

週報



国際ロータリー
第2560地区

2007年 3月 5日 第1820回 本年度第28回

2006～2007 年度

SanjoMinamiRotaryClub

- 【出席率】 会員61名中42名
- 【先々週の出席率】 90.91%
- 【ゲスト】 三条クッキングスクール 校長 更科紘園 様
- 【ヴィジター】 三条東RCより 栗山正男君
- 【先週のメイクアップ】
2/27 三条北RCへ 天田 匡君 西巻克郎君 佐々木常行君

2006～07年度
クラブ会報特別企画



あの人 あの時
飯山 勝義 君
(1975年)

会長 挨拶

馬場 一敏 会長



挨拶致します。

本日は、鈴木園彦さんの担当で、三条クッキングスクール校長 更科さんの卓話です。よろしくお願い致します。

早いもので高校では既に卒業式も終わり、土曜日はおひなさまでした。我が家では2週間前におひなさまを飾りましたが、主役の娘は東京に就職、不在です。今年は交換留学生のレナさんのために飾りましたが、余り興味はなさそうでした。外国人はどうか知りませんが、早くしまわないと嫁に行かないと言われていましてので早急に片付けさせようと思います。

今週8日には高校の入学試験がありますが、春の訪れを肌で実感せず4月を迎えるようです。例年と違う天候のため何か調子が狂います。やはり雪がないと春を待ちわびる実感がわいてこない

のでしょうか。

ふきのとうが早々と食べられるようになりましたが、雪がないと発育が悪く、かたいような気がします。これからの山菜シーズンはどんなものなのでしょうか。そして、この暖かさで桜の開花が早く、4月16日の村松での当クラブ「旬例会」、桜が散りはしないかと心配しています。

国際ロータリー会長
第2560地区ガバナー
第4分区アシスタントガバナー
会長 馬場 一敏
三条南ロータリー事務局

ウィリアム ビル ボイド [ニュージーランド]
中 條 耕 二 [三条北]
桑 原 寛 治 [加 茂]
幹 事 田 代 徳 太 郎 SAA 広 岡 豊 樹
〒955-8666 三条市旭町2-5-10 三条信用金庫本店内
TEL 0256-35-3477 Fax 0256-32-7095

E-mail info@sanjo-minami.jp URL <http://www.sanjo-minami.jp>

- 中條ガバナー事務所より、2009～2010年度就任ガバナーノミニー候補者の公表
 候補者 植木 康之（うえき やすゆき）君
 所属クラブ 柏崎RC
 職業 (株)植木組 代表取締役会長
- 地区青少年交換委員会より 2007年度夏期交換学生募集要項
 - ・交換先 ドイツ（1810地区）
 - ・資格 派遣時、高校または大学在学中の者 他
 - ・派遣期間 2007年 8月初旬～約3週間
 - ・受入期間 2007年 7月10日頃より約3週間
- 津南RCより 創立30周年記念式典のご案内
 と き 2007年 5月20日（日）
 と ころ ニューグリーンピア津南



～ 3月 5日 20,000円 今年度累計 760,000円 ～

- 馬場（一）君 更科さん、卓話よろしくお願い致します。
 田代君 更科紘圀様、本日の卓話楽しみにしております。
 鈴木（圀）君 本日の卓話、三条クッキングスクールの更科校長先生宜しくお願い致します。
 佐藤（栄）君 春の嵐が、明日は一転冬の嵐に！！ 更科様ご苦労様です。
 滝口君、田中（久）君、馬場（茂）君 更科先生、本日の卓話ご苦労さまでございます。楽しみにしております。
 蕪澤君 2007～2008年度PETS（会長エレクト研修セミナー）が3月17日（土）ホテルオークラ新潟で開催されます。関係の皆さんご出席宜しくお願い致します。
 渡邊（久）君 しばらく欠席が続きました。インフルエンザがひそかに流行しています。ご注意ください。
 長谷川君 ひな祭も過ぎ早や3月、春が駆け足でやってきます。とうとう雪のない冬が終わろうとしています。石山さんBOXご苦労様。
 渡邊（光）君 卓話が終わってほっとしています。皆様のご協力に感謝しています。
 坂井君 早退しますので宜しくお願いします。
 大溪君、大原君、田中（悌）君、野崎君、野水君、船久保君、丸田君 BOXに協力致します。
 石山君 ニコニコBOX当番です。協力していただいた会員の方々には大変有難うございました。

卓話

「日本のよさ“旬”を大切に 食育伝承の重要性」

三条クッキングスクール
 校長 更科 紘圀 様

明治36年、村井弦齋が新聞のコラム『食道楽』の中で、“知恵・徳育・体育の他に、いま一つ「食育」が大切だ！”と述べている。この深みのある言葉が明治・大正・昭和とめまぐるしく変わる時流に、いつしか忘れられてしまった。が、最近の乱れに乱れた食生活の怖さが、皮肉にもこの言葉を再浮上させることとなった。今、大人が、いや子供たちまでもが体と心が危ない。

そこで、速やかに乱れた食を正し真の健康を取り戻すために、食育を確かな方法で実践することこそ急務であると、国が昨年7月「食育基本法」を制定し、家庭・学校・地域とあらゆる場で、食育に関する活動をスタートすることとなった。



経済最優先の中で大切な忘れのもの

敗戦、焦土の中から立ち上がり、1億の民が力を合わせ努力し合ってきた結果、世界に類ないめざましい発展を遂げ、経済大国を手中に収めたことは誇るべきことと思う。しかし、その豊かさを守り、さらに豊かさへとエスカレートする中でライフスタイルも急激に変わり、忙しい、時間がないなどの理由で、食もまた、より簡便性を求めるあまり、次の世代へ大切な何かを伝えることが日に日に少なくなってしまった。その結果、そのことと比例するがごとく、暗いニュースがマスコミを賑わす結果につながっているのではないかと。

先行き安心・明るい社会にするための鍵は何か。それは健康な体、やさしいぬくもりの心をも育む食——食こそ、大き

く関与していることを再認識する時である。

ちやぶ台を囲み学んだ食べ物としつけ

われわれ子供のころの食事は、一家そろって丸いちやぶ台を囲み、「いただきます」の声とともに空腹を満たすために口の中へ流し込む。すかさず親から、「なんだ！よく噛んで食べろ！」「箸の持ち方は？ご飯と汁の位置が違う！」「だまって食べろ！なんだその座り方は？」などと立て続けに大声が、時にはゲンコツまで飛んできた。食べ物不足を躰が補うがごとく、今思うとありがたく、時には怖い教えの数々が大いに役立っているのである。それに比べると今の子供たちはどうだろうか。物は豊かであるが精神面は・・・と考えるにつけ、不安が募る。

特に、最近の子供たちの食事の型に、5つの「こ食」が広がっている状況を鑑みても、先行きが心配でならない。5つの「こ食」とは、

- ① 孤食 —— 孤独でひとりで食べる。
- ② 小食 —— 夜ふかし、間食などで3食の食べる量が少ない。
- ③ 個食 —— 家族が各々違った好みのもを食べる
- ④ 粉食 —— パン、パスタなど粉食が主で米が少ない。
- ⑤ 固食 —— 好きなものしか食べない。

これらが、心身の健康をいかに壊すかをご理解いただけるものと思う。この子供たちもあつという間に大人になる。先々を考えると不安を通り越して怖い。

最近の死亡率を見ると、生活習慣病64.8%、感染症10%、自殺、交通事故25%と発表されている。自殺、交通事故を除く全体の70ポイントに、歪んだ食生活が及ぼす影響が端的に現れている。

生活習慣病の中で、国民病とまでいわれている糖尿病患者は740万人、予備軍880万人。この中には子供たちも多く含まれている。つづいてメタボリックシンドロームが2,000万人。食をおろそかにすることがいかに怖いかを如実に表している。

その上、食品添加物の多量摂取が健康を蝕むだけでなく、味覚異常者を急増させている。この現実も肥満と合わせ、富める国の大いなる悩みである。

食の問題は日本ばかりではない。いずこも、明日への共通課題は食にあり——。アメリカ、イギリスは子供のうちから台所へ「キッズイン・ザ・キッチン」、フランスは味覚教育「ルソン・ド・グウ」、イタリアは「スローフード」、日本は「食育」と、それぞれ国をあげて普及活動に懸命である。

その効果を早く、より多くあげるには、一人ひとりが食の細かな実情を幅広く知り、改めるべきところは早急に改め、実行に移すことが急務と考える。

食糧と環境問題

日本の自給率はわずか40%。不足分を補うだけでない大量の食糧輸入は、わが国の農業に先行きの不安と問題を投げかけている。さらに度を越す食糧輸入は、食べ残してゴミとなる。これを費用に換算すると1年間に20兆円、日本の農業の年間生産額と同じ額が捨てられていることになる。そしてそれは、環境破壊にもつながる。

米粒一つでも眼がつぶれる——あの大切な教えをしていた国はどこへ行ってしまったのだろうか。世界の3分の2が貧しく、8億人が栄養失調——1日1万人の餓死者が出ている世界の現実の中で、物と人の心の大切さを、どう子供たちに教えたらよいのだろうか。

ケニアの副環境相・マータイ氏の「もったいない」の発言は、本家の国として耳に痛く突き刺さるのである。さらに「もったいない」ことは、日本がもっとも誇れる旬の味、きめ細かな手作りの味を、袋の中に閉じ込めてしまったものが主流になっていることだ。

旬をありがたくいただいてこそ 日本のよさ再発見

四季の移り変わりが旬を――、山紫水明の地が豊かな水を――、世界に誇れるこの自然の恵みを上手に生かすことこそ、食育推進の第一歩である。

＊

歌を忘れたカナリアは淋しい！ 忘れたものを思い出そうよ！ 声高らかにうたおうよ！ 一皿でもいい、心の通った手作りの品を、食卓に載せようよ！ ごはん、みそ汁の位置は大丈夫？ 箸は正しく持ったかな？ 大きな声で子供たちに教えてあげようよ！ 時間をやりくりして、たまには家族そろって「いただきまーす」しようよ！

＊

「ウワー、おいしい！」と感動し、それが感激に変わる。これを日々繰り返して“ありがとう”の感謝の心に変わるのである。時代がいかにも変わろうとも、食育伝承の中には、先人が育み広めた優しい心、旬の味を、次の世代へ受け渡す大切な使命と責任が含まれていることを、忘れてはならない。

さあ、心身の健康のためにみんなで“日本のよさ再発見”の旅をしよう。旬の味・ふるさとの味・おふくろの味を心ゆくまで楽しもう。そして、豊かな水と、旬に恵まれた日本に、心を込めて“ありがとう！”

————— 本文は平成18年 9月発行の『産業新潮』9月号転載より —————

四つのテスト

一言行はこれに照らしてから――

I 真実か どうか

III 好意と友情を深めるか

II みんなに公平か

IV みんなのためになるか どうか