

ドロシー・ロー・ノルト博士とシダックスが「食育」について考えました。

「子どもがすくすく育つためには、 「マザーフード」が必要です。」

健全な食生活をサポートする企業として「マザーフード」を掲げているシダックスの志太社長と「子どもが育つ魔法の言葉」の著者であるドロシー・ロー・ノルトさんによる食対談が実現しました。
撮影・小出和弘



子育てコンサルタントの第一人者のドロシーさん。志太社長から「自然の恵みを母親のように真心を込めて調理し提供する」という「マザーフード」の考え方を聞き、頷く。

親の鏡』を書かれたのが1954年。最初に読んだとき、とても50年以上前に書かれた詩とは思いませんでした。

ドロシー 時代が変わっても子どもを持つ基本的なもの、学び取るべきものは変わりません。ただ、社会が変化したことで、詩自体に少し手を加えた部分も確かにありますが。

志太 どの一節ですか？

ドロシー 「親が正直であれば、子どもも正直になる」という行をこの本を書くとき、「親が正直であれば、子どもは正直であることの大切さを知る」に書き直しました。この詩を書いたときは「正直であること」はさほど難しいことではありませんでした。でも、今では結婚観や性に対する考え方も大きく変化して人間関係も複雑になっています。正直であることが必ずしもいいとはいえない状況です。けれど、正直であることの大切さ」は子どもたちに伝えなくてはならないと思いました。

志太 「食」に関して私たちシダックスも同じように考えています。昔なら、

ドロシーさんが1954年に発表した詩「Children Learn What They Live」(邦訳「子は親の鏡」を解説した著書「子どもが育つ魔法の言葉」は37か国で翻訳。日本でも150万部を超える話題作)。



夕食に一家で母親の手料理を食べることは当たり前でした。今、母親の手料理が難しいのなら、せめて「食」に従事する私たちが、自然の恵みを母親のように真心を込めて調理し、提供したいと思ひ、企業理念に「マザーフード」を掲げています。

ドロシー それはたいへん素晴らしいことですね。子育てにおいて、食事はとても大切な時間です。私自身、3人の子どもを育ててきましたが、夕食時には、その日一番楽しかった出来事を報告しあう時間にしてきました。

志太 嫌なことではなく、楽しかったことを話しあうのですか？

ドロシー そうです。食事を饗の時間にしてはダメ。食べるときは明るい気持ちでいることが大切です。食事に笑いがあれば、会話が弾み、消化吸収もよくなりますよ。

志太 ドロシーさんが98年に書かれた『子どもが育つ魔法の言葉』が、日本でも皇太子殿下の愛読書としても話題になり、大ベストセラーになりました。こんなに多くの人々に共感を与えたのは、なぜだと思われませんか？

ね。皇太子さまをはじめとして子育ての教科書が必要としている両親がたくさんいらしたということかもしれない。こういうことをしたらこうなる、とわかりやすく書いてあって役に立った、という声がたくさん届いています。

志太 この本のもとになった詩『子は