

# ★ほけんだより★No4

令和4年7月21日  
柏崎市立東中学校

## 学校保健委員会 「食べることは生きること」



### 講師：安武 信吾 様

福岡県出身。新聞記者、書籍編集者などを経て、現在は「食」「いのち」をテーマにドキュメンタリー映画を製作。奥さまは乳がんの闘病をしながら娘のはなちゃんにみそ汁づくりをはじめとする家事を教え、「生きる力」を身に付けさせようとした。このご自身とご家族の実話をまとめた本「はなちゃんのみそ汁」を文藝春秋から出版し、その後、俳優の広末涼子さん主演で映画化された。

今年度の学校保健委員会は、福岡と学校をリモートで繋ぎ、講演をしていただきました。

前半は安武様による講演をお聞きました。食の実態、「弁当の日」、安武さん家族の話……。講演最後の映像は涙を流した生徒、保護者、職員も多かったのではないのでしょうか。後半はクロストークを行いました。質問し、質問され、さらに考える、想像する。大事な経験をしたと思います。



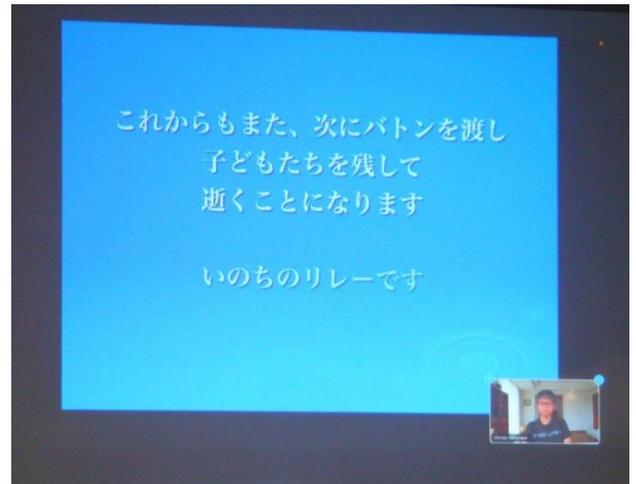


## 面倒くさいことが最大の教育

子どもを台所に立たせていますか？お手伝いをさせていますか？「たださえ朝は忙しいのに、そんなことする余裕はない」というのが本音かもしれません。ですが、できない理由を並べてやらないのは問題の先送りでしかありません。料理ができることは一生の財産であり、誰かのために作ることで家族のかかわりが生まれる。誰かを喜ばせることができる、自己肯定感が高まる。子どもだけで作る「弁当の日」は食育の域を超えているのです。夏休み、お昼ご飯はお子さんに準備させてみてはいかがでしょうか？

## 想像力をはたらかせよう

料理をする上で大切なことは？大切な人がどんな反応をする？喜んでもらえる？献立を考え、買い物をし、料理をする、片付けをするという過程を通して、自分一人で作ったものではないということがわかるはず。色々な人が関わって私たちの食があるのです。何気なく言っている「いただきます」も、食材だけでなく、作ってくれた人、関わった人、作ってくれた人の命（時間）にも「いただきます」ですね。それに気付けると、社会を見るまなざしが変わってくるはずです。物ごとの先に、何かがあるか想像してみよう。



## 大切な人の死から、どうやって前向きになれたか？

千恵さん（奥さま）にとっては、亡くなる前に娘にみそ汁作りを教えることが重要だったのではなく、自分が死んだ後、残された安武さん（旦那さま）と娘がどう生きるかということの方が重要だった。千恵さんが亡くなって、49日経つ頃、娘さんがみそ汁を作ってくれた。悲しみの涙ではなく、嬉しい涙。自分を取り戻さなければと思った。

## 生徒・保護者の感想

- 家に帰ったら親に感謝の言葉を伝えようと思いました。人の気持ちがわかる大人になりたいです。（1年）
- 食についての大切さが知れたし、両親が普段、なぜ、ご飯の前にお菓子を食べると怒るのかやコンビニでの食事を嫌がるのかがよくわかりました。（2年）
- 最近、親にひどいことを言ってしまったことがあった。今日話を聞き、両親は自分より先に死んでしまうと実感が湧いた。今怒られているところを直し、少しでも親を安心させようと思った。（3年）
- 大切な人が亡くなっても生きなければいけないと思った。（3年）
- 忙しい時は自分でやった方が早いからと、子どもたちがやろうとすることも先回りしてしまうことは、可能性をつぶしてしまうことと分かっていてもなかなか難しい。今後はなるべく見守る方向でいきたいと思いました。（3年保護者）