

“食わず嫌い”は・・・

皆さんは、食べ物で好き嫌いはありますか？自分は、好き嫌いは全くないです。小さい頃から親に食卓に出されたものはきちんと食べなさい、と言われ続けたおかげだと思います。しかし、小学生のころは“セロリ”や“ピーマン”が苦手ではいつも嫌だなと思って食べていました。また、今は大丈夫ですが、鯖、生卵に対して少しアレルギーがあったので、好きでしたが食べさせてもらえませんでした。自分は関西人ということもあり、“納豆”という食べ物に初めて対面したのは、18歳の時に大学受験で福島県に行ったときでした。その当時、関西人？（我が家）にとって納豆は、食べ物として認められていなかったもので、生まれて18年間、1度も家に存在したことがありませんでした。初めて納豆と対面したとき、食べ方も分からなかったもので、何もかけないでそのまま口に入れると、ねばねばしていて、なんて美味しくない食べ物なんだと思ったのを今でも覚えています。ただ、福島での大学生活が始まって、先輩たちに面白がって納豆を食べさせられたりしていくうちに平気になり、今では毎日のように好んで食べるようになりました。セロリやピーマンも知らないうちに平気というか好きになっていました。おかげで今は好き嫌いが全くないので、誰と食事に行くときも何も気にしないで行けますし、相手も気を使わないので良かったと思っています。

食わず嫌いという言葉があります。見た目、小さい頃からのイメージ、周りからの情報で**食べたことないのに“嫌いな食べ物”**と**思ってしまう**ことです。これは意外と損をしていることが多いような気がします。本当は、美味しくて栄養がある食べ物なのに、自分の思い込みで勝手に嫌い、苦手と決めつけてしまい、その食べもののおいしさ、良さを知らないで過ごすことになります。もったいないですね。自分は、納豆がそうだったのかもしれませんが。

この食わず嫌いと同じように、人に対しても同じようにしてしまうことがあります。きちんと話したこともないのに、会ったこともないのに、その人の印象（イメージ）や周りの情報（うわさ）でその人のことを判断し、自分はこの人嫌い、合わない、嫌い**と決めつけてしまう**ことです。もしそういうことをしていたら、かなり損をしているかもしれません。もしかしたら自分にとってすごくいい助言をしてくれるプラスになる人、親友になる人、何かを競い合うライバルになる人だったかもしれませんから。ただ、これには1つ注意があります。それは逆にいい印象、情報だけで判断すると、美味しそうに見えてもそれが毒だったり、違法なものが含まれたりします。人も同じでいい人のふりをして近づき、騙そうとする人もいます。食べ物も、人も印象（イメージ）だけで判断をしてしまうと**チャンス（プラス）を逃したり、騙されたり（毒を口にしたり）**することがあります。要するに単なる印象（イメージ）や周りの情報（うわさ）だけで決めてしまうのは、マイナスが多いということです。新しい学年、1年生は新しい生活場所で、上のことを少し気にして自分の目で確かめることを心掛けてみてはいかがでしょうか？きっと世界が広がります。