

◇食卓のいやしを演出する「テーブルコーディネート講座」

〔目 的〕

現在、各家庭での食生活は多様化し、多くの家庭での食事が、多忙な日常生活の中では簡易化され、外食や中食などが増えおり、家族揃って食事をする回数も減少傾向にある。また、食材の季節や食べ物が作られる過程も見えにくくなっている。そんな環境下で、食べ物としっかり向き合い、五感を刺激した楽しい、美味しい食事ができれば、体だけでなくメンタル面にもよい影響を与える。日常の食卓でのちょっとした一工夫で、ゆったりとした気持ちで、おいしくお茶を飲んだり食事をする事ができる食空間の演習、食卓で季節を感じたり、日本の伝統ある食文化に触れる食空間の演出、あるいは家族にとってのテーマ性のある食空間の演出ができれば、心豊かな食生活が実現される。家族の心の健康面に役立つことを目的に、食卓での演出で癒しの空間を共有し、食生活の向上に役立ていただけるよう、本講座を開講している。

〔内 容〕

本学の食物栄養学科と他学科およびコンソーシアムの他大学の学生へのオープン科目として開講している「テーブルコーディネート論」と「食空間プロデュース論」の非常勤講師をお願いしているフードアートの中野久美子先生を栄養クリニックにお招きして、家庭での食卓の癒しを演出するテーブルコーディネート教室を開催した。季節毎に4回開催の予定だったが、本年度は都合により夏、秋、冬の3期に下記のテーマで教室を開催した。

夏の教室 ～初夏の食卓とお皿の上のデザイン～

食べ物が腐敗しやすい季節を考慮し、市販のドライフルーツ・野菜、缶詰め・瓶詰め製品を使用し、ガラスの器を中心に使用して、初夏の清々しいテーブルの演出方法を学んだ。



秋の教室 ～秋の果物を使った食卓演出～

秋の代表的な果物、リンゴ、ブドウ、柿などを用いて、実り豊かな自然への感謝の気持ちを演出したテーブルで、心地よい時間を共有し、果物のカット法、色や器などとの組み合わせとアレンジ法を学んだ。また、この日はホットワインの豊潤な香りと晩秋のなごりを楽しんだ。



冬の教室 ～あたたかくて美味しい食卓～

寒さ厳しいこの季節、ココロとカラダの温まる、冬のテーブルの演出法を学び、癒しのひとときを過ごした。お客様からご寄贈のピンクゴールド・ガラスの大皿と花器を使用し、写真に示すように、色を使い過ぎずに配色し、市販品のスナック・菓子と飲み物などで格調の高いコーディネートを楽しんだ。



[成 果]

この教室に参加された方は、楽しい癒しのひとときを過ごせたことに満足してお帰りになる。そして、次の教室への期待が大きい。家庭でちょっとした一工夫で実現できる食空間の演出、ほんの少しのヒントで、誰でも実行できる洗練されたプロの手技が学べるというところが、この教室の魅力だと思われる。時には、珍しい食材の紹介や食器の使い方なども喜ばれる。この教室に参加した日は、とても幸せな気分を満たされ、帰宅後の家族との会話も弾み、日常から非日常的な幸せな時間をもつことができるなどの好評をいただいている。具体的には下記のような感想が寄せられた。

- アットホームな雰囲気の中で、楽しい時間を過ごしながら学ばせていただいた。参加者やスタッフとの楽しい交流ができ、次回も楽しみにしています。
- 日頃、使ったことのない食材などの知識や使い方が学べてよかったです。家族や友人を招いて、学んだ演出方法を使ってみます。ワクワクして今から楽しみです。
- フルーツのヨーグルトと生クリームでの食べ方が新鮮でした。市販の冷凍パイで、簡単なおもてなし方法を習得できました。とても楽しかったです。早速、試してみます。
- この講座はお花を使って、テーブルコーディネートをするものと思っていたのですが、食べる果物や食品で季節感の出し方や初めて体験する素敵な演出、新しい食べ方を学ぶことができ、とても感謝しています。
- 普通の食品で、こんなに素敵なコーディネートができることに驚きました。特に、色彩の組み合わせが勉強になりました。とても楽しかったです。家族の特別な日やおもてなしの時に絶対に活用します。
- いつも素敵な食材の紹介があり、楽しみにしています。また、テーブルでのコーディネートが个性的で、素敵で、参加者と楽しくおしゃべりができるのが何よりです。

(木戸詔子)

