

子供に残したいおぼんざい

浮村知子

私は京都に嫁いで5年目になり、現在1歳の娘がいます。もともと食に関心があり料理関係の職にもついていました。

出産前から所属している「おぼんざいの会」。「おぼんざいとは一体何なのか」そして「後世に伝えたいおぼんざいとは」そんなテーマを持って私自身は活動をしています。そんななか娘の成長と共に「離乳食」を経験し、「普通食」へと進んでいます。そして、一日三回あれやこれやと与えてみて、「子供の食べ物」の大切さを痛感しました。「食べる」ということは、「生きる」ということ。母乳だけだった娘がひとさじの重湯から始まって、今では大人と同じようなものを食べるようになりました。

娘に私が食事を与えなければ何も自分から口にできない娘。生きる為に食べさせる、食べ物を与える事の責任を強く感じます。それだけに、何を与えるべきなのか、これは母親次第なんだなと思いました。以前から「食に対する興味」がありましたが、さらに高まっています

離乳食の時は、「出汁」にこだわりました。昆布とかつお節で出汁をとる。食材は素材の味を重視する。そして野菜のうま味を感じさせることが出来るように工夫をしました。「三つ子の魂百まで」ではないですがなんでも最初が肝心で、特に3歳までに美味しい、楽しい記憶を持たせることが大切なのではと考えました。その努力の甲斐があったのか現在娘は和食が大好きで、煮物などは喜んで食べてくれます。よく子供が離乳食を食べてくれなくて困るという話を耳にしますが、幸いにして娘にはそのような時期は一度もありませんでした。「いつも美味しそうに食べるね」「上手に食べられるね」「うあ、そんな物も食べられるようになったんだね」と笑顔で一緒に食事をするようにしました。

これからは子供に与える食事と私たち親が口にする食事がさらに同じ物になってきます。つまり子供が口にすることになるものは、いわゆる「家庭料理」になります。この「家庭料理」とはどういったものなのか。呼び方が標準的というかちょっとかしこまっただけなのでしょう。これを庶民的な呼び方にしたものが「おぼんざい」というものなのでしょう。「おうちごはん」、その家、その家で家族の為に作られる料理。そして、その食卓に出てくる頻度の高い献立が「おぼんざい」にあたるのではないのでしょうか。

さて、家庭の料理はどのようにして作られるのか。毎日の食事になってくると、あれやこれやと高級食材を買い集めるというわけにもいきません。安価なものを上手に工夫して料理を作ることになります。ただ安いからという理由だけではなく、手に入りやすい、多く出回っている食材を使うということです。多く出回っている食材＝旬の食材ということにな

ります。

この旬の食材を上手にいただく工夫、これがまさにおばんざい。

この旬の食材をうまく繰り返す方法、主婦の知恵こそがおばんざい。

その家庭ごとの定番料理なので、その家庭ごとに違って良いのです。



さらには、その地域に伝わる野菜、作られる野菜も違ってきます。その地域の気候風土にあった野菜が主役。まさに地産地消の食べ物になっていきます。

また味付けも同じ。生活する地域によって異なります。寒い地域は、やはり塩味が他の地域よりも濃くなります。

その地域ごとに、家族みんなが元気に過ごせる、健やかに暮らせるように作られる料理がおばんざいなのではないでしょうか。

また、旬の物の命をいただくということは、その食材のパワーをいただくことにもなります。食材からいただくパワーと家族を思う作り手の気持ちが食べる者を元気にし、優しい気持ちで包み込むことができるのです。つまりおばんざいは母の愛情料理なのです（家計を上手に切り盛りするのも、旦那様への愛ですね）。

頻繁につくることになる旬ごとの家庭料理「おばんざい」は、必然的にそれを目にしたり食したりする機会が増えることになります。単に「食べる」「命をいただく」だけでなく、楽しむ、幸せな時間を過ごすということにつながり、多くの家族での食の思い出につながります

このことがまさに最近よく耳にする「食育」ではないでしょうか。ただの献立としてのおばんざいを伝えるのではなく、そういった「心に訴える」「心に伝わる」食べ物を子供に残すべきなのではと考えます。

それが京都では、「かぶら」「みずな」「唐辛子」「なす」「とうふ」「ゆば」といった食材を使った献立になってくるのでしょうか。



しかし、なんでもいいのです。お母さんが得意な料理それが「おばんざい」。お母さんが笑顔で作れる料理。子供も笑顔で食べられる料理。お父さんも笑顔で食べられる料理。家族みんなが幸せになれる料理。それが「おばんざい」なのではないでしょうか。

さて、私の得意料理「おばんざい」は何でしょうか。もしくは、何にしようかな。今まさに家族が増え、家庭から家族へと成長していっています。浮村家のおばんざい。

「ママ、またこれ作って！」なんて言ってもらえる料理。私の住む京都の旬の食材と共に作りあげることができればいいなと思います。