

スローライフへの提言 3

このコーナーでは、「新春村民のつどい」で行われた第5次総合振興計画提言、

テーマ「もったいない」の内容をご紹介しています。



「もったいない」

平成14年度若妻の翼員

草野悠紀さん

(関沢)

私は栄養士の資格を持っていることから「食」「食べる」という強い関心があります。私の提言はこの「食」を中心として述べたいと思います。

私は昨年、9年ぶりに復活した若妻の翼に参加するチャンスを得ました。「百聞は一見にしかず」という諺にもあるように、私がヨーロッパで目にしたこと、体験したことは今までの自分の生活を見直すきっかけとなり、今回の提言にも大きく結びついています。とにかく「食」につ

て考えさせられました。

まずドイツでのホームステイ。「田舎なのでドイツ語しか通じません」と言われており、不安いっぱいでしたが、民泊先にお邪魔したのですが、ホストファミリーのウージンさんは、すぐにお部屋に招き入れ、手作りのケーキでもてなしてくれました。決して手の込んだケーキではありませんでしたが、自宅の庭先でとれた果物をふんだんに使った素材なケーキからはウージンさんの温かな心が伝わってきて、不安や緊張が解けていく感じがしました。

次はデンマークでのホームステイ。私たちは丸一日ホストファミリーと過ごしました。私は別の団員と二人でエンリクスンさん一家と過ごしたのですが、言葉が通じないにもかかわらず、一日中ホストファミリーと過ごすことに苦痛を感じていました。しかし、その日私たちは感動的な体験ができたのです。それは午前中、郊外にあるあるお城を見学し

た後の昼食時間。レストランでの食事になるのかなと思っていたところ、私たちはある公園のベンチに腰かけさせられました。するとエンリクスンさん夫婦は近くのテーブルにクロスをかけ、食器を並べ、ワイングラスも添えて昼食を準備してくれたのです。公園のテーブルがクロスをかけただけでそこはすてきなレストランに早変わり。ワインを飲みながら、奥さん手作りのサンドイッチをおぼり、とてもリッチな気分を味わいました。今までの重たい気分はいっぺんに晴れました。

食べ物はおなかを満たしますが、心も満たしてくれ、その時実感したのです。

ドイツ・デンマーク両国での「食」の体験で思ったことは、お金をかければ、豪華で贅沢な食事は用意できます。しかし質素でも、手作りの心のこもった食事は身も心も満足させてくれることです。

この体験をいかして、ふれあいコンサート実行委員会

は、昨年の長谷川きよし&バトリックスジュエコンサート当日、手作りの夕食で出演者・スタッフをもてなしました。旬の食材（飯館産のいのはな）などを使っているメニューは皆さんに大変喜んでいただきました。

実生活においても、村で調達できる身近な食材を利用し、食べることをまず楽しんでいます。91歳から2歳まで、10人家族のわが家の食事は、いろいろなアレンジし、栄養面のバランスなども考えて食事を作らなければなりません。

食材は畑でとれた野菜を多く使います。旬のものは本当においしいです。わが家は「地産地消」、第5次総合振興計画でも良いかもしれません。

高い値段の食材を使えば、確かにおいしい料理はできます。でもそれはもったいない！ちょっとした工夫で、贅沢はできるのです。気持ちが満たされれば、それが贅沢なのです。

それからもう一つ。主婦としてこの頃、もったいないな！と思うのは、消費期限の過ぎた食材。消費期限は賞味期限ではないと思うのです。余分に買わないという計画的な買い物の姿勢は大切ですが、少しでも消費期限のきれた食材も料理人の一工夫でおいしい食事に変わることができ

ます。私は家族で食卓を囲み、手作りの料理に舌鼓を打てる時間を大事にしていきたいと思っています。

最後に一言。「若妻の翼」が「税金の無駄づかい」「もったいない事業」だと一部では言われているようですが、人前で話すことが苦手な私が、このように皆さんの前で提言できたことも若妻の翼の良かっ

た点ではないかと思えます。今後も「若妻の翼」が「もったいない事業ではなかった」といわれるように、一団員として努力していく所存です。