



©少年写真新聞社2023

新座市立第二中学校
校長 小関 直
栄養教諭 加藤耕平



2024 PARIS (パリオリンピック・パラリンピック)
7月26日～8月11日 / 8月28日～9月8日



6月下旬には朝霞地区学校総合体育大会がありました。競技スポーツをしている人には練習もさることながら、食事も大切にしてほしいと常々思っています。また、中学生に対してもスポーツ栄養の大切さを普及していきたいと考えており、手始めに校舎1階廊下の部活動掲示板の隣へ「スポーツ栄養コーナー」を設置しました。少しずつ情報を充実させていく予定ですので、学校にお越しの際はお立ち寄りいただけると幸いです。

一方で、オリンピックをはじめとするトップアスリートの中では、食事や栄養素の重要性についてはここ数年でかなり認知されてきた印象があります。同時に全てのアスリートに対して食事によるサポートを充実させようという動きもあります。前回の東京オリンピックでは、選手への食事提供環境に対して様々な配慮がされていました。例えば、1皿の料理サイズを小さくすることで、選手が必要とする量へ細かく対応しました。料理を提供する側からすると、100kgのご飯で100gのおにぎりを1000個作るのと、200gのおにぎりを500個作るのはどちらが簡単かというところでは後者です。しかし、「今、この時間に」100g食べたい選手、300g食べたい選手にとっては、100gでおにぎりが置いてある方が助かります。他のハンバーグや焼き魚などでも同じです。様々な時間帯に来る選手の食事オーダーに対応するだけでも大変なことなのに、作る側の手間を増やしてでも選手ファーストの対応を決定したというところに、おもてなしの精神を感じました。また、東京オリンピックでは食品ロスに対しても最大限の配慮がされたそうです。通常このような国際大会では、食料廃棄のデータは残らないとのこと。このような裏話はあまり聞く機会がありませんが、今回のパリオリンピックが終わった後、どんな食のエピソードが残るのか、気になるところです。

オリンピックにちなんで、7月12日(金)はフランスのメニューでまとめました。キッシュ風オムレツとラタトゥイユをお楽しみに。

ミレーの「落ち穂拾い」

フランス料理といえば、トルコ料理、中華料理と並ぶ世界三大料理の1つです。「ミシュラン」や「三つ星レストラン」という言葉など、おいしい食事や豊かな食文化が連想されます。しかし、そんなフランスでも全ての国民の食事情が潤うようになったのは最近です。それを象徴しているのが1857年にミレーというフランスの画家が描いた「落ち穂拾い」という作品です。これは収穫後の麦畑にこぼれた稲穂を拾っている様子を描いたものです。パリのオルセー美術館に展示されています。

