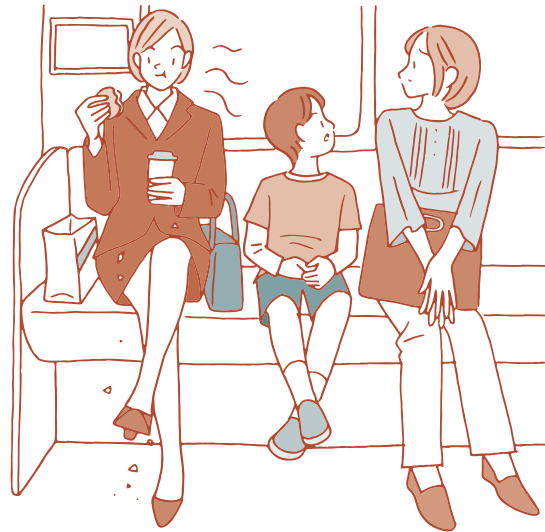


食の品格。

混んだ電車の中でのものを食べたり、歩きながら昼食を済ませたり、レストランでも子どもが走り回っていたり…。最近そんな「ちょっとどうなんだろう？」って光景をよく目にします。食べ物をいただく行為が、現代は変質してしまっているのでしょうか。自分だけが満足すれば、他人は無視、そんな寂しい心根が見え隠れします。そこで今回は、家庭から食のあり方を見直すという意味から、「品格」をテーマにしてみました。



す。品と格とを、分けてみましょう。公共の場で大声をはりあげる人より、物静かな人の方が「品」がある。スーパーのパック寿司より寿司屋の寿司の方が「格」が上。感覚的な意味合いですが、どうやら品とは、社会性や人間性が洗練されていること、また格とは、あることにおいての完成度や習熟度が高いことをいうのではないのでしょうか。

品格とは 思いやりのこと。

さて品格あるとは、社会性が洗練され、ものごとへの習熟度が高い状態です。これを冒頭の混んだ電車の中の飲食行為に当てはめてみましょう。モノを食べると、食べカスが周りにこぼれたり、食べ物の臭いが漂った

最近の話題から考える

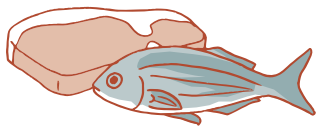
食善食誤 ⑤

そもそも 《品》ってなに？

「あの人は品がいいね」とか「ちょっと下品な色じゃない」などと言いますね。人やモノを判断する時に、私たちは何気なく「品」と言う言葉を使います。でも、品ってなんでしょう。こう考えると、ちよつとムズカシイ。辞書を

素材の品格。

日本料理がいま世界で注目を集めています。人気の理由は、そのヘルシーさにあるようですが、さて和食の魅力はそれだけでしょいか。和食の特長は、何と云っても素材の持ち味を巧みに引き出す調理法にあります。ですから素材は新鮮さが尊重されま



す。一方、肉が主食の西洋では、肉の臭みを消すための調理法や香辛料などの調味料が発達しました。和食の場合、調味料はいわば脇役で、素材が独自に持つうま味や栄養素を取り出す工夫が重ねられてきました。旬を尊ぶ習慣や、熱を加えない料理が多いのもこのためでしょう。素材の品格をそこなわず美味しくいただく、そこにこそ和食の魅力があるような気がします。

食卓はお子さまにとって一番大切な教室です。

品格をテーマにした本がベストセラーになり、その後ぞくぞくと品格本が世に出ました。「いまの時代には品格が足りないんじゃないか」とだれもが危惧しているからでしょう。品格ある食文化や食習慣を育てていくにはどうしたらいいのか。それは食を供給する私たちの責任でもあります。一方では家庭の食卓が担うべき問題でもありません。お子さまとのコミュニケーションを通じて、食の在り方を考えていく。食に対する親の品格を、子どもたちに伝える機会を積極的に作ってください。

シュガーレディ本社
代表取締役社長 佐藤 健

品格のある食は、 家庭の食卓から。

こうしてみ
ると、品格とは
他人に対して
の思いやりで
あると同時に、
自分に対しての思いやりでもあ
ることがわかります。テーマであ
る「食の品格」から考えれば、「い
ただきます、ごちそうさま」食の
挨拶「正しい箸使いや正しい姿
勢」「食事の用意や後かたづけ」
「作る人への感謝の気持ち」など
は、周りの人を思いやる品のある
行動です。そして「一日3食決ま
った時間に」「身体に良いものを
選んで食べる」「旬のものを食べる」
などは、自分を思いやる食習慣で
格が問われます。品格という
堅苦しいのですが、すべて家庭の
食卓で養われるマナーや食習慣。
お子さまの社会人としての品格
は、食卓からスタートします。



低い行動といえるでしょう。

まわりの
人にも
心くばりを

