

# 園長先生の子育てひろば

令和6年8月

園長 堀田 あけみ

夏休み真っ最中です。幼稚園では、おうちで過ごすお子さんもいますし、学期中と同様に預かり保育(7:30~19:30)を利用されることもあります。複数のお子さんをお持ちのご家庭では、それぞれの夏休みのペースを調整するのに一苦労、ということもあるかもしれません。何より、給食がない期間が家事の負担を大きくしますよね。預かり保育では給食もお出ししています。

お昼ご飯の問題は週末だけでも大変なのに、連日ですから時間も手間もとられます。でも、夫の仕事の関係でカナダ・ケベック州の離島で2カ月過ごしたとき、お昼ご飯に本当に苦労して、日本は恵まれていると思ったものです。選択肢がパンかパスタしかありませんでした。一応、スーパーでラーメンは売っていますが、美味しいものではありません。というか、ラーメンって書いてあるけど、日本人にとってのラーメンではありません。だから、様々な麺類やご飯ものを使い分けられる日本のお昼ご飯で偉大なんだなあ、と感じ入った次第です。その代わりに、おやつは冷凍のワッフルやチュロスの種類が豊富で、スプレー式の生クリームと合わせて楽しみました。冷凍なので、子ども達と一緒に手軽に作れるのも楽しかったと記憶しています。当時2歳と4歳だった子ども達はパンとパスタの繰り返しで、一カ月を過ぎるあたりから「おにぎり食べたい」が口癖になりました。

大学生のとき、インターナショナルスクールで一週間の実習をしましたが、ランチは給食とお弁当の選択制。当然、実習生は給食です。その内容が、うどんとポテトチップスだったり、バンズにパティを挟んだだけのハンバーガーだったりしたので、栄養面への配慮が足りないのでは、と校長先生との懇談で尋ねてみたら”It’s not our business.” だと言われました。栄養面への配慮が欲しければ、弁当を持ってこいということでしょう。私は大学の外国語学部の教員を兼任しているので職場には様々な国籍の同僚がいますが、何年か前にそのうちの一人から、お弁当がいるときには常にピーナツバターやハムのサンドイッチを持たせていたら、「みんなみたいに綺麗な弁当がほしい」と言われたという話を聞きました。おにぎりの作り方を尋ねられたので、100円ショップで売っているおにぎりの型を紹介しました。めんどくさがるかと思いきや、可愛いお弁当箱を買って、うきうきと精を出していた様子を覚えています。日本で暮らすからには、多彩なお昼を楽しんだ方が得ではないでしょうか。負担にならない程度に工夫して夏を乗り切りましょう。

去年の夏休みが終わる頃、お昼少し前に、窓の外から「だから、そうめんは食わんっていっただろ」と男の子の大きな声が聞こえてきました。きっと夏中いっぱい食べたんでしょうね。でも、乾麺は茹でただけでも大きなお鍋でぐつぐつ湯を沸かすから、それほど簡単なメニューではないんですよ。ありがたくいただいでください。

