

11月27日(水) 朝礼のお話し (今月の食育)

和 食 の 心

今日は日本の食事、和食についてお話ししたいと思います。今年はもう過ぎてしまいましたが、11月24日は「和食の日」でした。この和食の日は2013年に和食がユネスコの無形文化遺産に制定されたことから決められました。ユネスコの無形文化遺産にはたくさんのもが登録されていますが、食、食べ物に関して登録されているのは日本の和食を含めてわずか8つだけです。世界中にたくさんの食べ物がある中で日本の和食は特徴のある文化として世界に認められているわけです。

ところで皆さんは「和食とはどんな食事か？」と聞かれたらなんと答えるでしょう。多くの人は「日本に昔からある伝統的な料理」と答えると思います。そして「和食の代表としてあげられる食べ物は？」と問われたら何をあげますか。きっと「お寿司」「そば」「天ぷら」といったものをあげる人が多いと思います。歴史を勉強した6年生ならば「平安時代の貴族が食べていたような料理」なんて答える人もいると思います。たしかにこれらの食べ物は今や和食の代表です。でも「昔から日本にある」ということに当てはめるとそうとは言えない面もあるのです。

例えば寿司の起源は東南アジアにあるそうです。そばはお隣、中国が原産の食べ物です。てんぷらは色々な説がありますが、もともとポルトガルの料理で天ぷらという言葉じたいもポルトガル語に起源があると言われていました。平安時代の貴族が食べていた宴会の料理もそのもとになるスタイルは中国の宮廷料理と言われていました。和食に欠かせない調味料もその多くが中国や朝鮮半島からもたらされたものです。そう考えると「日本にもともとあった食べもの、和食とはなんだろう？」ということになってしまいますね。

校長先生はその答えは和食の「和」という文字にあると思います。「和」の文字にはもちろん「日本の…」という意味があります。でもそれ以外にも「仲良くする、2つ以上のものを上手に混ぜ合わせる」という意味があります。みんなと仲良くすることを「人の和をつくる」なんて言います。この「和」の心こそが和食の意味なのではないかと思います。

日本人は大昔から外国から入ってきたものを上手に利用したり、より良いものにしたりすることがとても得意でした。食べ物も同じで日本には大昔から色々な食べ物がもたらされました。そしてこれを「和の心」で上手に取り入れて上手に混ぜ合わせ、日本の気候や日本人の好みに合わせてよりおいしい料理にしてきました。これが「和の食」つまり「和食」なのではないかと校長先生は思います。

どんなものでも上手に取り入れて仲良くしてしまうという和食の心。食べ物だけではなく、私たちのふだんの生活でも大切にしたい心ですね。今日は「和食の心」についてお話をしました。今日も最後まで一生懸命聴いてくれてありがとうございます。お話を終わります。