

ぽっちゃり赤ちゃん

ネイサン・クロッカー

“ぽっちゃり赤ちゃん、元気な赤ちゃん”

これは僕の母の育児哲学である。この哲学により、母の四人の子どもは小さいのに丸々としていた。80年代半ばから90年代半ばにかけてのことだ。

母は良き母親だ。僕の兄弟姉妹は皆いつでも礼儀正しく、身なりもちゃんとしていた。（そしていつでもちょっと“ふくよか”だ。）子どもが成長するにつれ、母親が子どもの世界に立ち入ることは少なくなっていく。母にできることといえば、（しかもかなり上手に）子どもたちにおいしい食事をお腹一杯食べさせることだった。我が家の食卓は、典型的なニュージーランドの食卓だった。

ところで、僕は108キロという、弛んだ体で日本にやって来た。（“ころころしておいしそう”とでも言いたいところだけど）それが驚いたことに、最初の数か月で10キロも痩せてしまった。数か月の間、そのことに気づいてさえいなかった。この予期せぬ減量のおかげ、ついにコーラ中毒から抜け出すことができた。数年の間やめられなかったというのに。

その時から、僕は意識して減量に取り組みだした。松山でラグビーチームに入り、ジョギングを始め、小豆島オリーブマラソンで5キロ走ることをさえた。（日本に来る前の自分からしたら、ほとんど狂気の沙汰だったろう）

日本の生活は、健康への近道なのか？ニュージーランドよりは暑い気候、ポリウームの少ない日本料理。歩いたり、自転車にも乗り、あるいは私の生徒たちと歌ったり踊ったり、そんな活動的なライフスタイル、それらが組み合わさっての結果だろうと思っていた。それらは全て理由のひとつではあるだろう。だがしかし、二つの国の食と健康への姿勢に、もっと深いところで違いがあるのではないだろうか。

世間体

日本にはセケンティという侮れない価値観がある。日本人には太った人が少なく、皆そのことで目立ちたくないらしい。僕のようなガイジンは、どのみち目立ってしまうものだし、世間の目に対する免疫はできている、はずだった。ある時、服を買いに行き、僕の体に合う服のサイズがないことを、店員さんが身振り手振りだけで伝えてくるという気まずい経験をしたのだ。急いで店を逃げ出したのは言うまでもない。最終的に、ユニクロのXLなら僕の体にも合うとわかった時の嬉しさは自分でも驚くほどで、日本がついに僕を受け入れてくれたかのようなようだった。

ニュージーランドでは人のことを太りすぎだなんて絶対に言わない。でも、日本の生徒たちはそうじゃないらしい。

「先生って・・・」そこまで言って、続くべき英単語が出てこない困り顔の生徒たちに、僕の方からいくつか言ってみた。

「いい感じ？」首を横に振る生徒たち。「かっこいい？」生徒たちはおもいきり首を横に振って、今度は手をひろげて大きなボールのような形を作って見せた。

「ああ、太ってる、か。」彼らはやっとうなずいた。

僕の体格に興味を持ってくれたことに感謝しながら、平気なふりをして贅肉を揺らしながらクネクネダンスを踊って見せた。心の中では泣いていたけれど。

お手軽

ニュージーランドで30分のランチタイムが取れたとしよう。何か買いに行こうとすると、すごい種類のバーガー、フィッシュアンドチップスにパン・・・速くて安くて、そして体に悪そうな食べ物ばかり並んでいる。日本なら、そこそこの値段でお寿司、牛丼、おにぎりが手に入るし、職場や学校への宅配弁当はとてもいいシステムだ。

もちろん日本にだって健康とはいえない食べ物もたくさんある。でもニュージーランドにはない、健康的な食事が、ここにはある。そんなに手間なく、速くて安くてそこそこ体によさそうな食事が摂れるのだ。

幼児期からの運動

食べ物以外のところにも違いがある。日本の幼児教育では、運動が重視されているみたいだ。近所の幼稚園の前を自転車で通るのだが、いつも子どもたちは外で走ったり跳んだり行進の練習をしたりしていた。数か月前には、園で持久走大会をしていた。先生やボランティアの保護者が道路わきで見守るなか、3歳から5歳くらいの子どもたちが園の周辺約1キロの距離を走っていたのだ。歩くのすらままならない子もいたようで、おぼつかない足取りで走っていた。

僕は、ニュージーランドの幼稚園とこんなにも違いがあるものかと考えていた。記憶の中にこんな風景がある。砂場の真ん中で、ぽっちゃりした子どもが座り込んだまま、手をばたつかせて泣きわめいていたのだ。その理由というのが、ソーセージロールを落として、手の届かないところまで転がってしまったことだった。立ち上がって取りに行くことすら煩わしいのだ。

最近僕は6週間ほど、兄の結婚式のためニュージーランドに帰国した。その間すごい量を食べて、友達とたくさん飲んだ。今の自分なら体重を増やすことなく維持できるだろうと思っていたのだが、母からの料理攻勢は思わぬ落とし穴だった。毎晩、「これ好きだったでしょ？」と山盛りの料理が食卓に並べられた。食べ終わりもしないうちに、おかわりが盛られ、母のお皿からも、なんなら父のお皿からまで取って僕の皿に移すのだった。これ以上食べられないとでも言おうものなら、まるで僕が母を傷つけているとでもいうように、母がとても悲しそうな目でこちらを見るのがわかっていたから、僕はそれを全部食べた。そんなわけで、6週間で5キロも体重が増えてしまった。

最後に、二つの国の食の哲学の違いを端的に表すことばを紹介しようと思う。それは「腹八分目」という言葉だ。僕に減量のことでもアドバイスをくれた生徒から初めて聞いた言葉で、その後も何度か耳にすることになるのだが、それはまさに電気ショックのようだった。愚かなことかもしれないけれど、満腹になる前に食事を終えるなんて、そんなこと一度もしたことはなかった。ぽっちゃり赤ちゃんが元気な赤ちゃん、には違いなさそうだけど、子どもが大人になってからも、お腹一杯食べさせようとする母親には、注意したほうがいいみたいだ。

訳: 村上 梨奈(Rina Murakami)