

「感謝」の気持ちが最大の「栄養」になる

＜「睡眠・食事」について考える②＞

「校長先生、毒見の時間ですね」

冗談交じりで時々生徒にからかわれることがあります。そうです、給食のことです。学校の給食責任者である校長または教頭は、生徒の給食開始時間の30分前までに『検食』を行うことになってます。

これは、学校給食法第九条、学校給食衛生管理基準等で定められていることです。ですから、子どもたちよりもちょっと先にいただいて、異物の有無、加熱・冷却状態、異味・異臭、食量、味つけ、色彩、生徒の嗜好との関連等を食べながらチェックし、日々、検食記録票なるものをつけているわけです。

『検食』の目的は文字通り大切な職務です。万が一毒物などが混入されていて、生徒や教職員の命や健康に影響を及ぼす事態になったら大変です。というわけで、生徒が言う『毒見』という表現もあながち間違いとは言えません。一方で、「校長先生だけずるい」などと子どもたちに言われることもあり、一足先に食べることにやや後ろめたい気持ちがないと言えれば嘘になります。

さて今回は、教育ビジョンにおける人間形成の「根っ子」の部分である、基本的な生活習慣の確立・規範意識のための7項目、『あいさつ』『メディア・コントロール』『モラル・マナー』『睡眠・食事』『親切・やさしさ』『奉仕』『体力』のうちの、第68

号に引き続き『睡眠・食事』の『食事』の方に関する話です。

学校での食事と言えば、もちろん先に述べた給食です。

給食の提供方式は大きく分けて3パターンがあります。A. 自校給食方式、B. センター方式、C. スクールランチ（複数メニュー選択給食、注文しなければ弁当持参）の3つです。当校はBのセンター方式で、新津東部学校給食センターというところで作られたものが毎日トラックで運ばれてきます。

私は、これまでこの3つすべての給食の提供方式に加え、完全弁当持参の学校にも勤務経験がありますが、Cのスクールランチが初めてだったのは、校長として勤務した前任校でした。

スクールランチの学校と教育委員会との定例会議に出席した際、配付された資料を見ると、C方式の中学校の中で、自分の学校がダントツで最も弁当持参者割合が高い、つまりスクールランチの注文率が低いというデータが提示されたので、「うちの学校の保護者は偉いなあ」と鼻高々に隣の席の校長先生につぶやいたところ怪訝な顔をされました。そこで、教育委員会の担当者にちょっと質問をしました。

「弁当持参者の割合が高い方が好ましいとお考えなのですか？それともランチ注文者が多い方が好ましいとお考えなのですか？」

「スクールランチは専門の栄養士の立てた献立で、栄養のバランスを考えて作っていますから、できればスクールランチの注文の割合が多いにこしたことはないのですが。」

「でも、弁当にはお家の方の苦労や愛情もつまっていますよね。」

「それはそうですが、弁当だと子どもの好きなおかずにも偏る傾向にあります。栄養のバランスを考慮している親御さんばかりではありません。また、スクールランチを注文しないで、コンビニで菓子パンやお弁当を登校途中に買ってくる生徒などもいますので。」

「でも、お弁当を家族の何人分もつくる家庭なら、たとえ一人分多くなってもそれほど手間は変わらないはずなので、あえてスクールランチは注文しないと思いますよ。そして、栄養のバランスも大事ですが、お家の方のご苦労をあえて無駄にしたいくないですよ。」

このようなやりとりが続きましたが、教育委員会の担当者の歯切れの悪さだけがとても印象に残っています。

もう一つのエピソードは、本たより30号にも掲載した内容です。

私の友人が、小学校の時に母親が作ってくれたお弁当を、ある日残して帰ったら、それ以降、一生、二度と母親がお弁当をつくらなくなることはなかったというのです。

さらにもう一つ。元サッカー日本代表のゴールキーパー川島永継選手は、自己管理が徹底していて、食事にも最善の注意を払っていました。高校時代のある日、お弁当を開けた川島選手は、すぐさま

公衆電話から家に電話し、「おかずに冷凍食品入れないでほしいと頼んでいたのに、今日は入っているじゃないか」と弁当をつくった親を強く責めたというのです。

周囲の友人が、「家族だって忙しいんだから、たまにそうゆうことだってあるよ。俺たちの弁当と比べたって、すごい弁当なんだからそんなに怒らなくたって。」と諫めるのにも頑として納得しませんでした。

さて、まとめです。

規則正しい食生活と栄養のバランス等はもちろん大切ですが、私たちが一番大切にしなければならないのは、感謝の気持ちではないでしょうか。いつも食事を作ってくれる親御さんなどの家族、栄養士や給食調理員の皆さんにも、もっと言えば、食材を作ったりとったりしてくれている農家や漁業従事者等の皆さんすべてへの感謝の気持ちです。

川島選手のプロ意識はさすがです。彼にとっては冷凍食品が添加物を使用しているのが許容できないのかもしれませんが、今や冷凍食品は手作りに負けないくらい美味しいのも事実です。食生活や食文化の向上に寄与している企業や食品開発者のたゆまぬ努力にも、広い心で敬意を表し感謝するべきです。

食い意地がはっている私は、これまでに給食がまずいと思ったことも残したことも一度たりともありません。我が教職人生の最大の誇りであり自慢です。

本日の給食のメニューは、ごはん、根菜汁、ますの塩焼き、野菜のアーモンドあえ、牛乳。本日も異常なし。おいしくいただきました。私の口に運ばれるまでにこの食事に関わってくれたすべて人に向けて、心から「ごちそうさまでした」。