



ナットーに教えられたこと



国 籍 モンゴル
職 種 介護
実習実施者 社会福祉法人ハイ
ネスライフ
監 理 団 体 GTS 協同組合

オトゴンジャルガル アンギルマー
OTGONJARGAL ANGIRMAA

初めて日本に来たときです。会社の人たちがナットーを食べよう勧めました。食べ物に対して非常に保守的だった私は、この小さな宝箱を開けた瞬間、ただただ驚いてしまいました。香りと粘り気の独特な感触に、その食べ物を受け入れるためには時間が必要だと感じました。食べる前からその食べ物に対する恐怖心や不安があり、無理に食べることができるかどうか心配でした。

初めてナットーを食べたとき、味と香りは衝撃的で、何か不思議な感じがしました。香りは強烈で予想以上に濃く、口に入れた瞬間に何が起こったのか理解できない状態でした。味も匂いも経験したことのないもので、その当時の私はこの食べ物が自分に合うとは思いませんでした。しかし、何度も挑戦しているうちに少しずつその魅力に気づき始めました。

一年後、私は同じ部屋に住む友人から再びナットーを勧められました。最初は「また同じことになるだけよ」と気が進まなかったのですが、友人の言葉に促され、もう一度試してみることにしました。自分でナットーを購入し食べてみると、驚くべきことに前の印象とはまった

く違った感覚を抱きました。味も香りも、以前感じたような嫌悪感や不安はなく、むしろ非常に親しみやすく感じられました。かつての「未知の食べ物」というイメージはなくなり、新たな楽しみとして受け入れられるような感覚でした。その日から、毎朝ナットーを食べることで、体が目覚めるような気がして、毎日少しずつ活力を得ることができます。ナットーは単なる食べ物以上のものとなり、健康の象徴、そして日々の一部となりました。

ナットーを通じて学んだことは、物事に対する最初の印象や感じ方が必ずしもそのまま正しいわけではなく、何か新しいことに挑戦することで、その真価に気づくことができるということです。初めて挑戦するときはどうしても不安や恐れが先行しますが、それを乗り越えて何度も挑戦していくうちに、自然と受け入れられるようになります。ナットーが教えてくれたのは、物事を先入観で「無理だ」と決めつけるのではなく、何度も試すことで新しい発見があるということです。この学びは、食べ物だけでなく、私の人生のさまざまな局面で役立っています。

私にとって、「納豆」はただの食べ物ではなく、人生の重要な教訓を教えてくれる存在になりました。