



## 第35回 食卓の風景今昔～賞味期限は大事だけれど～

### ▼大家族の食卓と核家族の食卓

私は鳥取の田舎の出身で、小さい頃は大家族で食卓を囲んでいた。4世代9人が同居していたように思う。大きな食卓を囲んでテレビをみながら、にぎやかに夕食を食べていた記憶がある。その頃は、食卓に大皿で煮物や焼き魚がもられ、好きなだけ取って食べるという感じだった。必要な分を食べきるのではなく、残ったら戸棚や冷蔵庫に入れて、また煮なおして食べるのが普通だった。今でも実家では食卓いっぱいの料理が出され、「こんなに食べられないから」といっても、それがもてなしと心得ている母は動じない。期限の過ぎた牛乳を「まだ大丈夫、もったいない」と母はいう。いっぽうで核家族で暮らす自分の生活は、人数分の食事を必要なだけ準備し、料理を残さないというパターンに変わっている。そして、食品の賞味期限や消費期限がやかましく言われるようになった。

### ▼賞味期限と消費期限

農家では稲刈りなど農繁期になると忙しくてゆっくり調理している暇はない。だから、醤油など塩分を多めにした料理で腐らない工夫をしていた。しかし、自家用車の普及とスーパーの発達などで、新鮮な食材が簡単に手に入り冷蔵庫で長期保存ができるようになった。母たちの世代は、電化製品の進歩があまりに急速で、旧来の習慣が抜けきらないまま現代へすべりこんだという感じではなかろうか。自分は子供のころ、食品の保存は「こんなものか」と思っていた。しかし、結婚して都市生活をすると、やけに賞味期限を気にしている自分に気づく。賞味期限切れの食材をみると、まるで腐っているかのような錯覚を受ける。でも、よく考えてみると賞味期限切れでも「ちゃんと食べられるし、何の問題もない」のだ。地震などの災害があれば賞味期限など関係なく、口に入れることになる。私たちは知らないうちに、その食材が食べられるか否かを他人にゆだねて、自己判断を放棄しているともいえる。もちろん、期限切れの食品を食べなさいと主張したいわけではない。でも「食べられる期限」というものを、少し考えなおしてみる必要はないだろうか。賞味期限は安全性・味・風味のすべての品質が保証さ

れる期間（おいしく食べられる期間）。消費期限は弁当など傷みやすい食品について安心して食べられる期間（安全に食べられる期間：約5日以内）。これに照らせば、食中毒を防ぐためには、少なくとも消費期限は守るべきだと思っている。

### ▼何が大切なことなのか

「ALWAYS 三丁目の夕日」という映画を見た人は多いと思う。1960年前後の高度経済成長に向かう日本、古き良き昭和をえがいたノスタルジーあふれる作品だ。映画の中で、主人公「星野六子」の働く自動車屋に、はじめて冷蔵庫やテレビがきた日。冷蔵庫をのぞきこんでは感心し、テレビで力道山の姿みては狂喜する。自分が小さかった頃の情景そのままだ。思えば、あのころの夏は本当に暑く、冬は雪が多くて寒かった。そして、家の中はにぎやかであたたかだった。いまはその家に暮らすのは母一人、近所の人たちも老いていく。家族のあり方と食卓の変化は無縁ではない。賞味期限ばかりを気にする昨今の風潮と、食卓いっぱいの料理をならべて「もったいない」とつぶやく母の姿。時代の移り変わりとはいえ、この半世紀で私たちはずいぶん遠くまで来てしまったのかもしれない、と感じる今日この頃である。



鳥取大学医学部  
地域医療学講座  
教授

谷口 晋一  
(たにぐち しんいち)