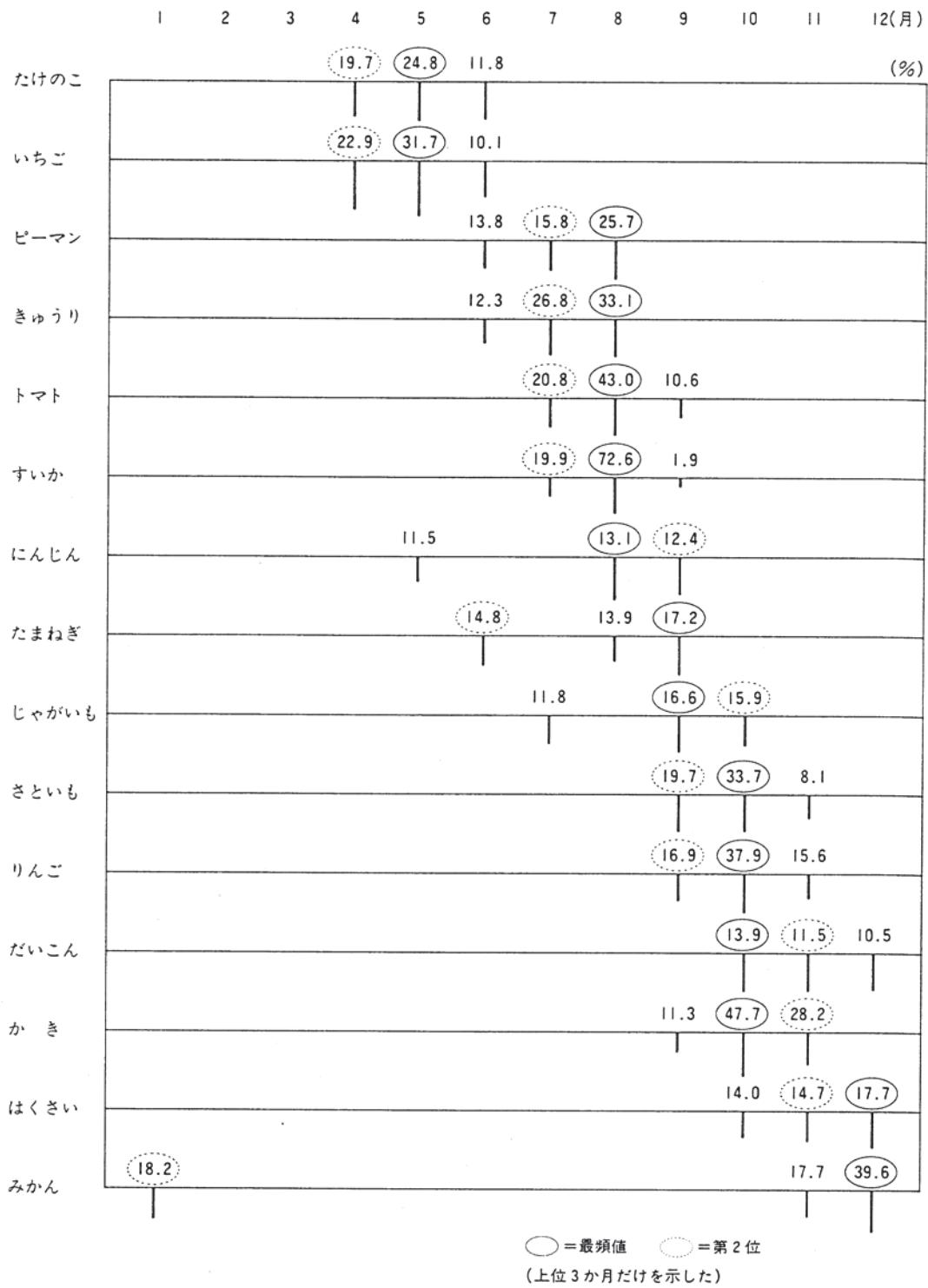
→ 東京は知識に乏しい

(%)

	東京	埼玉	山形	兵庫
じゃがいも	× 86.3	95.2	88.9	89.6
だいこん	× 74.1	96.3	83.0	88.1
はくさい	× 58.3	83.0	82.6	83.1
たけのこ	× 64.7	85.4	84.7	85.3
さといも	× 57.1	74.6	64.8	60.6

(図13) 食べ物の旬

→だいたいはつかめている



第III章 子どもが自分でしていること



1. 食べ物の好き嫌い

改めてふれるまでもなく、食事とは人々と共にものを食べるところに意味を持とう。そこから食事をめぐってのさまざまな文化が発生していく。

しかしこれまでふれてきたように、中学生たちの食生活はただ食べるだけで、食事につきものの文化とかルールなどに欠ける感じがする。これは、栄養になるものを口にするという行為であり、食事という名に値しないようと思える。

そうなると、せめて好き嫌いなく食事をしているかどうかが問題になるが、表23によると、嫌いなものがいたら「一口も食べない」者が26%に達する。しかも学年が上がるにつ

れて、嫌いなものを食べない子どもが増加していく（図14）。

子どもが幼いうちなら、子どもに「食べなさい」と言える。しかし子どもが大きくなると、母親が言ったとしても、子どものほうが親の言うことを聞こうとしないのかもしれない。いずれにせよ、表24によれば、親たちの中にも子どもが嫌いなものを作らないか、あるいは半分くらい食べたらそれ以上何も言わない者が少なくない。

人は誰しも食べ物の好き嫌いを持つといわれる。というより、日本人が納豆やみそ汁に慣れているから好んで食べているように、食事の中で慣れていないものは食べにくいのが

(表23) 嫌いなものがいたら

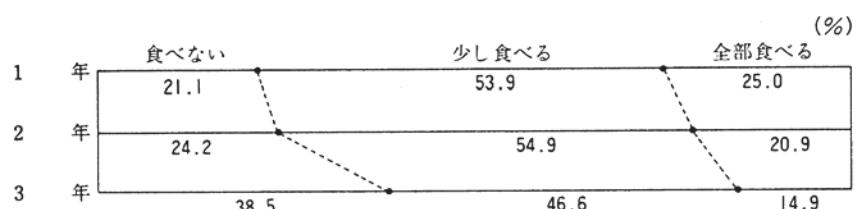
→食べない子が26.2%

(%)

		食べない	食べる			
学年	1年		一口だけ	半分くらい	無理して	全部
	2年	24.2	21.7	15.9	17.3	20.9
	3年	38.5	18.3	13.4	14.9	14.9
性	男子	23.0	15.8	17.4	19.2	24.6
	女子	29.9	22.8	15.5	14.5	17.3
全 体		26.2	19.2	16.4	17.2	21.0

(図14) 嫌いなものを食べるか×学年

→学年が上がると食べなくなる



(表24) 嫌いなものがいるか

→作らないものも割

(%)

	全 体	性		学 年		
		男 子	女 子	1 年	2 年	3 年
はじめから作らない	10.2	11.4	9.0	6.1	11.9	12.7
あなたの分だけ他のおかずを用意する	11.6	11.8	11.5	10.1	10.1	16.8
一口も食べなくとも叱らない	19.1	18.7	19.4	16.9	18.0	25.2
半分くらい食べれば許してくれる	30.4	29.3	31.3	33.3	32.4	21.8
一口食べれば許してくれる	9.5	6.8	12.3	9.4	11.0	7.2
全部食べなければ許してくれない	19.2	22.0	16.5	24.2	16.6	16.3

人の常であろう。したがって、考え方によつては、偏食が多いほうが人間らしいのかもしれない。しかし、多くの人々は嫌いなものをがまんして口の中に入れる。そうした形で食べていきながら偏食も少なくなる。そうした意味では偏食の少なさは、耐性につき、人

間的にねれた証しといえなくもない。

実際にも表25・図15の通り、子どもたちは、偏食の多い子は甘やかされ、わがままな子だと思っている。生徒たちもわかっているのであるから、食べ物の最小限のしつけとして、偏食を少なくすることが望まれよう。

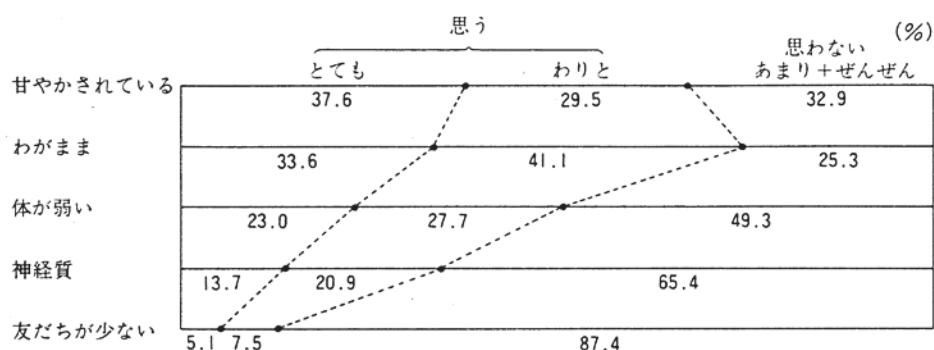
(表25) 偏食の多い子

→甘やかされていると思う

	思 う		思 わ な い		(%)
	と て も	わ り と	あ ま り	せ ん せ ん	
甘やかされている	37.6	29.5	22.6	10.3	
わがまま	33.6	41.1	19.2	6.1	
体が弱い	23.0	27.7	32.9	16.4	
神経質	13.7	20.9	36.1	29.3	
友だちが少ない	5.1	7.5	38.3	49.1	

(図15) 偏食の多い子

→やはりわがままな子



2. 家事の手伝い

生徒たちは、自分の好きなときに食べたいものを食べるというようなわがままな食生活を送っていた。親たちがいつも食事を作ってくれる。それに慣れてしまっているので、自分からは何もしようとしない生活でもある。

それだけに、せめて食事の手伝いをどれくらいしているかが関心をひく。表26に手伝いの結果を示した。

①毎日のようにしている

食後、食器を流しへ運ぶ

②ときどきする

茶碗を並べる

テーブルをふく

せんたくものをしまう

家庭の中で生徒たちは、ほとんど手伝いらしい手伝いをしていないが、これをもう少しくわしく、性・学年別に集計し直すと表27となる。まず性別に着目すると、例によってと

いうべきか、女子と比べ男子の手伝い率が低いのは、図16の示す通りである。男の子たちも家事くらいできてもよいと思うのに、手伝おうとしない。それと同時に、女子たちが手伝っていないのも目につく。女子は手伝うのではないかといっても、手伝っている子は3分の1を下回っており、女子でも手伝っていない子が多い。

したがって、男子だけでなく女子も手伝わなくなつた結果が、表27となつたのであろう。また学年別の欄では、1年から2年、そして3年になるにつれて、手伝う割合が減少している。受験があるから免除しようというのであろうか、学年が上がると手伝いもしなくなる。生徒たちはサービスされるままに、ただ食べるだけの毎日を送っており、これでは人間として生活しているとはいえない。

(表26) 手伝い

→食後、食器を流しへ運ぶくらい

(%)

	毎日の ようにやる	して い る				したこと がない
		週3日	週1日	月2回	今まで1,2回	
食後、食器を流しへ運ぶ	(49.4)	15.4	11.7	10.3	7.7	5.5
ご飯のとき、茶碗やはしをならべる	(32.5)	21.5	15.7	14.2	10.0	6.1
ご飯をよそう	27.1	(23.9)	20.7	13.7	8.4	6.2
ご飯のとき、テーブルの上をふく	(22.0)	19.2	16.1	15.4	13.7	13.6
せんたくものをタンスにしまう	(21.7)	14.6	14.6	16.3	15.0	17.8
自分の机のまわりのそうじをする	18.8	22.1	(27.0)	23.4	5.1	3.6
朝、新聞をとってくる	15.7	13.4	15.3	(21.7)	17.5	16.4
玄関のくつを揃える	13.4	11.9	14.9	(22.3)	19.0	18.5
せんたくものをとりこむ	8.8	18.5	22.0	(27.2)	15.5	8.0
ハンカチなどにアイロンをかける	7.6	11.2	14.4	21.9	20.5	(24.4)
食器をふく	7.2	10.8	15.2	(25.1)	20.7	21.0
お米をとぐ	7.2	10.0	11.4	23.2	23.8	(24.4)
せんたくものをたたむ	7.1	12.9	17.7	(26.4)	19.4	16.5
食器を洗う	6.9	12.6	19.9	(28.3)	19.1	13.2
自分の下着のせんたくをする	6.7	6.0	8.6	17.7	23.9	(37.1)
簡単な料理を作る	6.5	13.8	20.6	(26.3)	20.4	12.4
みんなで使う部屋のそうじをする	6.5	8.4	18.3	(28.0)	22.5	16.3
ゴミを外へ出す	5.5	9.5	16.1	(28.5)	22.8	17.6
せんたくものを干す	4.2	7.9	13.7	(26.2)	22.9	25.1
夕食の買い物にいく	3.9	9.6	15.3	(27.2)	21.1	22.9

(表27) 手伝い×性・学年

→ 1年>2年>3年

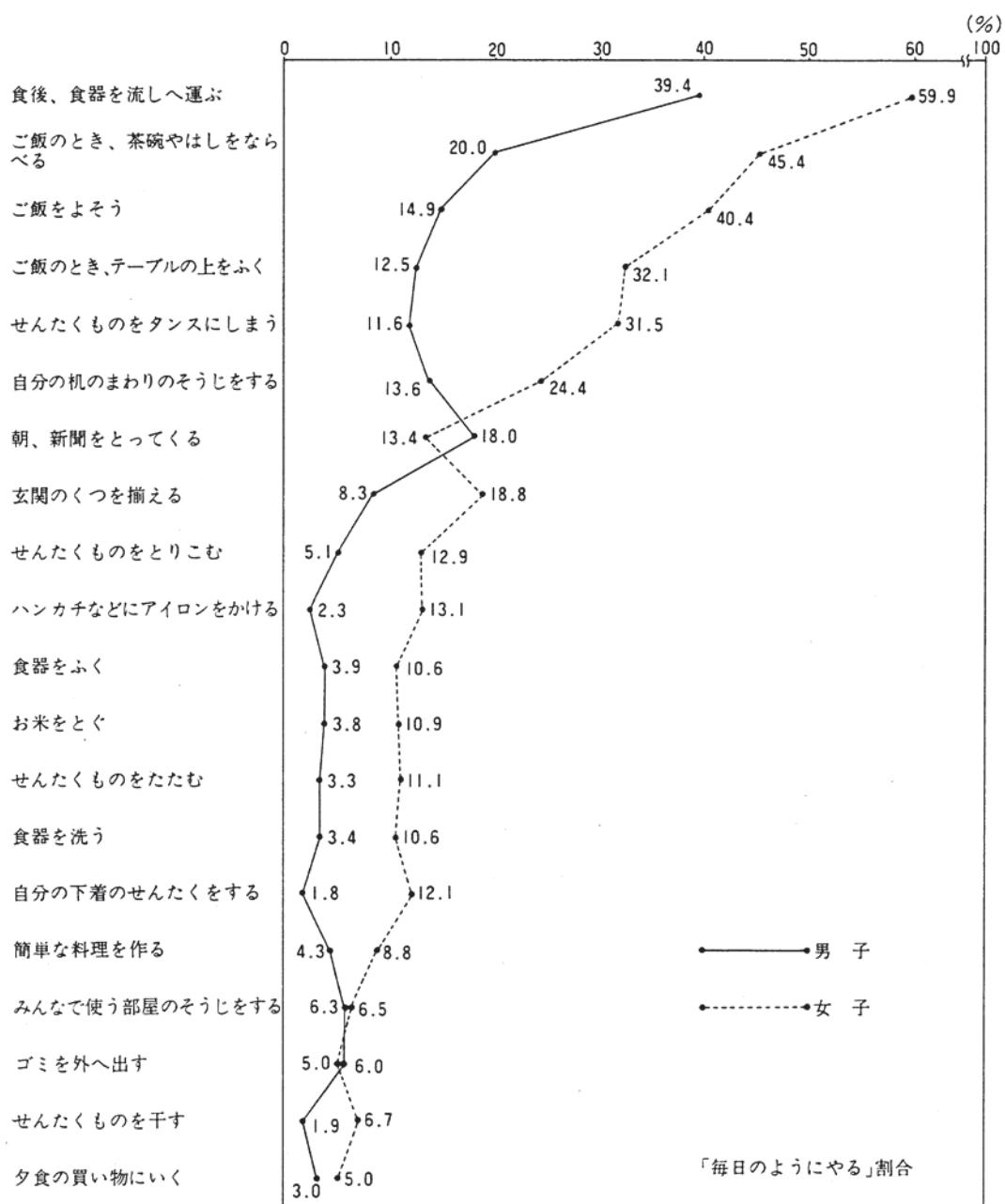
(%)

	性		学 年		
	男 子	女 子	1 年	2 年	3 年
食後、食器を流しへ運ぶ	39.4	59.9	49.7	51.3	45.7
ご飯のとき、茶碗やはしをならべる	20.0	45.4	35.3	31.4	29.8
ご飯をよそう	14.9	40.4	27.4	27.4	26.5
ご飯のとき、テーブルの上をふく	12.5	32.1	25.3	20.4	19.6
せんたくものをタンスにしまう	11.6	31.5	22.4	20.6	22.3
自分の机のまわりのそうじをする	13.6	24.4	20.2	19.1	15.6
朝、新聞をとってくる	18.0	13.4	17.3	15.8	13.0
玄関のくつを揃える	8.3	18.8	15.2	13.4	10.5
せんたくものをとりこむ	5.1	12.9	8.2	8.3	11.0
ハンカチなどにアイロンをかける	2.3	13.1	8.2	7.2	7.2
食器をふく	3.9	10.6	7.4	7.0	7.0
お米をとぐ	3.8	10.9	7.5	6.4	8.4
せんたくものをたたむ	3.3	11.1	6.6	7.3	7.4
食器を洗う	3.4	10.6	6.3	7.3	7.2
自分の下着のせんたくをする	1.8	12.1	7.2	6.3	7.0
簡単な料理を作る	4.3	8.8	7.5	6.3	5.1
みんなで使う部屋のそうじをする	6.3	6.5	8.3	5.8	4.7
ゴミを外へ出す	6.0	5.0	8.3	3.2	4.9
せんたくものを干す	1.9	6.7	4.8	3.8	3.7
夕食の買い物にいく	3.0	5.0	5.2	2.8	3.9

「毎日のようにやる」割合

(図16) 手伝い×性

→男子は手伝わないといふもの……



3. 買い食い

そうした中で、生徒たちが唯一自分でしているのは、スナック菓子などの買い食いなのかもしれない。

もっとも表28によれば、買い食いといつても、ふだんはあまりせず、外に遊びに行ったときに買うことが多いという。そして週に1～2回（表29）、1回に100～200円（表30）というのが、買い食いの平均値となる。ポテトチップやアイスクリームなどが、買い食いの主なものなのであろう。

具体的に好きなおやつの割合を表31に示したが、ポテトチップやみかん、りんごなどの果物の好きな子が多い。また、ポテトチップやみかんを食べる割合は表32～33に示した通りである。

今どきの若い者は、などというつもりはな

いが、今回の調査を通じて、食事文化の崩れを感じた。食べ方についてのルールがなく、子どもたちはほしいものを勝手に口にしている。これでは、家畜が餌を食べるのと同じなのではないか。

親をはじめ多くのおとなたちの努力の上に食事ができるのであるから、「いただきます」と言うくらいはエチケットであろうし、ご飯は全員がよそい終わるのを待って食べ始めるのも、人間としてのマナーとなる。あまりに乱れ、ルールがなさすぎるので、こうした食卓のマナーの再生を望みたい気がする。それと同時に家族の構成員として、家事を手伝うのも子どもとしての義務であろう。現在のままだと、食事を通して子どもたちのわがままを育てている印象が強い。

(表28) 買い食い

→外へ行ったときにするくらい

	よくする	わりとする	たまにする	ぜんぜんしない	(%)
学校の帰り道	3.9	5.8	19.1	71.2	
塾の行き帰り	9.0	8.0	22.8	60.2	
外に遊びに行ったとき	31.7	29.1	31.1	8.1	
家にいて、好きなおやつかほしかったとき	18.0	20.5	35.2	26.3	

(表29) 買い食いの回数

→週1～2回

(%)

		しない	する		
学年	1年		週1～2回	週3～4回	毎日
	2年	37.4	45.1	14.4	3.1
	3年	31.9	42.3	19.2	6.6
性	男子	30.1	44.1	19.4	6.4
	女子	42.6	41.4	13.0	3.0
全 体		36.2	(42.7)	16.3	4.8

(表30) 買い食いの金額

→100～200円くらい

(%)

		100円以下	100～200円	300～400円	500円くらい	1,000円以上
学年	1年	18.7	45.8	20.6	9.5	5.4
	2年	13.4	46.5	22.7	11.8	5.6
性	3年	13.1	45.3	25.0	11.4	5.2
	男子	16.9	46.7	20.7	10.5	5.2
	女子	13.7	45.0	24.3	11.3	5.7
全 体		15.3	(45.8)	22.5	10.9	5.5

(表31) 好きなおやつ

→ ポテトチップ

(%)

	ぜんぜん 食べない	食べる			
		週1回	週2~3回	ほとんど毎日	毎日
ケーキ	(51.7)	41.9	5.7	0.3	0.4
まんじゅう	(51.2)	38.1	8.4	1.8	0.5
バナナ	(50.0)	36.7	10.7	1.9	0.7
あんまん・肉まん	(48.6)	36.1	12.6	2.1	0.6
コーラ	(45.1)	31.5	17.0	4.8	1.6
おにぎり	(45.1)	36.5	13.2	3.3	1.9
インスタントラーメン	37.4	(38.8)	18.6	4.0	1.2
クッキー	37.0	(42.2)	18.7	1.4	0.7
せんべい	35.1	(38.1)	21.2	4.4	1.2
コーヒー	(33.1)	23.6	21.5	11.7	10.1
チョコレート	31.9	(50.0)	15.6	1.8	0.7
菓子パン	30.9	(38.5)	23.0	6.2	1.4
あめ・キャンディー	28.2	(29.3)	25.8	12.0	4.7
アイスクリーム	26.3	(32.9)	28.8	8.6	3.4
りんご	23.4	(36.3)	27.6	9.4	3.3
みかん	20.7	(31.2)	29.9	14.2	4.0
ポテトチップ	11.6	33.8	(39.8)	12.8	2.0

(表32) ポテトチップ

→週に2~3回は食べる

(%)

		せんせん 食べない	食べる			
学年	1年		週1回	週2~3回	ほとんど毎日	毎日
	2年	10.4	33.0	41.5	13.8	1.3
	3年	14.5	37.2	34.2	11.8	2.3
性	男子	11.3	31.6	40.8	13.6	2.7
	女子	11.8	36.2	38.9	11.9	1.2
全 体		11.6	33.8	(39.8)	12.8	2.0

(表33) みかん

→男子はみかん嫌い

(%)

		せんせん 食べない	食べる			
学年	1年		週1回	週2~3回	ほとんど毎日	毎日
	2年	19.6	31.2	32.3	13.0	3.9
	3年	28.9	32.8	23.3	12.9	2.1
性	男子	25.1	30.5	27.5	12.6	4.3
	女子	16.2	31.9	32.4	15.9	3.6
全 体		20.7	31.2	29.9	14.2	4.0

第IV章 調査結果をみて



1. 瞠見——現場教師の立場から

夕食についての質問で、家族全員が揃うかどうかという質問に対し、ほとんど毎日揃うと答えた生徒が40.3%というデータを見たとき、「食生活の習慣も崩れ去ってしまったなあ」という感慨が最初に浮かんだ。また、朝食をとらずに登校する生徒が4人に1人もいるなどということは、以前なら考えられないことだとも思った。だが、生徒たちに空腹感はないというのが現代らしい。それにしても、前日の夕食後、多少の夜食はとったにしても相当な時間が経っている。中学生なら普通、朝はおなかがペコペコだろうに。美食、栄養食をとっているのだろう、空腹でない者が50%を超す。食生活の崩れは、家庭生活の変貌の中

にあると見るより、豊饒となった社会の変化が食生活の習慣をも変えてしまったと見るべきだと考えた。

そういえば、夕食の時間がときに狂ってしまう家庭や父の帰りを待たないで食事をとってしまう家庭が40%を超えていたりするのも、家庭に問題があると捉えるより、父(夫)が何時に帰れるかわからない現代社会における企業のあり方のほうに注目しなければならないのではないか。この視点に立てば、就労率の高い都市の主婦(母親)が、コロッケやハンバーグの冷凍食品を利用するのも、いつ帰るかわからない夫を待つ家庭としては合理的なのかも知れない。献立の好みは、子ども中心が

49.0%に達し、父親中心が15.4%となるのは必然なのであり、ご飯をよそう順番が決まっていないのが64.6%に達していても、食事の席が決まっていない家庭があっても、それを父(夫)権の調落などと大袈裟に嘆くのは見当外れなのではあるまいか？

しかし一方で、食文化の崩れは必然、と見過ごしてよいかどうかは別問題と捉えたい。食事のとき、一緒に「いただきます」の挨拶をすることなく(62.6%)、くばられれば誰彼かまわずに食べ始めてしまう生活の中で、望ましい人間形成は可能だろうか。規律ある生活習慣の連続の中でこそそれはなされうる、と思うのだが。

とくに気がかりなのは、いただきますの挨拶が、学年が上になるに従ってされなくなっていく傾向にあることだ。誰も言わないが、中1=9.9%→中2=15.3%→中3=21.7%となる点、嫌いなものは食べない生徒が、中1=21.1%→中2=24.2%→中3=38.5%と急増していく様子は、望ましい人間形成がなされず、しつけも定着していかない状況が推察されて、肌寒い気がしてならない。これからどんな人間が創られてくるのだろうか？

年中行事の中の食文化の変容も心寒いものの一つ、と思う。季節の節目節目に珠玉のようにちりばめられてきた年中行事。それに伴う食文化は、想起するだけでも懐しさがこみ上げてくるほど私たちの人間形成に関係してきた。それなのに東京などは、お正月のお雑煮=82.6%、年越しそば=69.4%、豆まき=50.9%を除けば、行われている比率はみな50%に満たない。七草がゆも鏡開きのおしるこも、春秋のお彼岸のぼた餅やおはぎも、3月のお白酒も5月のかしわ餅も、十五夜のお月見だんごも日に日に遠い昔日の幻影となっていくようである。これでは、カサカサした人間しか育ててこないよう思う。

おとなは、そんな若者を“新人類”などと揶揄していればそれでいい、のだろうか？ 育てる側として、もっと、自覚と責任に気づかなければなるまい。いたずらに慨嘆しているだけではものごとは解決できまい。原因が確かめられたのなら、あとは解決への実践に移るのが、おとな=父母や教師の仕事である。どう実践するかは、よく話し合ってより良い方法を考え出していこうではないか。

(長嶋安男)

2. 中学生に見る「食」の変化

「食べる」ということを、中学生はどう考えているのだろう。以前から、気になっていたことである。地域差もあるだろうが、授業や昼食時間を通して、彼らの食生活を見ると、「食」とふれあう余裕がないように思える。家庭の中で、自然に覚えるべきことをまったく知らずに中学生になっている。

たとえば、調理実習で「卵焼き」を作る。「卵焼きに使うのよ」といって、油を少量渡す。「ねえ先生、この油、どうするの？卵にまぜるの？」と質問する生徒がいる。現在、男女共修であるが、こういったことは男子だ

けでない。さつま汁に入れる豚肉を洗っていたのも、かんぴょうが白いと感激していたのも、女子である。油揚げが豆腐からできている、スペゲッティはいくらゆでてもうどんのように柔かくならない。そんなことさえ知らない。冗談でも、なんでもない。「なあんにも」知らず、それが普通になっている。

文化鍋で、白米を炊く実習がある。火加減を注意し、時計とにらめっこをして、秒読みが始まる。三、二、一……蒸らし終わってふたをあける。歓声があがる。「ねえ、先生すごい？ うまい？ こげてないよ。やった！」。

そんなときの生徒たちは、中学生とは思えないほど無邪気で、炊きたてのごはんのようにキラキラしている。ごはんとさつま汁だけで、「おいしい」と言い合いながら、満足している。おかげがなくてかわいそうだ、という親の声を、聞いたことがある。そうだろうか。生徒たちは、ごはんがこんなにおいしいとは思わなかった。と言ってくれる。素朴な味を知ることは、悪いことだと思わない。

生徒たちのお弁当は、時に、親の姿や親への思いを見てくれる。「きれいなお弁当、お母さん大変ね」と私が言えば、ニッコリ笑って「だって、みんな冷凍だもん」。言うことを聞かない、とお母さんを悩ませているK君。「おいしそうね、お母さんに感謝しなくちゃ、ダメよ」と言うと「ゆうべの残りです」とぶ然と答える。私は「作ってもらえるだけ、幸せです」と必ず答えることにしている。感動する場面もある。卵焼きとたくあんだけのドカベンをたいらげたH君。「ああ、うまかった」とひとこと。満足そうな顔を見せる。

家庭や、親子のつながりが、お弁当のおかずひとつに、見えかくれする。たしかに、色とりどりできれいだと思ってのぞくと、ミニハンバーグ（冷凍）、ウィンナー、ハム、うずらの卵（缶づめ）、レタス、ブロッコリー、

プチトマトなどが並んでいる。手作りの卵焼きのほうが、満足感はあるのかもしれない。

食生活が変わってきたのは、おとなが変わってきたからである。私を含め、親も、ゆっくり「食」を味わうゆとりがない。クッキー、ケーキ、名の通った料理は知っていても、それ以前の知識はない。身をもって体験し、伝えるべきものが、伝わっていない。本に書いてあることしか知らない。私自身、それでも家庭科の教師なのか、と母に笑われることが多い。サラダはおいしそうに作れるが、煮物に艶を与えることができない。

「食べる」ということは、本来生きるために行為であったはずなのに、今はファッショնになっている。どんな食べ物が健康のかということより、自分に似合うかどうかが問題になる。季節を迎える、四季を喜ぶより、グルメの店をたくさん知っているほうが、カッコいい。「食」から学ぶ心の豊かさや、人とのふれあいより、テストの点数や友だちと調子を合わせることを、大切にしている。

豊かな「食」の中にあって、「食」を知らない子どもたち、おとなたち。何が大切なのか、これでいいのか、わからなくなってしまった。

（飯川由美子）

※おことわり 本文中に使用した写真は、本文・テーマとは一切関係ありません。