

この原稿をしたためているのは復活祭の直後でした。この40年で一番寒い復活祭だったそうで、ブラッセルでも積雪があるという、春らしくない復活祭でした。そしてこの稿が御手元に届くのは5月。私は1年で一番好きな季節と言えれば迷わずに5月といたします。天気が良ければ初夏の日差しの下でカフェのテラスでゆっくりとした時間を過ごす楽しみ。確かに日本よりも時間の流れが遅いベルギーですが、スローライフも見直されている昨今、そんな午後のひと時も楽しんでみてはいかがでしょうか。

さて今回はまた食べることに書いてみたいと思います。冷凍食品の農薬汚染問題が大騒ぎになって、改めて食の安全が取り上げられたことは記憶に新しいと思います。ところが既に平成17年に「食育基本法」と言う法律が成立しています。少し長くなりますがその第8条を引用してみると「食育は、食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることにかんがみ、食品の安全性をはじめとする食に関する知識と理解を深め、国民の適切な食生活の実践に資することを旨として、国際的な連携を図りつつ積極的に行われなければならない。」と明記されています。そしてそれを実践できなかった今の日本の食生活の姿が浮き彫りになったのが農薬汚染問題だと思います。自分自身の食生活を見直しても、また幼稚園の子どもたちのお弁当へ対する姿勢をみて、食べることにしてもう一度考え直す時期に来ているかと思い書くことにしました。

2006年の農水省の調べでは日本の食品自給率は

穀類 27% (内 豆類7%、小麦13% 米94%)
牛肉 11% 豚肉 5% 卵 10% 油脂類 13% 砂糖類 32%
牛乳、乳製品 28% 魚介類 52% いも類 80% 野菜類 79% 果物 39%

となっています。日本人の主食であるお米でさえ自給率は100%になっていません。そして全体の食料自給率は39%でしかありません。これは同じように海に囲まれ、耕地の少ないイタリアの62%やイギリスの70%よりもはるかに少ない数字です。そして驚くことに国民一人当たりの農地面積は3.7アールしかなく、イギリスの28.4アールの8分の1しかないということです。また小麦や大豆、とうもろこしを輸入に頼っていますが、その全輸入量を栽培面積に換算すると約1200万ヘクタールとなり、日本の遊休農地を加えた全農地の506万ヘクタールの倍以上の面積が必要となるそうです。40年ほど前の日本の自給率はイギリス並みの73%だったそうですが、それが著しく低下したのは食生活の大きな変化があったためとされています。当時の食生活は米やいも類を中心としており、肉食が少なかったためにそのような数字となっていました。それほど極端に自給率が減少しているのにもいつも食品の過剰在庫があり、年間1700万トンの食料の廃棄を生んでいます。農地が少ない日本ではこの廃棄量をいかに減少させるかが自給率の高上につながるのではと思います。

なぜそれほどまで食料を廃棄しているのか。もちろん長時間労働や一人暮らしの増加、店舗の無休や24時間化が原因の一つとなっていると言われてはいますが、やはり一人一人が食べ物を三度三度いただく幸せを忘れていないでしょうか。食事はただ食べれば良いというものではありません。食卓に上る食材に感謝の気持ちを込めて食べることを見直さなければと思います。

ところで日本の料理の二祖神をご存知でしょうか。まず「磐鹿六雁命（いわかむつかりのみこと）」が挙げられます。第12代景行天皇が子息の日本武尊命の戦跡を訪ねて安房の国（現在の千葉県千倉町）に行幸されたとき、磐鹿六雁命は自ら海に入り、鰹と蛤の膾を作って差し上げたところ、天皇は大いに喜び、代々料理番として使えるように命じたといわれています。その後磐鹿六雁命の末裔は高橋という名前をいただき、料理を作っていました。平安期には途絶えてしまいました。それ以降紀氏に受け継がれ紀氏が高橋姓を名乗っていましたが、それも途中で途絶え、いまではこの家系はなくなっています。しかし日本料理の祖神として現在も千葉県の高家神社に祭られています。その膾を作ったことが日本料理の基礎とされています。今の刺身の原型で

ある膾から和食の物語が始まります。もう一人は第五十八代光孝天皇の陪臣 四條中納言藤原朝臣山蔭卿です。光孝天皇自身も料理に造詣の深い方だったそうです。その四條中納言藤原朝臣山蔭卿が四條司家の祖先となり末裔が現在第四十一代目四條隆彦氏で千二百年の歴史を継がれています。

この方の書いた本の中で米飯の食べ方についての話が興味をそられました。米飯とおかずを口にほり込み、両方を口の中で噛みながら混ぜ合わせ、味がちょうど良くなったところで嚥下することが、正しい米飯の食べ方だと記されています。この食べ方は日本と朝鮮半島に残る米食とのことです。また私自身が子どもの頃に親からきつく言われたことの一つに「三角食べ」というものがありました。御飯とおかずと汁物を一口ずつ口にするので、三つの異なった美味しさが良くわかるといわれて育ちました。また迷い箸を注意され、食べ物を口に入れたまま話すことを強くたしなめられました。確かに今では食べて美味しければ良いという合理的な考えが増えてきていると思いますが、私たちが昔から続けていた食事の作法をもう一度見直せば、食材に対するありがたみも増し、それが長い目で見ていけば食育に通じると思っています。

日本で「給食費を払っているのだから昼食時に食事に対して頂きますと言わせないで欲しい」と言うクレームが学校に付けられたという話を目にしました。お金を払っておればなんでもOK だという拝金主義の表れだと思います。「頂きます」の本質はその食材への、その調味料への、その料理をしてくれた人たちへの感謝を込めて「食事を頂く」ことではと思っています。

お茶碗を左手に持ち、お箸を右手に持ち、背筋を伸ばして御飯を頂いている姿、日本人の持つ一つの美しい文化だと思います。その文化を伝え残して行くことも大人の役割だと思います。

《つづく》

参考 四條隆彦著 日本料理作法
新聞社のサイト
食育基本法