

ンに似ています。

それに比べて和食は料理が全部出ているんです。ご飯とみそ汁から始まっておかずを食べてご飯、次のおかずを食べてご飯というようにご飯を中心にして八方喰いなんです。自分の好みに合わせてしょっぱいものときはたくさんご飯を食べるといのが自然の摂理です。

そういうことを口中調味というんですけど、和食の最終調味は口の中でしている。だから日本人は本当はかなり微妙な味を判別できるのです。これが薄味の基本で健康の基礎と思えるのです。

(やたべゆうじ・ユウ歯科医院「歯科医師」)



### 見直そう、あそびの意欲を

昔、炬燵にあたりながら祖母から昔話を聞いた。祖母がそう沢山のレパートリーをもっていたとは思えないから、多分同じ話をくり返し聞かされたのに違いない。しかし、飽きることもなくせがんで話を聞いたのは、聞きたびに、場面の様子(形象)を聞き手(子ども)自身がふくらませ得たからである。

「子どもはあそびの中で表象を駆使することを学ぶ」と言ったのはヴィゴツキー(ロシアの心理学者)である。頭のなかで想像上の状況を造り出すシンボルあそびや役割りあそびのなかで昨日よりは今日、今日よりは明日と、より豊かに想像の世界をつくりあげられる能力を子どもは蓄える。それがベースになるから同じストーリーでも、子どもは常に新しい場面の様子を思い描くことができる。「読み聞かせ」が大切なことはみんなが知っている。しかし、子どもの「想像の世界を構築する能力」が育っていないかったら、せっかくの「読み聞かせ」も馬耳東風でしかない。石鹸の空き箱が電車になったり、ダンボール箱に入って運転手を演じたりのあそびは、幼児の思考(または知能)の発達を主導する重要な活動なのだ。

(片岡 弘)