

★ お弁当について

家族のお弁当作りを始めて20年ほどになりました。

私とお弁当とのつながりは保育園、幼稚園、高校、母親になってからと、年齢の半分くらいの期間に及びます。小学校や中学校時代も給食のない日や運動会などの行事のときはお弁当を持参しました。

基本的に私はお弁当が大好きです。小さな箱のなかに少しずついろいろなものが入っているので、さまざまな味が楽しめる、彩がきれい、いつでもすぐに食べられるなどといったことが大好きな理由なのだと思います。旅行や出張のときに買うお弁当もとても楽しみにしています。私が高校生のころ友達と輪になっておしゃべりしながらお弁当を食べたことを、今でも鮮明に覚えています。おかしなことを言ったり、ささいなことで大笑いしたりしながらお弁当を食べていた時間は、とても楽しかった高校生活の思い出の一つです。



大学生時代は、お弁当生活からは離れていましたが、就職したばかりの頃の昼食は、ほぼ毎日、日替わり弁当を注文していました。仕事の合間を見計らって食事をするので、麺類は注文できません。いつでも食べられるようにスタンバイした状態にしておくことができるお弁当はありがたいものでした。

そして結婚をきっかけに、お弁当作りを再開しました。母親になってからは、保育園に行く子供たちのお弁当も作るようになりました。離乳食のお弁当も作りました。第1子ときは、早朝の出勤、午後8時過ぎの帰宅でしたので、朝晩の食事をゆっくり食べさせることができませんでした。(私が出勤するとき子供はまだ寝ていましたし、帰宅時はすでに眠くなって不機嫌になっていたり、眠ってしまっていたり・・・)そこで、保育園で食べるお弁当だけは手作りにこだわって作っていました。子供たちが小学校にはいると、また夫と私の大人用弁当のみになりましたが、子供たちが高校生になると昼食のほかに間食用おにぎりなども準備しなければなりません。時には朝食、昼食、夕食(ここでの夕食とは、夕方、部活動前に食べる。)とほぼ3食分を持っていくこともあります。朝食や夕食は簡単な軽食程度のものですが、時間がたっても傷まないように工夫したり、重い荷物にならないように考えます。

お弁当を作るためには前日から献立を考え、買い物をし、早起きをしなければなりません。私はなぜだかお弁当作り使命感のようなものを感じてしまいます。最近では、お弁当作りが私のルーティンになっているような状態です。

なぜなのかを改めて考えると、①私が食いしん坊である、②お弁当が好きである、③家族に元気でいてほしい、が理由なのだと思います。さらに願わくは、お弁当を食べる時間がそれぞれにとって幸せな時間であってほしいと思うからです。