

志太 確かに、ただ栄養を摂取するだけのために食事をするわけではないですね。食べながら話し、笑う。そのなかから子どもたちはいろいろなことを学んでいくはずですよ。

ドロシー 我が家では、週末に1週間の献立を立てていましたが、子どもたちにもメニュー作りに参加してもらっていました。

志太 なるほど、その過程で野菜や肉の生産や流通のこと、栄養のことなどを学習していくのですね。

ドロシー そうなんです。たとえば、子どもがスパゲッティとマカロニが好きだとしても、毎日、同じ栄養素ばかり摂っていたら栄養が偏ってしまう。ではマカロニは次の週にしようとか、話しながら献立を決めていきます。志太 子どもは食事を通して、豊かな人間性や生きる力を身に付けていく。だからこそ、食をおろそかにしてはいけないんですよ。



「時代が変化しても子育ての基本は変わらないと思います」

夕食タイムは今日の一番楽しかったことを報告しあう、そんな時間にしましょう。  
ドロシー・ロー・ノルトさん 教育者、心理学博士



「今、外食産業に従事する者の姿勢が問われています」

ドロシー アメリカでは、子どもがひとりでもテレビを見ながら食事をする光景が当たり前になっています。大人がもっと食事の重要性について認識しないと大変なことになります。

志太 同感です。ところでシダックスでは今、思い出に残る食エッセイを皆さんから募集しています。ドロシーさんにとって、思い出に残る食の体験とはどんなものですか？

ドロシー そう、祖母の100歳の誕生日パーティーでしょうか。アメリカから子どもや孫、ひ孫、友人たちが30人くらい集まってサプライズパーティーを企画しました。みんなで綿密に打ち合わせて、当日は各々の得意料理や手作りのケーキを持ち寄って、それにぎやかでしたよ。すべておいしかったし、楽しかった。何を食べたかより、祖母を喜ばすためにどうするか。計画を立て準備していく過程で、子どもた

今、母の手料理を食べるのが難しいなら私たちが真心を込めて調理し、提供したい。  
志太勤一さん した・きんいち シダックス(株)代表取締役社長

ちも多くのことを学んだと思うんです。志太 確かに、食事は楽しいことを生み出す媒介役であるだけでなく、健康を気遣ったり、喜ばせたり、人を思いやる心を学ぶ大切な場でもあります。今回は『人生のレシピ』という詩を私

たちシダックスのために読んでくださいましたが、その詩に込めた思いとは、何でしょうか？

ドロシー 私たちを取り巻く環境は大きく変わり、私たちのまわりにはストレスが満ち溢れています。そんなストレス社会をよりよく

生きるためには、いったん立ち止まって心の声を聞き、自分自身を取り戻すことが大切なのです。それが人生に必要なレシピだと思います。志太 本日はありがとうございました。



ドロシーさんがシダックスのために詠んだ詩『人生のレシピ』には子どもや大人がよりよく生きるためのヒントがちりばめられている。

あなたの思い出に残る食体験を書いてください。  
「私のマザーフード」エッセイを募集しています。

“食”で感動したことはありませんか？ シダックスでは、あなたが体験した“食”の思い出や楽しさを綴ったエッセイを募集しています。優秀30作品を選び、本にまとめます。あなたのエッセイが本になるかもしれません。

- テーマ・「私のマザーフード～思い出に残る食の体験」
- 募集締め切り・2005年9月26日(月)\*当日消印有効
- 文字数・800文字以内(エッセイ・タイトル含む)
- 応募方法・原稿用紙に手書き、またはワープロで原稿を書いてください。郵送、またはシダックス・ホームページから受け付けます。名前、住所、電話番号、年齢を明記してください。
- 入賞作品  
最優秀賞・グランプリ1名(賞金50万円)  
優秀賞・準グランプリ2名(各10万円)  
佳作入選・ハートフル賞27名(各2万円)
- 応募先  
ホームページからは、<http://www.shidax.co.jp/ssv>  
郵送は、〒150-0041 東京都渋谷区神南1-12-13 渋谷シダックスビル3F「私のマザーフード」エッセイ公募係
- 受賞発表・12月8日(木)予定
- エッセイ集発行・2006年1月21日(土)予定
- 審査員・新井満(作家)、黛まどか(俳人)、森雪之丞(詩人・作詞家)、原由美子(スタイリスト)、志太勤一(シダックス株式会社代表取締役社長/選考委員長)

ご応募いただきました個人情報、選考・通知のために利用し、それ以外の目的での利用はしません。