

「食べものがたり」が育む未来

湯澤規子・法政大教授講演

JA長野県女性協議会（伊原郁会長）がこのほど塩尻市で開いた「JA長野県女性をつどい」で湯澤規子・法政大学教授が「学びとつながりを広げる「食べものがたり」と題して講演しました。湯澤教授は自身の長野県とのつながりを披露。伊那谷の昆虫食をはじめとしたユニークな食文化を体験したことが、世界各地に足を延ばすフィールドワークでも大いに役立っていると言りました。幼児の声に温かい励ましの言葉が寄せられる和やかな雰囲気の中で始まった講演の要旨を紹介します。

JA長野県女性のつどい

大阪生まれで千葉で育ちました。長野県とは全く縁のないように見えますが、実は伊那市の人と結婚して四半世紀です。

「おさがりて」「おいしいに」と、イナゴ、蜂の子、ローメンに塩イカ、いろいろな食べさせてもらいました。お盆の天ぷらは衝撃的でした。その料理も大皿にボンと載せて、みんなで囲む。そんな食文化に魅せられました。

信州が先駆け

義母は1年前に亡くなってしまいました。食をはじめたきさんのことを教えていただきました。レシピの自作ノートなど料理関係の資料もたくさん残してくれました。皆さんにもあるでしょう。大事な人生の足跡です。立派な地域の知財、知識です。

それをどうやってつないでいくか。皆さんが盛んにされている料理教室にプラスして、自分が持っているレシピ集を見せ合うなんてこともあったもいいかもしれません。



私たちの国で消費するたべものはできるだけこの国で生産する国産国産にJAグループは取り組んでいます



【ゆざわ のりこ】1974年大阪府生まれ。法政大学人間環境学部教授。筑波大学大学院歴史・人類学研究科単位取得満期退学。博士(文学)。明治大学経営学部専任講師、筑波大学生命環境学准教授を経て、現職。主な著書に「在来産業と家族の地域史」「胃袋の近代」「焼き芋とドーナツ」など。

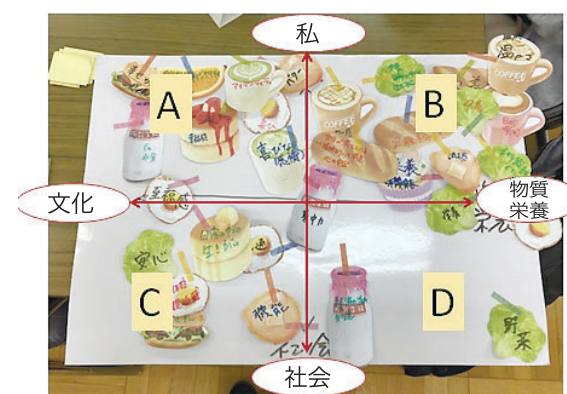
り、研究者になりました。多分皆さんが今やっている一つの実践が、あちこちに芽を出して、これから次世代が育っていくきっかけになっていくと感じています。

私が小学生の時は、大きくなったら食の仕事に就きたくて、「コビー」は高いので、図書館に寄ってはレシピを写しにくるレシピオタクでした。栄養士になって食の現場でゴリゴリと働きたかったのですが、数学が苦手だということに気づいて、結局、文学部の地理学科に進みました。

すると、フィールドワークなどで行った先々で私は、食べ物に現場に好んで足を運んでいることに気づきました。食べることを作っている人たちに話を聞くことが好きなんです。

あなたにとって「食べる」とは

女性の人生も私が好きな研究のテーマです。先ほどの南アフリカの村でも女性の人生を聞きました。「人生で一番うれしかったことは？」と。すると彼女は、それは食用芋虫の「マソンジャ」がいっぱい取れた時だと言うんです。



あなたは食べものから何をしていますか？の問いに答えたワークショップの例



紙皿にそれぞれの食のものがたりをのせ合うワークショップの例

「人間の営みに目を凝らす」これが私の研究の原点です。人間の営みっていうのは、食べることを出すこと。うちの本も書きました。

最近、海外に行くことが多く、南アフリカでは食用バッタにも出会いました。自慢の食べ物で、おいしいですよと、すごく勧めてくれました。私も信州の人と一緒に暮らしているくらいですから、よく分かります。昆虫を食べるということは国境を超えるんです。世界理解、世界平和につながります。

食べるということは、根本的なところは、その人たちの文化へのリスペクトだと思います。子どもたちや学生にもどんどん、リスペクトの気持ちで育ててほしいなと思います。授業をしています。

次世代へつなげる

あなたにとって胃袋って何ですか？ 胃袋というのは私のものですけれども、社会につながる一つの経路でもあります。

あなたは食べ物から何をしていますか？ 栄養ですか、癒やしですか、物語ですか。いろんな意見が出るので、上に「私」、下に「社会」、左に「文化」、右に「栄養」と書いて、それぞれ当てはまる所に理由を書いた付箋を張り付けるワークショップも開いています。

なかなか複雑ですけども、食べ物一つにしても、一人一人がそれを何と思っているかはだいぶ違う。食べるという行為は一緒に、食べ物こそ人になら変わらないのに、社会は大きく変わっている。こういう中で、21世紀、子どもたちの胃袋をどうしていくか。

食と農で地域に笑顔をつくります

組合員・地域とともに食と農を支える協同の力の発揮



PR

おはようございます

JA信州諏訪 茅野北部共済センター
若下 哲也

ライフアドバイザーとして茅野市豊平地区の皆さまに「あんしん」と「満足」をお届けするために、ご利用者の方々のお宅へ訪問活動をしています。皆さまが安心して日常生活を送れるように努めることはもとより、JAの組織基盤の中心である組合員の皆さまに“寄り添う”活動の展開で信頼関係をより深めることが目標です。

健康Q&A

保存療法から手術まで 早めの受診が予後にも影響

Q 膝が痛いですが、でも運動を継続したいです。どうしたらいいですか？
(55歳、男性)

A 中高年の膝痛の原因疾患は、加齢に伴う変形性膝関節症や特発性膝骨壊死症などが挙げられます。半月板や靱帯の変性断裂もありますが、関節軟骨の変性が主体です。

まず行うのは保存療法です。膝には歩行や階段動作で体重の数倍の負荷がかかるため、体重を落とすことが有効です。また太ももの筋肉(大腿四頭筋)を鍛えることも重要です。これにより膝が安定し、痛みも改善します。関節が腫れる場合は、関節内にヒアルロン酸を注入することもあります。漫然と行うことは推奨されません。

保存療法で改善しない場合は手術療法に移行します。「日常生活に支障が出ている、やりたいことが制限されている、安静時も痛い、眠れない」などの状態の方は手術に踏み切るタイミングと考えてよいでしょう。手術は、比較的若い方や早期の変形性膝関節症の方には膝周囲骨切り術が推奨されます。この手術法なら術前と同様のスポーツを継続できる可能性が高いです。高齢の方や変形が高度の方には人工膝関節置換術を行います。

膝の手術はタイミングが大事です。痛みを我慢して変形が進行すると、膝周囲の筋力も衰え、軟骨損傷も進みます。早めに手術を行った方が、膝の長期的予後や患者さんの満足度が改善します。膝の痛みを感じたら早めに整形外科を受診しましょう。

(JA長野厚生連長野松代総合病院 整形外科部長 豊田剛)

お知らせボード

★JA全農長野 県産新米キャンペーン

長野県産の新米購入でお米券がもらえる恒例のキャンペーン。12月31日(水)までに対象商品のパッケージに貼付されているキャンペーンシール(50万枚限定)を2枚集めてシリアルナンバーなどを入力、抽選で150人に8800円分のお米券をプレゼントします。詳細は特設サイト(右のQRコード)を確認。