

私ら子どもの頃、

今みたいに食べるものがなかった。

何のおかずだった？って友達に聞いたらね、

芋に、大根に、大根に、芋

それに油揚げ

って言って。それじゃうちと一緒だね、

って笑ったけよ。

小学校6年生くらいかな

そんなおかずだったっけよ。

83才女性

女性が小学6年生だったのは昭和27年です。戦後復興期であり、食事は質より量の時代でした。この年に国民の栄養を調査・指導する「栄養改善法」が制定されました。その後、高度経済成長期に入り、食生活はどんどん豊かになり、平成15年に健康増進・生活習慣病対策を目的とする「健康増進法」に改正されました。女性は「今でも昔と同じようなもん食べてるよ。こういうおかずがいい。」と元気に笑ってらっしゃいました。