



令和3年度 清水小学校だより

令和3年11月19日発行

清水の子

文責 校長 沖島 宏幸

しっかり考える子 ・ 自らよく行う子 ・ すこやかな子



よか あんびゃーで…



和風料理などの世界では調味の加減を表現する方法に、「塩梅(あんばい)」という言葉があります。“いい塩梅”とは、調味の加減がバランスよく、極端に走らない状態。塩や砂糖が調理する食材を十分に生かしきって、出しゃばらない。そんな味を“いい塩梅”と言います。元々この言葉は梅干しを作る時、塩を大量に使いますが、必要以上に使ったり、必要以上の時間、塩と交わったりすると、梅の旨み(程よい酸味と塩気)が消されてしまい、塩辛くて味のない梅干しになることから、塩の使い方に気をつける。そんな戒めの言葉らしいです。

確かに塩に限らず食材を生かしうまい料理を作るには、調味料のさじ加減が非常に大事なようです。極端な味付けでは、最初の一口が非常にうまく感じられ、“これはうまい!”と思いますが、最後まで料理を味わっていくと、水が欲しくなり、“なんだか味が濃すぎるなあ”と思うことがあります。こんな時は、塩分が意外と多く使われていることが多いようです。人は、塩分を摂り過ぎてしまうと、舌がそれに慣れてしまい、薄味が徐々にわからなくなってしまうことがあるらしく、それで調理をしている時、ますます塩を入れたくなくなってしまうのだそうです。そこで、時々味付けが濃くなってきていないかと振り返ってみることも大事なように思います。

子どもを育てる時にも、“塩梅がいい(褒めることと戒めること)”と子どもは、より生き生きとしてくるものです。

※ 料理でいうところの塩がきき過ぎた状態では、子どもは型にはまってしまい、自分の思いをのびのびと言えなくなってしまいます。さらにそれが進むと、親の顔をうかがうようになり、さらに親が喜ぶようなことを言ったり、演じたりするようになります。(一見、規律正しいような子どもでも裏を返せばこんな状態が…なんてこともあります。)



※ 料理でいうところの塩がきいていない状態では、子どもは好き勝手にやっており、次第に統制がとれなくなってきます。子どもが親に対して友達感覚で喋ったり、接したりし、そのうちにタメ口をきくようにもなってきます。こうなると子どもをしつけることは難しくなります。(一見、のびのびとして明るいような子どもで、子どもと親のコミュニケーションがよくとれているように見える場合でも裏を返せばこんな実態が…なんてこともあります。)

一流の料理人は、その舌で鋭く味を感じ取り、鼻で臭いを感じ、目で色鮮やかにコーディネートし、素晴らしい料理をこしらえます。しかし、そんな料理人でもブランクがあるとその力を十分発揮できないそうです。子育ての場合においても、子どもとの接し方やしつけ方を常に工夫し、子どもたちの心と体、そして力をしっかり伸ばしていくことが大切だと思います。

日に日に深まりゆく秋。学習面・運動面、そして全ての活動において子どもたちは、一生懸命頑張っています。そんな子どもたちを目の当たりにして、幸せを感じます。