

## ●自ら学んだことを社会に還元したい

## 事例⑥

## 生活者としての男の食の自立で、 豊かな高齢人生を実現 (NPO賢和会「男の台所」)

### —料理ができないのではなく、作り方を知らないだけ

男性は、料理が基本的に作れないのではなく、作り方を知らないからできないのだという視点に立ち、実学重視の“使える”調理技術を身に付ける男の料理塾(活動拠点仙台市)。10か月間で、調理実習30回と栄養学などの座学10回を開講。学ぶ料理は、シニア世代の関心をひくよう、ご飯の炊き方、だしの取り方などの初歩的な事柄に、料亭の味に匹敵する一品や、孫にも喜んでもらえそうなデザートまで、幅広いメニューを織り交ぜている。

平成15年度に25名でスタートし、受講生は年々増加し、現在では年間70名程度。平成20年度までの修了生は296人。



シニア男性の本物志向と知識欲を満たす「男の台所」の調理実習風景



中学校1年生9クラス全員に、1クラスずつ、10日ばかりで講義と実習を実施

### —夫婦関係の再構築、仲間づくり、そして地域社会への貢献

食事づくりの能力を身に付けることで、夫婦の役割分担が見直され、より良い関係に変わっていく。習ったデザートを孫に作ると「おじいちゃんを作るデザート」と喜んで食べてくれる。夫婦や家族関係の再構築となり、家庭に食育の種をまく。また、受講生は1年間助け合って実習を受け、文字どおり同じ釜の飯を食う、生涯つき合える多彩な仲間づくりに一役買っている。

さらに、修了生の活動は、そば打ちの出前講座、障害者通所作業所への給食サービス、指導者養成を念頭に置いた中級クラス「和(やわらぎ)倶楽部」の開講へと発展。平成20年度には、初の試みとして、中学校で地元食材を使った食育講座を行った。修得した技能を社会に還元することがこうした活動の基本だ。