

現代社会を『関係性』という観点から考える③⑧

食事と「関係性」～「ごはん」が育むもの

更生保護官署職員 三浦恵子（社会福祉士・精神保健福祉士）

今回は標記について私見を述べさせていただきます。

「現代社会を『関係性』という観点から考える」というテーマでの連載です。これまでの連載一覧については末尾に記載しています。

1 はじめに

令和8年6月から5回にわたり放映された『ムショラン三ツ星』（NHKドラマ10）は、『めざせ！ムショラン三ツ星 刑務所栄養士、今日も受刑者とクサクないメシ作ります』（黒柳桂子 朝日新聞出版 R5.10）を原作（原案）とするドラマでした。

この書籍は、少年刑務所の炊場（すいじょう）担当法務技官として採用された管理栄養士の黒柳氏が自身の体験をレシピも添えて綴られたものです。常に掲載された元矯正局長、元矯正管区長の方々の暖かい推薦コメントに魅かれた私は発売直後に購入・読了し、以後相当量の熱量をもって同僚・友人・親族郎党にお勧めしてきた次第です。

刑務所や少年院に関する書籍は、書店では刑事政策や犯罪心理学等の専門書のコーナーに置かれていることが多く、新書等の形態を除けば、専門家以外の一般市民の目に触れる機会はさほど多くないのではないのでしょうか。

そうしたなか、書籍『めざせ！ムショラン三ツ星 刑務所栄養士、今日も受刑者とクサクないメシ作ります』は、一般書籍のコーナーに並び、多くの人々の手にとられ、ドラマ化に至っています。矯正局・矯正管区採用のプロパーではなく、社会人として長年学校給食等の現場で働いた後に刑事施設に入職された黒柳氏が、「一般社会の人の目」から見た率直な驚きも含めて、あたたかなトーンで綴られていることもその所以と考えています。「みょうがはどこまで剥くんですか？」と受刑者から質問されるくだりなどは、ユーモアに満ちており、「こんな、炊場で働く受刑者だけではなく、男子あるあるやん」と感じ入りました。

なによりも、「食事」「料理（調理）」という、人間の生活に欠かせない営み（当然ながら刑事施設内でも行われている）を切り口として、刑事政策だけではなく、食育その他幅広い知見が得られることも、この書籍の魅力だと感じています。

今回は『食事と「関係性」～「ごはん」が育むもの』を軸に私見を述べさせていただきます。

2 子どもたちの成長と食生活

非行や犯罪からの立ち直りには、「本人自身の更生に向けての意思」だけではなく、「本人とその意思を支え、受け入れる社会」の存在が非常に重要です。そのため、実際の処遇場面だけではなく、各種広報啓発活動が活発に行われています。

「保護観察中の遵守事項を守るよう指導監督するだけでは、社会の一員として更生し非行・犯罪からの離脱を図ることが難しい」ということを説明する際、たとえば、学校関係者の

方に対しては、「最低限の衣食住が確保されていない状態では、落ち着いて通学し勉強することは難しいのではないのでしょうか」と言い添えると、学校現場での経験に即したイメージをつかみやすいと感じています。平成後期以降、子どもの貧困が注目されるようになり、バランスの取れた食事、食を通じての様々な体験を得ることが難しい子どもの存在について、日常生活のなかで注意が払われるようになったのではないのでしょうか。

たとえば、「非行」に限らず、下記のようなケースは、子ども世代が健康的な食事を探ることは難しいことは容易に想像できると考えられます。

○両親、小学生の子2人の世帯。父は非常に支配的で、母は最低限の生活費を手渡すだけで、何かにつけ母を叱責することが常態化している(経済的DV、面前DV)。

○両親ともに働いているが家計管理が不得手であり、給料日前には欠食となることもある。

○疾病のためひきこもりがちな母にあわせて家庭全体が生活リズムが昼夜逆転し、子は欠食、通学もしぶりがち。

つまり、「食事」には、単に経済的な貧困だけではなく、家庭の状況や家族の関係性も反映されていると考えられます。

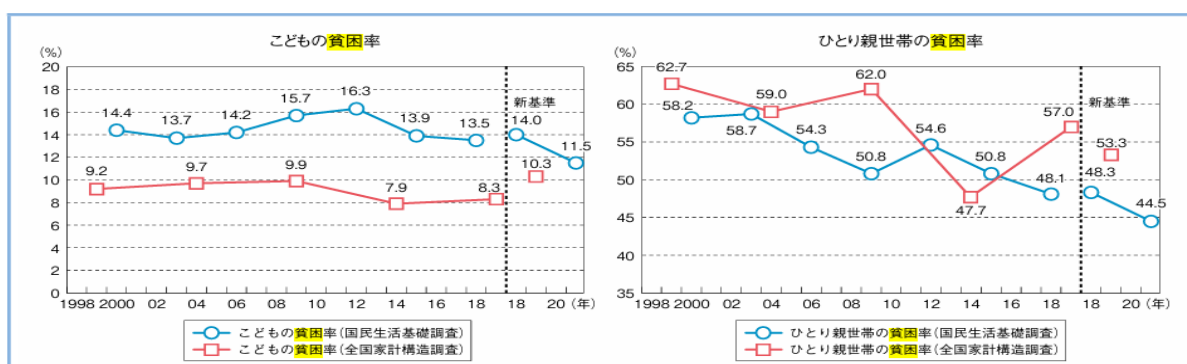
子ども世代の健康や成長に好ましい「食事」を準備するために必要なものは、経済力だけではありません。料理を用意するための時間やスキルはむろんのこと、いまや「情報」も不可欠です。インターネット検索ではなく、ちょっとした悩みを打ち明けあうことのできるリアルな人間関係のなかで得られるものは、単なる情報に留まらない、生活に密着した「知恵」として大きな支えになると考えられます。

細かなデータを提示することは本連載の趣旨ではありませんが、令和8年版こども白書及び令和5年版犯罪白書から、該当部分のデータを提示します。「こどもの貧困率とひとり親世帯の貧困率」(令和8年版こども白書110頁より抜粋)はまさにタイトルのとおり経済的な「貧困」に焦点をあてたものですが、令和5年版 犯罪白書 第7編(非行少年と生育環境)第5章(特別調査)「非行少年と生育環境」の特別調査については、「食事の頻度」に焦点をあてています。

○こどもの貧困率とひとり親世帯の貧困率(令和8年版こども白書110頁より抜粋)

国民生活基礎調査に基づく相対的に貧困の状態にあるこどもの割合は11.5%となっており、特にひとり親世帯の貧困率は44.5%と高い。ひとり親世帯では、食料が買えなかった経験がある割合が21.1%、衣服が買えなかった経験がある割合が19.0%と、こどもがいる全世帯(それぞれ12.1%、13.8%)と比較し高くなっている(国立社会保障・人口問題研究所「生活と支え合いに関する調査」(2022年)よりこども家庭庁算出。)

こどもの貧困率/ひとり親世帯の貧困率



生活困窮が非行・犯罪の背景にある場合、まずは日常生活の立て直しのため、更生保護の制度の枠組み内において緊急的な対応を行いつつ、福祉制度の活用も念頭においた対応を行っていく必要があります。対象者がDVや虐待の被害を受けている場合には、緊急的な対応が必要になります。

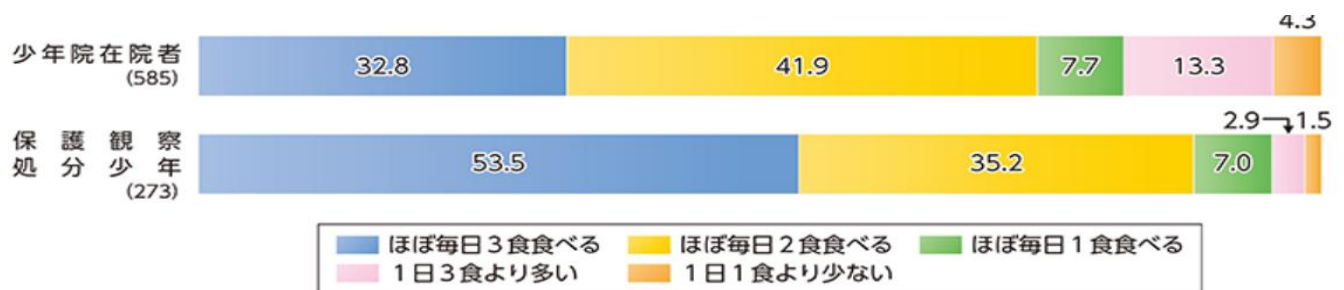
○令和5年版 犯罪白書 第7編(非行少年と生育環境)第5章(特別調査)より抜粋

2 日常の生活状況

(1) 食事の頻度

7-5-2-2 図は、平日(学校や仕事に行く日。以下この章において同じ。)の食事の頻度について見たものである。少年院在院者では、「ほぼ毎日2食食べる」(41.9%)の構成比が最も高く、次いで、「ほぼ毎日3食食べる」(32.8%)、「1日3食より多い」(13.3%)の順に高かったのに対し、保護観察処分少年では、「ほぼ毎日3食食べる」(53.5%)の構成比が最も高く、次いで、「ほぼ毎日2食食べる」(35.2%)、「ほぼ毎日1食食べる」(7.0%)の順に高かった。

7-5-2-2 図 少年に対する調査 食事の頻度



- 注 1 法務総合研究所の調査による。
 2 食事の頻度が不詳の者を除く。
 3 () 内は、実人員である。

東京都が実施した調査によれば、平日の食事の頻度を尋ねた項目(「ほぼ毎日3食食べる」、「ほぼ毎日2食食べる」及び「ほぼ毎日1食食べる」から選択)の16・17歳の結果では、「ほぼ毎日3食食べる」の構成比が86.1%であり、少年院在院者、保護観察処分少年共に、一般の少年よりも構成比が低かった。一方、同結果では、「ほぼ毎日2食食べる」の構成比が12.5%、「ほぼ毎日1食食べる」の構成比が0.7%であり、いずれも少年院在院者、保護観察処分少年共に、一般の少年よりも構成比が高かった(東京都「子供の生活実態調査」(平成28年度)による。)。回答の選択肢が異なることには留意を要するが、一般の少年と比較すると、少年院在院者及び保護観察処分少年において、1日3食の規則正しい食生活を送っている者は少ないことがうかがえた。

3 「食事」について、「食べること」以外の面から考える

ここでは、向田邦子の名エッセイ『父の詫び状』に収められた『ごはん』という一編から、食事と関係性について考えていきます。

東京大空襲でからくも生き残った向田一家は、「最後に腹いっぱい食おうじゃないか」という父の呼びかけで、白米とさつまいもの天ぷらという、当時にとっては「魂の飛ぶようなごちそう」を一家で囲むことになります。普段は厳しい父のやさしさ、母の明るさなどが淡々とし

た筆致で綴られています。昭和、それも戦前の父の典型のように描かれることの多い向田邦子の父は、平素は父の威厳に隠れて見えづらいものの、子どもへの愛情は非常に深い人でした。食事、それも被災した近隣を気遣いながら最後の昼餐とでもいえる「魂のとぶようなごちそう」を囲む場面では、そうした父の率直な愛情が発露されています。私が初めてこのエッセイに触れたのは小学校高学年時でしたが、子どもながらに深い感銘を受けたものです。

私がこのエッセイに触れるまで、料理を含む家事全般は、「お手伝い」という位置づけでした。しかし、向田邦子一家がどんな思いで「最後の昼餐」を用意しそれを食したのかを考えると、「料理」「作る」「食べる」だけのものではないと思います。向田邦子の他のエッセイも読み進め、高等女学校時代から料理や家事を切り回しをしていたことを知り、その生き方に憧れを持つようになりました。書籍『向田邦子の手料理』に掲載されているレシピはもちろんのこと、昭和期後半に次々と発刊されたカジュアルな家庭情報誌に掲載されたメニューを試すなどして、バリエーションも広がっていました。部活等で友人に料理を振舞う機会も増え、家族以外から「おいしい」と呼ばれる喜びも体験しました。

社会人となってからも料理を楽しんできましたが、40代前半に特発性膵炎を発症しました。

体質的にアルコールを全く容れない私にとっては全く想定外のものであり、痛み以上に厳しい食事制限は堪えるものでした。そのなかでも、家族のために料理をすることは続けており、その時間が気持ちの安定に大きく寄与していました。良医に恵まれたこともあり、服薬と食養生のおかげで現在は再発なく生活しています。

私にとって、向田邦子の『ごはん』に匹敵するのは、先輩職員が持参してくださったお弁当です。まだ20代の頃、母がクモ膜下出血で救急搬送・緊急手術となりました。2度の開頭手術を受けたものの「歩いて家には帰れない」と宣告される厳しい状態でした。憧れの更生保護官署に奉職し、異動(転勤)を重ねながらなんとか家庭と仕事を両立してきたものの、介護離職もやむなしというところまで追いつめられていました。

そんな折、先輩職員がお見舞いに来てくださいました。保護観察官としての心得や業務のいろはを教わった、女性職員のパイオニアともいえる方でした。先輩は「えらい痩せたな。ちゃんと食べてるか～」とまず手作りの御弁当を勧めてくださいました。「大変やけど、今辞めたらもったいないで」「なんとか両立できるよう、応援してるで」と声かけをしながらいただいたお弁当の味は、おかずの一品一品まで鮮明に覚えています。実際にその先輩が中心となって、介護と仕事の両立のための配慮もいただき、出向先からスムーズに復帰することもできました。

何よりも、「仕事に穴をあけてしまったら」「介護と仕事の両立をどうすればいいか」という、「将来のこと」で頭が一杯になっていた私にとって、そっと差し出された先輩の「ごはん」は、「いまここ」という日常生活を大切にするという視座に私自身を引き戻すものでした。

困難な状況にある人に対し、心理的なサポートはもちろん必要ですが、体を養うこと(安全を確保したうえで十分な食事・睡眠をとること)が何より重要であるということは、入職直後に大規模被災地での業務に従事した経験からも、非常に腑に落ちるものでした。あのときの「ごはん」は、「先々のことはいろいろと不安だが、まずはしっかり食べること」「日常生活をまずしっかりと営み、自分のできることからこつこつ取り組むこと」「自分を気遣ってくださる人の存在に感謝すること」を再認識させてくださった、私にとって忘れがたいもののようです。

4 こども食堂から食事と関係性を考える

その地域では初めてといわれるこども食堂を創設され、その後、子どもの食事だけではなく子育てを支援するネットワークを展開されている方と御縁ができたことをきっかけに、私も支援の端に加えていただいて10年以上になります。

調理に参加する時間は捻出できないため、大口の支援から漏れやすいものをリクエストしてもらい随時お送りするなど、現場での活動を微力ながら支えることが今の自分の役割だと考えています。生の果物を食べる機会が少ないことをお聞きして以降は、「東北の生協から10～12キロの巨大スイカを安価に調達すること」と「和歌山からミカンを安価に調達すること」が、我が家の恒例行事となっています。もちろんこういった品物の寄付は、必要な時期や量、保管場所に留意を払う必要があり、主催者側と連携ニーズを把握すること、気まぐれな支援とならないようにすることが必要だと感じています。

食事と居場所の提供から始まったこのこども食堂では、コロナ禍においては、お弁当と日用品を家庭訪問の際に手渡すアウトリーチを展開され、こども食堂に出向けない親御さんへの声かけを行い、ニーズを細やかに汲み上げておられました。その結果、今では、地域のこどもだけではなく、親世代はじめ様々な世代への支援が展開されています。他のこども食堂や学校、行政機関とゆるやかにつながりながら、地域における基幹的なこども食堂となっています。支援を受けたこどもたちが無事高校等に進学し、今度は後輩たちのために学習支援等のボランティアに入るなどの好循環も発生しています。

つまり、「こども食堂」は、単に食事の提供だけではなく、多様な人間関係や多様な体験に触れることができる場でもあるといえます。家庭や学校以外の「居場所」「サードプレイス」として機能しているこども食堂も多くなっています。「毎日開催されていないこども食堂が、子どもたちの食生活を十分に支えられるのか」という見方もあるかもしれませんが、こども食堂で提供されているのは、単なる「食事」ではなく、支援につながるための「関係性」でもあるといえます。

開始当初は「今時、食事に困るような本当に子どもがいるのか」と懐疑的な声もあったと聞いていますが、活動の展開とともに「地域の子どもたちに、声を掛け合い気を掛け合う」という関係性が醸成されるようになっていきます。この「こども食堂」においては、食堂が開設されている物理的な場だけではなく、それが設置されている地域社会やそこに生きる人々の関係性についても、良い影響を与えていると考えられます。

5 食事と「関係性」～「ごはん」が育むもの

食事については、その量や質、回数が適切であることはもちろんのこと、食事に関する場面での関係性が重要であると考えます。先述した「こども食堂」でも、ただ用意された食事を子どもたちが食べるだけではなく、その場に参加している子どもたちに対し、スタッフやボランティアの見守り、声掛けが行われ、子どもたち同士のよりよい相互作用が行われています。

こだわりの食材を使用した手の込んだ料理が並ぶ食卓であっても、食卓を囲む家族等における関係性が子どもの成長にとって望ましいものでない場合、それは真に心身を養う食事とはいえないのでしょう。

たとえば、夕食の食卓で一日のことを振り返ることもあると思われそうですが、そこが叱責・反省メインの「反省会」となってしまうのはどうでしょうか。もちろんマナー等の「しつけ」は必要と考えますが、過度に強い態度で子どもに接したり、子どもに全く無関心であることは、望ま

しいとはいえないと私は考えます。

「料理は必ず手作り」「家族全員がそろって食卓につく」ということは、親世代のライフスタイル、子どもの学齢によっては、現実的とはいえないでしょう。料理の得手不得手を論じたり、食材・献立にこだわるよりも、食事の時間が感謝と楽しみのものになるよう、作り手だけではなく家族メンバーの協働が必要でしょう。

冒頭で言及したドラマ『ムショラン 三ツ星』においても、それぞれのレシピのなかに、炊場で作業している受刑者の暮らし(成育歴)や思いが盛り込まれていました。

「出所したら家族に作って食べさせてあげたい」という思いが吐露される場面が複数盛り込まれているのも、「関係性」の大切さを示唆するものでもあると感じています。

参考文献

『めざせ! ムショラン三ツ星 刑務所栄養士、今日も受刑者とクサクないメシ作ります』(黒柳桂子 朝日新聞出版 R5.10)

ムショラン三ツ星(NHKHP)

主演・小池栄子×刑務所×料理で描く社会派コメディードラマ

NHK 土曜ドラマ「ムショラン三ツ星」

『父の詫び状』(向田邦子 文春文庫)

これまでの連載

30号:連載1:更生保護制度とは何か

31号:連載2:更生保護を支える人々

32号:連載3:つながる・つなげる ～現代社会とボランティアについて～

33号:連載4:「共同体」における「排除」と「包摂」という関係性 「遠野物語」から考える(前)

34号:連載5:「共同体」における「排除」と「包摂」という関係性 「遠野物語」から考える(後)

35号:連載6:介護は誰が担うべきか～家族・親族・地域社会の関係性を踏まえた一考察～

36号:連載7:対人援助の場面における「専門家」と当事者等との関係性について
～家族・親族・地域社会の関係性を踏まえた一考察～

37号:連鎖8:「地域」を支える縁のかたち 血縁・地縁,そして「新たな縁」

38号:連載9:「29人と19人」～この数字が示すもの

39号:連載10:血縁あるいは家族について

40号:連載11:対人援助職が家族のケアを担うとき(1)

41号:連載12:対人援助職が家族のケアを担うとき(2)

42号:連載13:「開く」と「閉じる」こと

43号:連載14:『「開く」と「閉じる」こと』

44号:連載15:『つながりが支えるところ』

45号:連載16:『「見える」と「見えない」こと』。

46号:連載17:「地域社会」との「関わり方」を考える

47号:連載18:「地域社会」で生きるということ

- 48号:連載 19:「自分は誰かとつながっている」という感覚があるかということ
- 49号:連載 20:『関係性』をメンテナンスをする～「当たり前」と思うことの陥穽について
- 50号:連載 21:Society から Home へ矮小化していく社会
- 51号:連載 22:「自助、共助、公助」の他に、制度が既存のものとして含んでいる「家族助」について
- 52号:連載 23:自分が「知っている」だけの世界で生きることの危うさ
- 53号:連載 24:「知らないことが不安や排除につながる」ということ
- 54号:連載 26:「今の社会」に対する若者の不安に、大人としてどう向き合うのか
- 55号:連載 27:「理想とされる家族は今や『描かれるもの』の中にあるものなのか」
- 56号:連載 28「自分には支えてくれる人がいる」「まだできることがある」と誰もが感じる
ことができる社会へ(連載 29 と記載していますが 28)
- 57号:連載 29「選べない日々」を過ごす人々への「まなざし」
- 58号:連載 30 改めて「介護は誰が担うべきか 家族・親族・地域社会の関係性を踏まえた
一考察」
- 59号:連載 31:非行とは行うものなのか巻き込まれるものなのか」
- 60号:連載 32:家族における「ケア」の在り方 映画「どうすればよかったか」から考える
- 61号:連載 33:みまもり「みまもる」ということば
- 62号:連載 34:「若者と薬物依存」について、地域社会でどう向き合うのかと
- 63号:連載 35:薬物依存症当事者の方の経験と人生に触れる
- 64号:連載 36:家族のなかの秘密と嘘 映画「どうすればよかったか」から考える・続
- 65号:連載 37:「呼び名と役割」そして「関係性」