

# आयूस: あーゆす

〈発行〉 京都文教短期大学図書館／京都市宇治市槇島町千足 80

## ✿ — — — ✿ 新たな食育時代の幕開け ✿ — — — ✿

図書館長・教授 末次 信行

「食育」について、5割近くの人言葉も意味も知らない…内閣府が成人3000人に実施したアンケートの結果である。食は生命のを維持する基本であり、健全な食生活を営むための食育を推進しようとして、昨年6月に食育基本法が制定されたが、理解はなかなか進んでいないようである。「食育（食教育）」という言葉の定義は明確にされているわけではないが、子どもを教育する際に知育、徳育、体育などととも、明治時代には教育の重点項目として取り組まれていて、その後も、家庭や学校での躰教育に引き継がれていった。

食が生命の根源であるがゆえに、人がはるか昔からの生活体験により学び知ったことを基にして食の有りようを著した多くの書物の中で、代表的なものが貝原益軒（1630～1714）の「養生訓」である。この書物に記されていることは、今日の食生活にそのまま当てはまるものが数多くある。「飽食をさげよ、珍味の食に対すとも、八九分にて止むべし」「口腹の欲にひかれて健康を失うな」「肉類は穀類より少量用いよ」「鮮魚は滋養が多い」「新鮮なものを食べよ」「晩食は朝食より少量にすべし」「暖かなものを飲食せよ、冷飲冷食をさげよ」など、当時の食生活指針ともいうべきものである。また、食する時の五思（考え方）の中には、「この食の来たところを思いやり、恵みを忘れるな」「この食を農夫が勤勞して作り出した苦しみを忘れるな」「世に貧しき人多し、飢えて死する者あり、糟糠の（貧しい）食でも幸いとせよ」など、食物のありがたさ、もったいなさをも説いている。

厚生労働省が栄養・運動・休養のバランスのとれた健康的なライフスタイルを確立するための国民の健康づくり対策をスタートさせたのは昭和53年である。その後、「アクティブ80ヘルスプラン」そして、

平成元年に開催された「食を考える懇談会」が起点となって21世紀に向けての健康づくりを目指した食育時代の到来となったわけである。食、健康、栄養に関する情報があまりにも多く氾濫している現代の食は、何をどう食べるのか、これといったモデルがないだけに、自分が食べるものと食べ方をきちんと選んで健康管理ができるための食育が不可欠となってきたのである。

食育で何を教えるのか？それも乳幼児期から学童期に教えるほど効果が大きいといわれている。静岡県のある保育園では「健康で子どもらしい子ども」の育成を目標にして、食育を中心とした保育が実践されている。この園での食育は、①食物選択能力、②料理能力、③味覚育ての能力、④元気な体のわかる能力、⑤食べものの育ちがわかる能力、の五つの能力の開発を目標とし、それぞれの目標を達成するための体験学習がネットワークとなって、子どもたちの日常生活に規律とリズムができていくこととなる。文部科学省は4月からこどもの食生活の乱れをなくそうと「早寝、早起き、朝ごはん」をキャッチフレーズに、生活リズムを改善する活動の支援・推進に乗り出す。園の保育はこの活動を先進的に実施しているといえる。

食育の原点は体験にある。小学生、中学生、高校生と年齢に応じた食育プログラムは無限にあるといっても過言ではない。そして、自分のための食育は生涯にわたって続いていくことはいうまでもないことである。

### 参考文献

- 『養生訓』 岩波書店（ワイド版岩波文庫 32）
- 『食育時代の食を考える』 中央法規出版
- 『食育の 急所』 『月刊消費者』特集号

## 『トライラスとクレシダ (Troilus and Cressida)』に思うこと

助教授 伊藤和男 (イギリス文学)

シェイクスピア (1564-1616) が名作『ハムレット』とほぼ同じ頃に創作したものとされる『トライラスとクレシダ』は、喜劇とも悲劇とも呼びうる諸要素が混在し、シェイクスピアの作品の中でも分類しにくい戯曲である。ホメロス (紀元前10世紀頃のギリシャの叙事詩人) の叙事詩『イリアス』の中で今日まで伝わるトロイ戦争がその舞台である。シェイクスピア生誕の地ストラットフォードでの上演を初めて私が見た時、きわめて難解なドラマという印象のみが残っていたが、その後原文で読んでみると、あちこちに人間、社会に関する興味ある言及があり、心引かれた。

ギリシャ軍の将軍ユリシーズは言う。「[時] は、はやる宿屋の番頭ですからな。出て行く客には形ばかりの握手をかわすが、新しい客とみれば、飛んで行って両手をひろげて迎え入れる。迎えるときはえびす顔、別れるときはしかめ面。…世界中の人間はみんな同じ性質で結ばれているんですな、つまり誰でもみんな新奇なものにとびつくだす。」と人間が常に心移りやすいこと、又時代精神も常に変化を求めやすいことを「Time is like a fashionable host…」と表現したのは見事である。更に「新しいといっても、もちろん古いものをもとにして作ったものだが、ほこりまみれの金よりも、ほこり同然の金ぴかものをみんなもてはやすのです。」と辛辣な調子で述べているが、現代の世の流れとあわせて考えてみるとおもしろい。より良きもの、より美しきものを出現させるために古きものを改めるのなら理解できようが、何とはなしに、古いものとして破壊されていく様子には耐えがたいものがあり、人間の無知、愚かさこそ前面におし出されているものと言わざるを得ない。「世間の目には、目の前のものしかうつらない、…動いているものの方が、じっとしているものより人目につきやすいからな。」というユリシーズの言葉に、人の世の姿、その歩みに対する作者の痛烈な思いが感じられる。

男女の愛について、クレシダは「女は口説かれて

いるうちが天使。うんと言ったらそれでおしまい。…男の人に愛されて、このことを知らない人は馬鹿よ。手に入らぬものを値うち以上にありがたがるのが男心。」と言うのであるが、ここで、あの『ロミオとジュリエット』に登場する若き男女の恋の世界とは全く異なった、成熟した大人のより打算的な、又より情欲中心的な愛の世界に読者は導かれて行く。

ギリシャ軍の総大将アガメムノンの次の言葉は重厚な響きをともなって聞こえてくる。「神は人間の不屈の精神力をお試しなさるのだ。そもそも人間の精神力は、運命の女神に愛されているときにはその真価がわからぬもの。…が、ひとたび運命の女神が怒り、大暴風をまきおこすと、強力な差別の大うちわを使って、一切を吹きあおり、軽いものはたちまち吹きとび、大きな、どっしりしたものだけが、充実した中身によって、ひとり残るのである。」逆境において、人はその真価を発揮するものなのであろう。「そもそも人間の真価は運命に屈せぬところにあります。」とギリシャ軍の将軍ネスターはアガメムノンに答えている。

『トライラスとクレシダ』には様々な角度からの興味ある発言がある。現代の我々はシェイクスピア戯曲の上演を直接経験しなくとも、原文の朗読をCDを通して聴くことにより充分楽しむことが可能である。ドイツの詩人ゲーテ (1749-1832) は、深くシェイクスピアを愛好し、賞讃したが、その文学論の中でシェイクスピア作品の朗読による楽しみ、その重要性について次のように述べている。「シェイクスピアは生き生きした言葉によって効果をあげている。そして、その効果は朗読のさいにもっともよく発揮される。聴手は演出の良し悪しによって気を散らされることがないからである。シェイクスピアの作品が自然な正しい発声でおおげさにならないように朗読されるのを、目を閉じて聴くことほど高尚で純粋な楽しみはない。」(引用は筑摩書房『シェイクスピア全集』及び潮出版社『ゲーテ全集』による)

# 我的书架のすすめ 3冊

助教授 坂本裕子 (栄養学)

本は本当におもしろいですね。好奇心の扉、知性の扉、感動の扉を開いてくれます。

## 1. 『13階段』

高野和明 著／講談社文庫

犯行時刻の記憶を失った死刑囚の冤罪を晴らすために、刑務官と前科のある青年が調査を始めます。しかし、手掛かりは階段の記憶だけで、処刑までに残された時間はわずかしかありません。日本でもまもなく陪審員制度が始まりますが、死刑制度や刑罰、更正についても深く考えられる内容です。意外な展開とラストシーン、一気に読ませてくれます。そのおかげで仕事が立て込んでいたにもかかわらず、放りだしたまま朝方まで読んでしまいました。読みやすい作品ですので、本になじみのない人も一度手にとってみてください。

## 2. 『胎児の複合汚染—子宮内環境をどう守るか』

森 千里 著／中央公論新社

化学物質汚染の広がりが懸念され、環境ホルモンの野生動物への影響が問題になって久しいですが、我々の身近にも危険は確実に忍び寄っています。子宮内の胎児への化学物質や環境ホルモンの汚染の実態を示し警告する書です。多動や学習障害の子どもも増えています。特にこれから子を産み、育てる若い人達にぜひ読んでほしいものです。最も影響を受けやすい胎児を基準にした環境予防医学を提唱しています。

## 3. 『ナゲキバト』

ラリー・バクダル 著、片岡しのぶ 訳／あすなる書房

「人間は世界を変えようとして軍隊を動員するが、神がこの世を変えるために送ってよこされたのは、たったひとりの赤ん坊だよ」

春、両親を亡くした9歳の男の子が、お祖父さんの家に引き取られます。その年のクリスマス前夜までに出会った数々の苦しい試練や泣きたいような出来事、そして温かいお祖父さんから学んだ多くの大切なことを回想する話です。人間愛のすばらしさや人生に対する珠玉の言葉がつまっています。感動した私は家族全員の冊数を購入し、プレゼントしました。しかし、その後それらがどうなったのかは…。

皆さんはぜひ読んで下さい。

### 「本」

本をよむならいまだ  
新しい頁をきりはなつとき  
紙の花粉は匂ひよく立つ  
その賑やかな新緑まで  
ペエジにとごこめられてゐるやうだ  
本は美しい信愛をもつて私を囲んでゐる

『室生犀星詩集』

(角川書店)より

※ 室生犀星(一八八九—一九六二)

詩人、小説家、処女詩集『愛の詩集』、第二詩集『抒情小山集』を出版するに至り、大正詩壇の最も才能にめくまれた詩人としての地位を確立。

この詩は第三詩集『第二愛の詩集』に収録されています。



## ☆☆☆ 『センス・オブ・ワンダー』を読んで ☆☆☆

幼児教育専攻2回生 花田麻衣

この本は、レイチェルとロジャーと一緒に海辺や森を探検し、星空や夜の海を眺めた経験をもとに書かれたものです。

ある時は、雨の日の森を探検することもありました。普段の私たちは雨が降ると気分が落ち込んだり、外へ出掛けることが嫌になったりします。しかしレイチェルは雨の日は、森を歩きまわるのにはうってつけだと思っていました。なぜなら森は雨が降ると、生き生きとして鮮やかに美しくなると考えていたからです。森に限らず、ただ道を歩いているだけでも様々な発見ができます。雨が降ったからこそ出会えた生き物や、雨の音や香り、冷たさなどは五感を使って体全体で感じることができます。現代の子ども達が雨を嫌がるのは、親を含め周りの大人達が雨が降ったことを残念に思ったり、憂うつに思うからだと思います。子どもはその様子を見て雨は嫌なものだと認識してしまっているのかもしれないと思いました。子ども達は、雨が降っていても遊びを考え出すことができ、全身で雨を感じ、楽しむことができるということを忘れずに行動することが大切だと感じました。

子ども達は、するどい感性を持ち、いろいろなものに興味を示します。また創造力豊かに遊びの世界を広げていきます。しかし大人になると、洞察力や好奇心を失っていきます。それは美しいものを見ても美しいと感ずることができず、子どもと共感する機会を失うことにもつながると考えられます。しかし子どもが生まれながらに持つ「センス・オブ・ワンダー＝神秘さや不思議さに目を見はる感性」は、失われていた子どもの頃の気持ちを呼び覚まし、自然のものに目を向ける機会を与えてくれると思います。便利な世の中になり、人工的なものに頼ってし

まう私たちですが、自然に守られ、支えられて生きているという自覚を持ち生きていく必要があると感じました。

このセンス・オブ・ワンダーを保ち続けるためには、住んでいる世界のよこび、感激、神秘などを子どもと一緒に再発見し、感激を分かち合ってくれる大人が、少なくともひとり、そばにいる必要があるとレイチェルは考えています。

自然に触れるという喜びは、特定の誰かに与えられるものではなく、地球上に住むすべての生命に与えられるものです。しかしそれが当たり前であることで逆に触れる機会を少なくさせているのだと思います。一度違った視点で自然を見てみると良いと感じました。子どもの目線でものを見ることで、子どもと同じように感じたり、今までとは違った発見があるかもしれません。子どもと一緒に自然の中を歩き回することで、自分の感受性を高めたり、再発見の中から、気持ちの共有をしていきたいと思いました。

この本は、児童教育学科の学生にぜひ読んでほしいと感じました。

レイチェル・カーソン 著

『センス・オブ・ワンダー』(新潮社)

