60th Anniversary

ベターホーム協会は、2023年6月4日に60周年を迎えます

1963年に誕生したベターホーム協会。多くのみなさまの支えのおかげで、来年60周年を迎えます。「Betterhome Journal」では、これまでにみなさまとともに歩んだ協会の歴史を、2つの特集「Better Memories」「あの日のレシピ プレイバック」でご紹介します。

Better Memories 第1回 ～1960年代編～

ベターホームの原点

1963年（昭和38年）、ベターホーム協会は、東京・四ツ谷に産声を上げます。当時は、いまのような料理教室ではなく、“賢い消費者を育成するための消費者教育組織”でした。…ちょっとピンときませんよね。少し詳しくお話ししましょう。

高度成長期とベターホーム

1963年の日本は、戦後の経済復興を経た高度成長期の真っ只中。炊飯器や洗濯機、テレビなどの家電製品がどんどん普及し、これまでに見たことのない加工食品や冷凍食品、インスタント食品の発売も相次ぎ、人々の暮らしが劇的に変化、主婦たちの家事労働も大幅に軽減された時代です。しかし、その豊かさの一方で、公害やごみ問題など、さまざまな社会問題も発生しました。「これでいいのかしら？　もっと賢い消費者にならなければ」という動きが、世の中全体にうまれてきたのです。

そんな社会背景のもと、「消費が美徳といわれているけれど、一方的にものを買うだけでいいの？」「この食品に入っている添加物、どんなものなのかしら？」「知らないことを勉強しよう。そして勉強したことを、地域の人へも広めて、お役に立とう」という志をもって集まり、学習と活動を始めた主婦たちの学習集団こそ、ベターホームのはじまりなのです。

“勉強する集団”が原点。今も息づくその信念とは

当時の学んだことを
地域の人へ伝える活動▼

当時は自前の施設がなかったので、主婦たちは地域の公民館に集まって勉強していました。大学の先生を招いて食品添加物について学んだり、当時普及してきた冷蔵庫の仕組みを企業の開発者から聞いて知識を深めたのです。そして、その勉強したことを自分のものにとどめず、自宅を開放して、地域の人に伝えたり、料理を教えたりもしました（画像）。

形は変わりましたが、「自分たちの勉強したことを多くの方に伝えたい、お役に立ちたい」という信念は、現在のベターホームにも脈々と受け継がれ、料理教室や出版物をとおしてその役割を果たすべく、さまざまな活動を続けています。

無断複製・転載を禁じます ©2022 Better Home Association.

60th Anniversary

Better Memories

第2回 ~1970年代編

1970年代は、ベターホームにとって大きな2つの転機がありました。
1つは料理書『かあさんの味』の出版、もう1つが〈パンの会〉の発表です。

『かあさんの味』の出版

かつて、家庭料理は「祖母から母へ」「母から子へ」「子から孫へ」と、家庭内で受け継がれていました。しかし、高度成長期に進んだ核家族化や家庭像の変化で、その伝承の機会は急速に減る一方。そこで、当時のメンバーたちが「私たちが、失われつつある日本の家庭料理の伝承役になりたい」と使命感をもって1970年に出版した一冊が『かあさんの味』です。ごはんの炊き方、だしのとり方、おそうざいを中心としたやさしい味わいの和食の作り方を紹介したこの実用料理書は、60万部のベストセラーとなりました。

▲かあさんの味

〈パンの会〉の発表

手作りパンの会は、今でも人気ですが、この講習会の誕生は1972年にさかのぼります。当時の日本人にとって「パンは作るものではなく、買うもの」。そんな時代にベターホームは、パン作りをすることを教え始めたのです。パンを家庭で焼く文化がなかったわけですから、当然そのための道具も存在していませんでした。そこで、メーカーにはたらきかけて家庭で使えるサイズの強力粉（当時は業務用の20kg入りのみが流通）と家庭用のオーブンに入るパンの型を作るところから始めました。ベターホームが作りあげた、家庭でパン作りを楽しむ画期的な文化に「おいしくて安全」「手作りの楽しさを味わえる」と主婦達は大いに共鳴し、参加者は3万人を超え、大きな話題を呼びました。

“賢い消費者を育成するための消費者教育組織”としてスタートしたベターホームですが、「料理本」「料理教室」という2つの手段で、より多くの方に食の楽しさや大切さを伝えることができるようになったのです。

▲当時の〈 パンの会 〉のようす

無断複製・転載を禁じます ©2022 Better Home Association.

60th Anniversary

Better Memories

第3回 ～1980年代編

バブル景気目前の1986年。華やかな時代背景とは裏腹に、ベターホームでは堅実な調理技術を教える〈お料理基本技術の会〉が開講しました。

〈お料理基本技術の会〉の発表

この会の誕生のきっかけは、当時の受講生のようすでした。米のとぎ方がわからない、かんたんな野菜のせん切りができない、家で料理を教わったことがないという人が増え、「それならば、ベターホームが家庭に代わって料理の伝承をしましょう」という使命感をもって発表したのです。当時のパンフレットには「今まで恥ずかしくてだれにも聞けなかった基本やコツを身につけます」のキャッチコピーが。今でこそ、初心者のクラスで初歩的なことを教えるスタイルは定着していますが、当時のお料理教室でこのような基本が習えることは画期的でした。まな板の置き方や包丁の持ち方、野菜の洗い方といった調理以前の基本をていねいに教える〈お料理基本技術の会〉には、若い女性を中心に1万人を超える受講生が全国の教室に殺到し、大きな話題になりました。

当時から受け継がれるこだわり

〈お料理基本技術の会〉には「なぜそうするのか」という科学的な理由を盛りこみました。たとえば、けずりかつおで“だし”をとるとき。「けずりかつおを入れたら、鍋にふたはしません」ではなく、「ふたをしないのは、かつおの生ぐさみがこもるからです」と、必ず理由を教えるのです。納得できると人は忘れません。だから、一生役に立つ調理技術が身につくのです。この「なぜ」を教えるこだわりは、現在ベターホームで開催しているすべての講習会にも受け継がれ、お料理教室のコンセプトの柱のひとつにもなっています。

▶当時の〈お料理基本技術の会〉のパンフレット

無断複製・転載を禁じます ©2022 Better Home Association.

60th Anniversary

Better Memories

第4回 ~1990年代編

1986年に開講した〈お料理基本技術の会〉に、
当時はまだ珍しかった男性だけのクラスが登場したのは、1991年秋のことでした。

〈お料理基本技術の会　男性クラス〉の発表

今でこそ、男性が台所に立ったり、料理教室に通うのは特別なことではなくなりましたが、1991年、ベターホームは世の中に先駆けて初心者の男性を対象にした〈お料理基本技術の会　男性クラス〉をスタートしました。当時のパンフレットには「生活者として、男性もお料理の基本はしっかり身につけたいものです。実習しやすいふんいきの、男性のためだけのクラスもあります」との一文が。全国で350人の方が参加されました。

当時の受講生のようす

1992年4月に発行された会報誌『月刊ベターホーム』では、渋谷教室で4回目のレッスンを終えた笑顔の男性受講生にインタビュー。参加者の25名中、「男性も料理ができなきゃ」と自発的に参加した方は16名だったそうです。教室後には「料理はむずかしいけれど楽しい」「妻の大変さがわかりました」「妻が遅いときは僕が夕食を作ろうと思って」と前向きな感想が聞かれましたが、こういった声は、現在の男性クラスからも同じように聞こえてくるのが、感慨深いものです。

あれから30年以上の月日が流れましたが、ベターホームは老若男女すべての方に料理をお教えすることで、生きる力をも育むお手伝いをしているのです。

▲1992年春の
お料理教室パンフレット

◀当時の〈お料理基本技術の会
男性クラス〉のようす

無断複製・転載を禁じます ©2023 Better Home Association.

Better Memories

第5回 ～2000年代編

SDGｓの先駆け？ ベターホームの「食べもの大切運動」

ベターホーム協会は創立当初から、さまざまな手段で食べものや資源を大切にする心を訴えてきましたが、2008年には多くの人にとってわかりやすくかつ楽しく参加できる「食べもの大切運動」をスタートしました。

食べもの大切運動のはじまり

この運動のきっかけとなった社会問題が“危機的な食料自給率”でした。食料の6割を輸入しながら、3割は捨てているという状況を「身近なところから、少しでも改善するきっかけを作りたい」と考えたからです。壮大な問題提起をするというよりは、料理教室で食材を使いきる具体的な技やレシピを紹介したり、『大切な食べものを無駄にしない本』などの書籍をとおして、食材を長もちさせる工夫や保存法、捨てずに食べきる知恵を提案するなど、だれもが手軽に楽しくとり組める手段を意識しました。中でも大きな話題を呼んだのが、「食べものを大切にする日」として制定した9月9日に発表する「ああ、もったいない！捨てないで！食べものを大切にしよう川柳」。「あるある！」と共感を呼ぶ傑作、ほのぼのと笑いを誘う作品など、毎年力作が多数寄せられる一大イベントはマスコミにもとり上げられ、多くの方にとって「食べものを大切にしよう」という心を育むきっかけになりました。

◀2007年発行の『大切な食べものを無駄にしない本』

シンボルマークは「だいこんハート」

この運動のシンボルマークは“だいこんハート”。だいこんはしっぽから葉先、皮まで捨てるところがない野菜の象徴で、ほとんどが国産であることから「無駄にしないシンボル」として採用しました。だいこんをそっと抱きしめるキャラクターと、安心しきった表情のだいこんが形作るハート型には、食を大切にし、いつくしむ思いがこめられています。

▼「食べもの大切運動」のシンボルマーク“だいこんハート”

無断複製・転載を禁じます ©2023 Better Home Association.