

「食を通して」

稲葉学園高等学校 3 年 林 美公子

みなさんにとって「食」とはどのようなものですか？私は 18 年間「食」に支えられて生きてきました。

私には管理栄養士になるという夢があります。小さい頃から親の手伝いをしていて「食」が身近にありました。高学年になるにつれ栄養についても興味湧き始めて管理栄養士を目指すようになりました。私は小学校 4 年生の頃から不登校でした。その頃は保健室登校をしており、養護教諭の先生ととても仲良しで、友達が誕生日の時には、お菓子を作っていきこっそりみんなで誕生日会をしていました。その時のみんなのおいしい!!ありがとう!!という言葉や、楽しそうで、喜んでいる顔は今でも覚えています。小学校を卒業し、中学校に上がっても私は学校へ行くことができませんでした。そんなある日、クッキーをもって養護教諭の先生に会いにいった時がありました。翌日クッキーがとてもおいしかった。また作って？と頼まれ、それから小学校へ定期的にクッキーを持って遊びに行っていました。すると、評判が広がったのか他の先生からも頼まれるようになりました。先生に会いに小学校へ行った時は、たくさん話をして、たくさん笑って、とても楽しい時間をすごしました。中学校に行けてなかった私にとって唯一学校という場所で楽しい。また行きたい。と思える場所となっていました。そんなやりとりは中学卒業まで続けました。

そして高校に入学した、1 年目。初めてのちゃんとした登校。寮に入っていたこともありしっかり通えることができました。

しかし、2 年生に上がったころ登校することが難しくなりました。担任の先生と何回もこれからのことについて話し、悩み、1 回 3 ヶ月の休学をしました。学校に行けない間、楽でいいな。と周りから言われることもありましたが、実際はそんなことはなく、学校を休んでいる間 1 回も学校のことを忘れたことはありませんでした。とうとう 3 学期終了。単位取得もできず単位制に移る決意をした時、単位が認められ進級できるということがわかりました。このような経緯で 3 年生になることができたのです。

高校生活残り 1 年。私が今ここで学校を楽しめているのは一人の先生と出会えたのがきっかけです。共通の趣味や好きなもの、そして食の話で楽しめること。それが今の私には救いとなり、楽しい学校生活を迎えるきっかけとなりました。今では、幼稚園児のおやつを提案したり、同好会の活動ではコンテストのためのレシピを考えています。自分が提案したおやつを食べて幼稚園児がすごく喜んでいたよ。と聞いたときはとても嬉しく活動の力となっています。また、週に一回の実習授業が私の中ではご褒美となっていて、あと少し頑張れば実習だ！と日頃の励みになっています。

このように私は辛い時期でも「食」を通してコミュニケーションをとることができまし

た。ご飯を食べている時に悲しい気持ちになる人がいないように、「食」は人を笑顔にさせます。また、食事をするだけでなく会話の一つとして人との関わりをつくってくれます。これから食事をするだけでなく「食」を会話の一つとして意識し、コミュニケーションをとってみてはどうでしょうか。

私は食と共につらい苦しい時期をのりこえてきました。私も誰かのつらさに寄りそえるそんな管理栄養士になりたいです。