

## 家庭菜園



南部営農センター 園芸課  
営農主管 検校 哲也



**Q** アスパラガスが、寒くなる  
と枯れてしまう原因は？

**A** 消耗しないように休眠  
に入るからです。多年草

は緑の葉で作った栄養を根に蓄えて冬を越します。春には芽を出し育ち始めます。枯れた葉や茎は地際で切り取り、畑の外へ持ち出しましょう。

「おいしゅうございます」は、料理の鉄人という番組での岸朝子さんのセリフです。92歳まで料理記者として活躍しました。岸さんは、空腹を満たすだけの食事から美味しいプロの味を家庭料理に伝えるレシピ、健康と食に対する知識を広めるカロリーを考えた成人病予防レシピなど、日本の食卓が豊かになるよう活躍されました。92歳の時のエッセイを紹介します。

戦後間もない昭和二十年代の日本は貧しく、口に入るものなら何でも食べていた時代。つまり「胃袋で食べる時代」だったと言えるでしょう。

それが昭和三十年代になると社会が落ち着いてきます。そのころ私の料理本や料理教室が人気を呼び、胃袋でなく「舌で食べる時代」が来たのです。

四十年代は料理だけでなく器や盛りつけ、テーブルセッティングなども楽しむようになった「目で食べる時代」と言えるでしょう。

さらに五十年代に入ると「頭で食べる時代」がやって来ました。必要な栄養をきちんと摂って健康になるうと、みんなが考えるようになったわけです。

そして続く昭和六十年代は「心で食べる時代」になるはずでした。「おいしゅうございます。ごちそうさま。」と誰もが豊かな食に感謝するはずだったのに、時代は「おふくろの味」からインスタントに代表される「袋の味」になってしまったのです。インスタント食品や総菜など中食(なかしょく)が拡充して便利になって、忙しい主婦の手助けになっているのです。

私は東京生まれの沖縄育ちですが、長寿で知られる沖縄では百

管内の  
病害虫情報は  
コチラ



家庭菜園  
情報は  
コチラ



歳を超えたおばあも姿勢がよく、とても元気。畑仕事をしてたくさん歩き、昼寝をして、夜はよく食べよく飲みよく歌いよく踊ります。やはりヘルシーな食と運動が健康の両輪なのです。

一般社団法人日本植物油協会ホームページ「植物油サロン」から抜粋(2015年)

いただきます、おいしゅうございます、ごちそうさまでした、という感謝の気持ちを忘れず、畑仕事に励み元気に本年も過ごしたいものです。

