

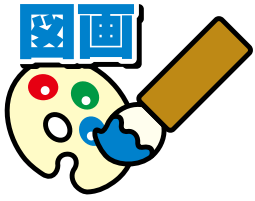
第41回

「ごはん・お米とわたし」

作文・図画入賞作品集



JA群馬中央会・JAグループ群馬
(協賛：JAバンク)



全 国コンクール 優秀賞

群馬県コンクール 金 賞

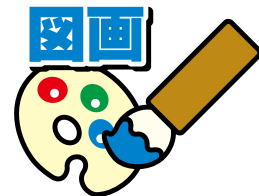


稲刈り

伊勢崎市立殖蓮小学校 6年 新井那和



©ごはんちゃん



全 国コンクール 優秀賞

群馬県コンクール 金 賞



ご飯。おかわり!!

高崎市立寺尾中学校 2年 佐々木唯歩



©ごはんちゃん

群馬県コンクール 金賞



おにぎり いただきま〜す。

高崎市立長野小学校 1年 阿部 早彩

群馬県コンクール 金賞



楽しかったおすし作り

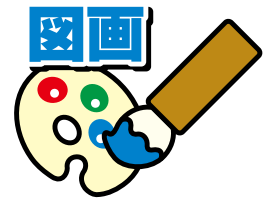
高崎市立寺尾小学校 3年 清水 華乃

群馬県コンクール 金賞



キャンプでごちそうおにぎり

高崎市立塚沢小学校 2年 佐々木碧那



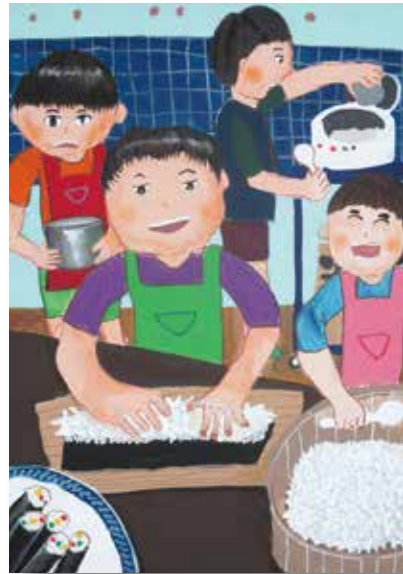
群馬県コンクール 金賞



うれしい収かく

群馬大学教育学部附属小学校 5年 田口 郁子

群馬県コンクール 金賞



家族の健康を願って
恵方巻き作り

前橋市立原小学校 4年 宮越美裕斗

群馬県コンクール 金賞



「美味しいお米」間違いなし

板倉町立板倉中学校 3年 佐瀬 優佳

群馬県コンクール 金賞



野球部の仲間とごはんを
食べているところ

太田市立尾島中学校 1年 町田航太郎

群馬県コンクール 銀賞



ごはん大好き！

館林市立第二小学校 1年 岩崎 智花

群馬県コンクール 銀賞



私も米づくり

板倉町立北小学校 1年 栗原 芭瑠

群馬県コンクール 銀賞



たのしかった 田植え

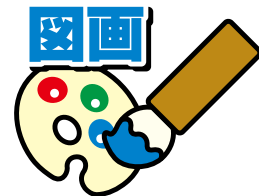
群馬大学教育学部附属小学校 2年 飯塚 凜子

群馬県コンクール 銀賞

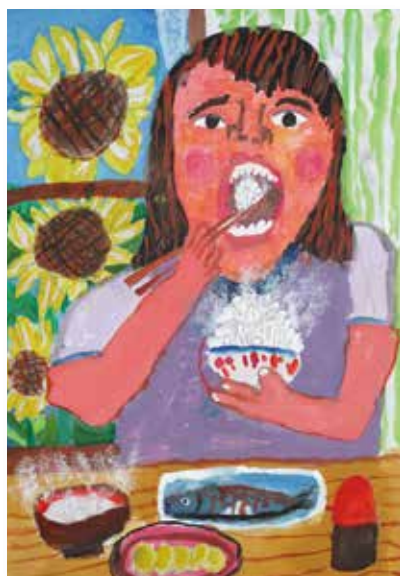


おもち 大好き

館林市立美園小学校 2年 城戸 晴葉



群馬県コンクール 銀賞



『お米、おいしいな。』

太田市立尾島小学校 3年 廣瀬 伶

群馬県コンクール 銀賞



ちょうせん！お米とぎ

渋川市立豊秋小学校 3年 高橋みおと

群馬県コンクール 銀賞



楽しいいねかり

伊勢崎市立名和小学校 4年 中野陽菜子

群馬県コンクール 銀賞



秋のしゅうかくさい

邑楽町立中野小学校 4年 遠藤愛佳

群馬県コンクール 銀賞



そろって田植え

板倉町立西小学校 5年 長澤卓海

群馬県コンクール 銀賞



おにぎりおいしいね

安中市立西横野小学校 5年 村澤輝

群馬県コンクール 銀賞



はじめてのおむすび

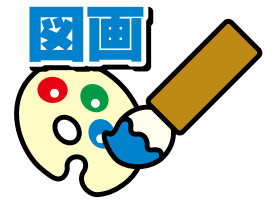
群馬大学教育学部附属小学校 6年 井田涼太郎

群馬県コンクール 銀賞



つきたてのおもちおいしいな

館林市立第二小学校 6年 上野航平



群馬県コンクール 銀賞



おいしく食べよう

伊勢崎市立第一中学校 1年 森川 陽南

群馬県コンクール 銀賞



自然の恵み

伊勢崎市立第一中学校 1年 並木 滯

群馬県コンクール 銀賞



大好きなご飯「いただきます。」

高崎市立豊岡中学校 2年 池田 真衣

群馬県コンクール 銀賞



田んぼ道を歩く子供達

太田市立休泊中学校 2年 濱野 志帆

群馬県コンクール 銀賞



サッカーの源

沼田市立沼田東中学校 3年 信澤香瑛

群馬県コンクール 銀賞



みんなで楽しくおにぎり作り

伊勢崎市立第二中学校 3年 星野未侑

群馬県コンクール 銅賞



ごはんをたべたらげんきがでるよ

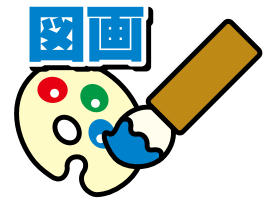
板倉町立北小学校 1年 川辺一結

群馬県コンクール 銅賞



こうえんおにぎりおいしかった

伊勢崎市立境剛志小学校 1年 廣瀬紗花



群馬県コンクール 銅賞



ごはん・お米とわたし

高崎市立中居小学校 2年 伊藤 藍璃

群馬県コンクール 銅賞



おいしいごはん

明和町立明和東小学校 2年 西郡 琉唯

群馬県コンクール 銅賞



大盛りごはんいただきます！

太田市立駒形小学校 3年 工藤 芽依

群馬県コンクール 銅賞



ぼくはおすしが大好き！！

群馬大学教育学部附属小学校 3年 橋爪 薫

群馬県コンクール 銅賞



ごはんがつなが
あたたかい家族の時間

群馬大学教育学部附属小学校 4年 牛久保花怜

群馬県コンクール 銅賞



重たい重たいがんばるぞ

高崎市立吉井西小学校 4年 金田瑛土朗

群馬県コンクール 銅賞



ごはん大好き

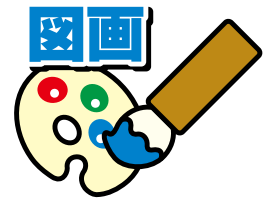
高崎市立岩鼻小学校 5年 落合 絆

群馬県コンクール 銅賞



大切に育てたお米

群馬大学教育学部附属小学校 5年 上田寧央



群馬県コンクール 銅賞



親せきみんなで田植えをしたよ

前橋市立下川淵小学校 6年 金井理咲

群馬県コンクール 銅賞



初午のおいなりさん

館林市立第一小学校 6年 佐久間生奈

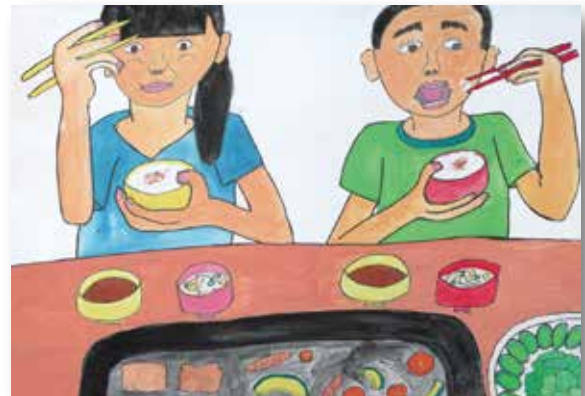
群馬県コンクール 銅賞



田植えの時期のピクニック

前橋市立荒砥中学校 1年 関根春香

群馬県コンクール 銅賞



私とごはん焼肉

富岡市立北中学校 1年 澤田 暖

群馬県コンクール 銅賞



お母さんのおにぎり

桐生市立中央中学校 2年 中根 叶夏

群馬県コンクール 銅賞



田植えの間のおいしいおひる

桐生市立中央中学校 2年 今泉 春乃

群馬県コンクール 銅賞



僕、私のお弁当が一番！

伊勢崎市立第二中学校 3年 澤井 美幸

群馬県コンクール 銅賞



OKOME

伊勢崎市立宮郷中学校 3年 北屋敷朱乃

と言われて、ぼくは「よっしゃ。」と心の中でガッツポーズをしました。

ぼくはこの入院で、ご飯をお腹いっぱい食べられる事は、普通のことではないんだなとわかりました。お米をおいしく食べられる健康な体とお米を作っている農家の人、食事を作ってくれるお母さんや給食センターの人たちのおかげなんだとわかりました。それから、お米のおいしさややさしさのパワーを知りました。お米の大切さとお米を食べられる幸せもわかりました。ぼくは元気になって水泳の練習ができるようになりました。毎日のように泳いでいます。練習の前に車の中でお母さんの作った塩むすびを食べると、やる気がわいてきます。ご飯をたくさん食べて大きくなって速く泳げるようになりたいです。

群馬県コンクール金賞

ごはんと乾杯

前橋市立岩神小学校 5年

遠藤 龍

東京に父と母と僕で遊びに行った。行きの新幹線の中で、通信販売の雑誌を手に取った父が、突然

「今度から釜でごはんをたこつ。」

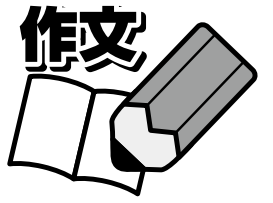
と言った。僕は、釜でたこごはんはどんな味だろうとワクワクした。

何日かたち、ついに釜が届いた。父はとても喜んでた。釜は、黒くて丸くグロブくらい大きさ。重いう器で出来ている。こんなもので米がたけるのだなと不思議に思った。

次の日からさっそく釜でお米をたこことになった。たこのは父だ。おいしいごはんがたけるのを、楽しみに待った。しかし、うまく行かず下の部分がこげてしまった。全部捨てるのはもったいないし、父がかわいそうなので、こげたところは除いてみんな食べた。こげていないところは、パリパリしておいしいかった。

次の日から、こげないように火かげんに注意して、タイマーを使うようにした。まず釜を火にかけ、タイマーのボタンを押す。十分くらいつと、釜のふたがカタカタといって穴から泡が出てくる。お米がうれしそうにはねているみたいだ。タイマーが鳴ったら火を止め二十分間蒸す。すると、とてもおいしいほかほかのごはんが出来る。ごはん茶わんによそつと、ごはんがきらきら光って、いっそうおいしく見える。電気釜とは、全然ちがった。その日からずっと、タごはんは釜を使ってお米をたこようにしている。釜からカタカタという音がすると、もうすぐタごはんという合図だ。

僕の家では、タごはんは家族三人がそろってから食べる。母が仕事で遅くなる時も、とてもおなががすいていても、全員そろうまで食べない。なぜなら、一人でも欠けると会話はずまなかつたり、さびしかったりするからだ。タごはんの時は、ま



ず乾杯をする。今日あった出来事、例えば、

「剣道で強い子に勝った、乾杯！」

「かげが早く浴るよつに、乾杯！」

など、うれしい事もいやな事も乾杯する。いつもは、父はビールで母と僕は麦茶を飲む。でも、僕が剣道やテストでがんばると、甘酒を飲ませてもらえる。それから、今日あった出来事を、ごはんを食べながらみんなで話す。

乾杯すると、僕は家族とつながっていると感じる。父が釜でたいたおいしいごはんを食べると、何があっても楽しい、良い一日だったと思う事ができる。元気に明日をスタート出来る気持ちになる。だから、家族みなでごはんを食べる事は、自分にとってなくてはならない大切な事である。

群馬県コンクール金賞

お米を食べるぼく

高崎市立寺尾小学校 6年

豊田 達也

ぼくは小学六年生の男だ。身長はふつとで体重はふつとよりちみっとゆめゆめと重い。

ぼくの家は四人家族だ。お父さんとお母さんとお姉ちゃんと

ぼくだ。

ごはんは、だいたいお母さんがつくる。台所にあるデンシレンジの台の下のお米びつの中には、いつも米がたくさん入っている。ぼくは、お母さんが、お米をついとうっかり買ってくるのを忘れたらこまるから、ちよくちよく米びつの中をのぞいて、まだ大丈夫か確認する。お母さんは気づいてないと思うけど、これは、ぼくの仕事だと思っている。

お母さんのつくる食事は、ごはんのことが多い。お腹がいっぱいになるからお米が好きなんだと前に言っていた。だから、ぼくもお米が好きだ。冷たいごはんにお茶つけもいいけど、やっぱり、あたたかいごはんが好きだ。すいはん器のふたを開けたときに、モコモコと出てくる湯気とにおい。お茶わんによそただけでまだ口に入れてないのに、だ液とごはんがまざっておいしいイメージが、先に頭の中をグルグルまわる。たまたま→ホクホク→おいしい↓おいしい食べられる↓すいはん器が空。家族で一番小さいぼくが一番食べる。おかずが終わっても気にならない。だって、塩でも、しょう油でも、なにもなくても米だけでも、ぼくはいける。

5年生の時、学校の授業でお米づくりの体験をした。田うえは、足に土があたって、つめたいのと、くすくすしたいのと、気持ちいい感じがまざった不思議な感じ。稲かりは、生まれてはじめてカマをつかったから、ドキドキで、きんちょうしたことを覚えてる。授業以外のお米の世話は、地区のボランティアの方が手伝ってくれたから、ぼくたちは、むすかしのついでに、お米、やってない。雨が降りすぎてもダメだし、逆に雨が少なすぎても

もダメ。晴れすぎでも、くもりすぎでも、暑すぎでも寒すぎでもダメ。自然を相手だから、お米づくりをしている人は、いろいろな事を予想して段どりするからすごいと思う。おいしいお米をありがとう。

ぼくは、まだ小さいけど、今にきくと、お父さんぐらい大きくなると思う。もしかしたら、お父さんよりも大きくなっちゃうような気がする。だって、お父さんよりも、ぼくの方が、いっぱいごはんを食べているから。ごはんをお腹いっぱい食べて、いっぱい寝て、たくさん運動して、大きく大きくなりたいです。田んぼの稲たちに負けないぞ。

群馬県コンクール金賞

パワーのつまったうちのご飯

伊勢崎市立第三中学校 1年 大塚 政輝

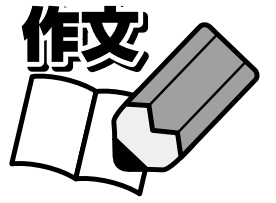
「お父さん、政輝、ご飯できたよー。」水曜日の夕食、それが家族三人そろって食べられる、週に一度の僕の家の楽しい夕食です。

僕の家は、レストランをしています。夕食時は、お父さんもお母さんも仕事をしています。ふだん僕は、夕食の時間になると、

ちゅうぼつのみつこのテーブルで一人、忙しそうに働いている両親の姿を見ながら、お父さんの作ってくれた料理を食べます。お父さんの作ってくれた料理は、お母さんからオーダーが入った料理を多めに作って、僕に出してくれる事が多いので、ふだんの夕食に、ふつうの家庭では、なかなか出てこない高級な肉や、エスカルゴやフォアグラなどちょっと変わった物も出てきます。大きなかまから、自分で食べる量のご飯をお皿に盛って、ナイフ、フォークで食べる。それが、僕のふだんの夕食です。友達には、「小さい時から、毎日おいしい物ばかり食べて、いいな。」とよく言われましたが、僕は、週に一度、家族みんなで色々おしゃべりをしながら食べるお母さんの作ってくれた、お父さんのプロの味とは違う家庭料理が大好きです。

水曜日の夕食の時は、僕が席につくと、お母さんが家の小さなかまを開けて、たきたてのゆげがフワッと立ちのぼるのを見ると、急におなかがいきてきて、ウキウキした気分になります。いつもはお皿にご飯を自分でよそって、ナイフ、フォークで食べる夕食も水曜日の夜だけは、お母さんがおちゃんによそってくれて、あたりまえの事なのでしょうが、僕はおちゃんによそわれた、たきたてのおいしいそうなお米を見ると、心の中で「やっぱり日本人は、ちゃんとはしでしょー。幸せー。」と思ってしまいます。おちゃんから、たきたてのお米のおいとゆげが、立ちのぼり、いついっつも鼻でスーッと吸いきり吸いこんで、家族三人で「いただきます。」と楽しい夕食がはじまるのです。

中学生になって、夏休みでも毎日部活があり、朝早く起きて、

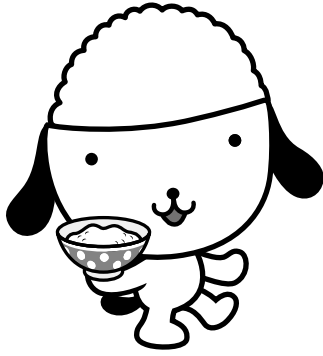


朝食を作って、僕のお弁当もいるとりどり、おいしいように作ってくれるお母さん。

お母さんは、僕が学校でホーッとしたい、先生に注意されても、勉強に力が入らなくても、友達とちょっぴりいやな事があっても、部活でウタウタになっていても、「変わってあげることができないんだよ。自分で考えよう行動しよう。」と言います。頑張るのは、色々な事を乗りこえられるのは自分自身で、だれも変わってくれたりはいないので。「お母さん」でできる事は、いつも政輝を応援して、いつも元気で頑張れるように、おいしいご飯を一生懸命作るよとべらうだよ。」と言います。

お母さんの思いのこもったご飯。そう思うと、ただおなかいっぱいになるだけの食事ではなく、ご飯からいろんなパワーをもらっているように思っています。

たまたまのご飯のゆげにおいを吸いこむ時、両親の思いが心の中に入ってくるように思うのです。「いっぱい食べて、頑張らなくちゃー！」と思える、それがうちのご飯です。



©ごはんちゃんワン

群馬県コンクール金賞

お米のある幸せ

邑楽町立邑楽中学校 2年 齋藤 美音

この夏休み、部活のない日は、ご飯を炊くことが私の仕事になっています。今までにも、ご飯を炊いたことは何度もありますし、お米を計量・洗米した後、炊飯器の内釜の目盛りに合わせて水を加え、炊飯器にセットしてスイッチを入れれば完了するので、難しいことはありません。小学生でも、もしかしたら小学校に入る前の子供でもできることです。しかし、毎日となると、面倒だな、とつい思っています。

私の家では、基本的に夕飯の主食はご飯です。朝食もご飯が多いです。昼食は給食なので、それを食べますが、高校生の姉は「絶対に「ご飯」」と言っていて、「ご飯のお弁当やおにぎりをいつも持ちっで行きます。おいしいくて、腹持ちが良いところが好きなのだそう。もちろん、私も、それだけでもおいしいく、アレンジもいろいろできるご飯が好きです。当然ですが、家でご飯しか食べないわけではありません。パンやパスタ・そば・うどん・ラーメンといった麺類も食べますし、好きです。けれども、やはり、毎日でも飽きることなく食べるここのでできるご飯は、特別です。

実は、私は小さいころ、ご飯があまり好きではなかったそう

です。私自身は記憶にないので、その話を聞くと、いつも不思議な感じがします。だから、なぜ好きになったのかは分からないのですが、さらに大好きになったきっかけは、よく覚えていません。

ひとつは、年長の子に幼稚園でした米作り体験です。園の近くの本物の田んぼで稲を育て、時々散歩をしながら成長を見守りました。穂が出てくると、みんなでかかしを作って田んぼに立てて、敵から守ってもらいました。今考えると、私たちが今は、ほとんど何もしていませんが、当時は全て自分たちで育てたつもりでした。なので、お米になったときは、達成感と嬉しい気持ちでいっぱいでした。後日、そのお米を炊いておにぎりを作ってもらい、けんちゃん汁といっしょにみんなで食べた、そのおいしさは忘れられません。

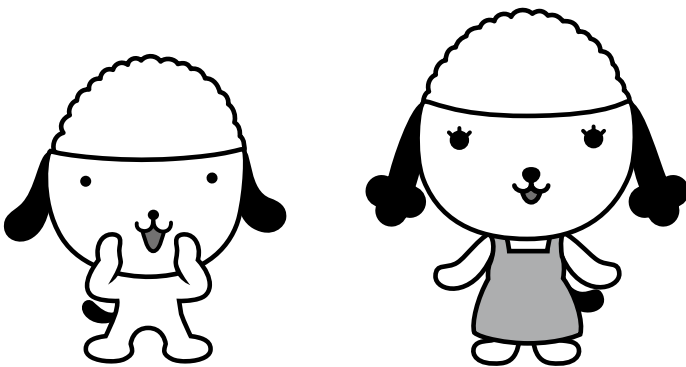
もうひとつは、小学校五年生のときに、これも米作り体験です。このときは、学校の敷地内に作った田んぼで育てたので、せまかったけれど、田起こしから脱穀まで、ひと通りのことをしました。そして、できたお米を、今度は自分たちで炊いて食べました。こちらも幼稚園のときと同じくらい、心に残っていて、ご飯のほのかな甘味と弾力のある味の良さを再認識した出来事でした。そして、さらに、この体験を通して、米作りの大変さ（身体的な苦労とがんばっても出来上がりは天候に左右されやすいところなど）と、農家のみなさまのお米への愛情を知ることができました。このようにして作って下さっている方々には、感謝の気持ちでいっぱい입니다。

私の住む町には、田んぼがたくさんあります。家から少し離

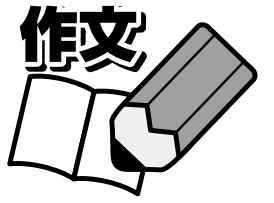
れると、初夏に植えられた稲が大きくなり、現在、一面緑色になっていきます。今年の関東地方の夏は、水不足といわれていて、少し心配しましたが、天候に恵まれて、順調に育つといいな、と思います。そして、秋には、おいしい新米をお腹いっぱい食べたいです。

ご飯を毎日食べることができると、幸せなことです。私が炊いたご飯を家族に食べてもらうことも、本当は幸せです。面倒に感じても、

「美音が炊いてくれたご飯は、とてもおいしいな。」
と言ってもらおうと、また明日も任せてね、と心の中で思っています。まっ私なのです。



©こはんちゃん



群馬県コンクール金賞

ライスシック

沼田市立沼田南中学校 3年 浅沼 寛奈

「えっ、甘いー!」今まで食べていたお米がこんなにも甘かったなんて…。

私はこの夏休み、市の国際交流事業に参加し、オーストラリアでホームステイをしました。「郷に入れば郷に従え」ということわざがあるように、私はこの機会を利用して、その国の文化や習慣を体験し受け入れようと意気揚々としていました。見るもの、聞くもの、することすべてが私には新鮮で日本の生活との違いに関心したり、驚いたりしていました。海外へ来ているのだと実感出来る日々でした。当初は好奇心や緊張感があり、ホストファミリーに気遣って生活面ではあわせていましたが、食文化だけは日に日に受け入れることができなくなっていました。心は受け入れようと努力していましたが、身体が受け付けなくなり、拒否反応を示すようになってきました。食事はパン食が中心で、味も濃く、野菜もほとんどないくらいいほど皆無。数日後、目の前に、お肉の脇に白米が添えられて出てきたときには、おもわず唾を飲み込んでしまうほどうれしく思いました。しかしスツアの白米を口にした瞬間、呆然としてしまいました。口の中でパラパラしていて、味気もなく、自分の記憶

にある白米とのギャップに愕然としました。私は、楽しみだっただけにシヨックが大きかったです。食事の時間がくるたびに心がだんだん寂しくなってきました。これぞまさに、ホームシックならぬ、ライスシックでした。

日本にいる家族を思いだしてホームシックにかかるという話は聞いたことがありましたが、私は日本のお米が恋しくてライスシックになってしまったのです。

食事以外は本当に楽しいホームステイだったのでホストファミリーとのお別れも寂しかったですが、日本行きの飛行機に乗った瞬間、頭の中はあつあつの炊き立て白ご飯がよぎっていました。

帰国後、私の思いが通じたのか、はじめての食事は、「ごはん、味噌汁、焼き魚」と母がいつものように作ってくれていました。

私は「いただきますー!」とまず先に白いご飯に手を伸ばしました。いつも使っていた茶碗の丸い感触、そして久しぶりに使うお箸の感覚を確かめるようにパチパチさせてみました。そして待ちに待った、白いご飯。眺めてみると、こんなにもお米は透き通っていたのかと思うほど輝いていました。お米の一粒一粒が、「おかえりなさいー!」としゃきんと背を伸ばして笑っているように見えました。口にはおぼろり、ぐっと奥歯で噛み締めると、口の中じゅうに甘みが広がり、もっちりしていて、私は母に「今日の日のために、わざわざ新しいお米買ったの?」と聞きました。母は「いつものと同じだよ。」と言いました。

海外に行って、いろいろな文化や伝統を体験することこそこの国のよさを見つけたり、また、改めて自分の国、日本のよさを

群馬県コンクール銀賞

おにぎりの力

高崎市立東部小学校 3年

笠井 孝介

ぼくが一番好きなおにぎりの具はサケ。特にお母さんがにぎるおにぎりは不思議な力を持っている。運動会や遠足みたいな体をたくさん動かす日には必ずお弁当におにぎりが二個入っている。一個食べれば米一つぶ一つぶがぼくの体にしみこみ、つかれがふっ飛ぶ。二個食べれば、力がわいてくる。そうかと思えば食欲がない朝でもお母さんがにぎるサケおにぎりは不思議と食べられる。

この夏休み、一人で留守番する日が二日あった。初めて家で一人だったのでドキドキしたが、おなかが空いた。台所で食べるものを探していたら、すい飯器にご飯が残っていた。「そうだ！おにぎりを作ってみよう！」お母さんがおにぎりを作る時を思い出し、まず手を洗い、少しだけ手に水と塩をつけ、ご飯を手にのせた。思っていたより熱くておどろいたけど、我まんとして形を整えてみた。だけどご飯つぶが手についてベトベト…。初めて作ったおにぎりは三角でも丸でもない変な形のおにぎりになった。食べたらしよっぱくてびっくりした。それで今度はもう少し手に水をつけて塩を減らしてみた。今度はご飯つぶをつけずににぎれたけど、ぼくの指のあとがついた変な形の

おにぎりになった。どうしてもお母さんみたいなフワツとしたおにぎりを作りたくて、残っていたご飯を全部おにぎりにしてしまった。

帰ってきたお母さんは台所を見ておどろいたけど、ぼくの作ったおにぎりを食べ、「コッ」と笑いながら「おいしい！つかれもふっ飛ぶわ。」と言った。お母さんの笑顔を見てぼくはとてもうれしくなった。思いがけず初めて人のためにご飯を作ったけど、今度は食べてくれる人のことを思っておにぎりを作ってみようと思った。でもおにぎりはぼくだけじゃなく、みんなに力を与えるらしい。やっぱりおにぎりは不思議な力を持っている。

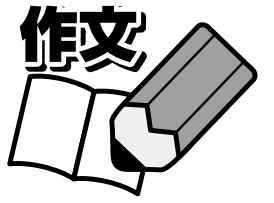
群馬県コンクール銀賞

うちのごはん

渋川市立豊秋小学校 4年

関口 結羅

わたしが、いつも食べているお米は、ひいじいちゃんとひいばあちゃんが、作ってくれているお米です。二人は、八十六さいです。雨の日以外は、田んぼへ行って、水がたくさん入っているか、かくにんに行きます。朝と夕方二回見に行きます。わ



たしは、その田んぼへ一度見に行ったことがあります。わたしたちのために、こんなながんぼをつくっていると、初めて知りました。ひいじいちゃんひいばあちゃんの家に行くよ、たまきたてのごはんを食べさせてくれます。ひいばあちゃんはいつも、

「いとお米だろ、一番うまいだろ。」

とお米のじまんをします。わたしは、いつも聞かれるので、

「いとお米、うまいだね。」

とかえます。いつものことですが、ひいばあちゃんは、うれしそうにえがおになります。そしていつもの会話が終わると、ごはんを食べ出します。わたしもそんな顔を見て、いつもよりおいしく感じます。お米は、いつも出もりにていっぺんは、大事な育てていることを話してくれるので、なるべくならぬようにごはんを食べます。たくさん食べると、またよごごんてくれるので、わたしもつれづれになります。家へ行くよ、おなかばんばんです。お米がおいしくてたくさん食べる二人は、いつも元気です。いつもでも元気でいてほしいです。もう少しするよ、いねかりが始まります。いねかりは大変だと二人はこの時季になると言います。足こしが悪い二人なので、心配になります。いっしょにいねかりが出来るものころ少ないと強いのよ、手つだいにけたらいいなと思います。田んぼのお米は風がふくと、キラキラとゆれてもきれいです。ひいばあちゃんは、すくすく育ったお米をながめてうれしそうに顔をします。食事の時と同じくらいうれしそうに顔をします。わたしがいつも食べているお米は、みんなをえがおにしてく

れます。そんな顔をずっと見ていきたいです。そして、いつものお米に感しゃしながらごはんを食べたいです。

群馬県コンクール 銀賞

ごはん・お米とわたし

沼田市立利南東小学校 4年 松井 颯汰

「いただきます。」「ごちそうさまでした。」毎日、あたりまえのように食べているごはん。ぼくは、おかあさんがつくるチャーハンがすきです。ぼくのおとうさんは、仕事がいそがしくて、なかなかいっしょにごはんが食べられないけど、たまに家族全員で食事をする時間がぼくは、大きいです。

ぼくの家は、しんせきのおじさんの家で、お米を作っています。春になると、おとうさん、おかあさん、いとこやたくさんやしんせきが集まって、田植えをします。田植えはきかいでいねを植えます。きかいでできなかつたところはみんな手で植えていきます。ぼくたちは、かえるをつかまえたりしています。

秋になると、いねかりをします。また、たくさんの人たちが集まって、きかいでかたいいねをほしています。ぼくも手伝いを少しだけしました。重たいし、手がかゆかったり、たいへん

人と人とのきずなを深めるもの

高崎市立城東小学校 5年 今井 悠郁

「おかわりー！」

わが家は毎朝こんな言葉が食たくを飛びかい、朝からみんな笑顔で食たくを囲みます。家族がみんなそろって食事が出来る、唯一の時間です。たまたたのツヤツヤのご飯に、手作り味噌で作ったじゃがいもとわかめの味そしるが私は大好きです。それに、納豆があれば何ばいだって食べられます。日本人に生まれて良かったと感じられる幸せの時間です。

私の母はいつも

「朝食は大事だよ。食べる事は生きている事。」

と云ってたとえ一口でも食べさせられます。たくさんかむ事でうのにもいいそうぞで、食べた後は何だかのうがすつきりして今日も一日ががんばろうという気持ちになります。母はどんなに自分の体調が悪くても必ずごはんをたいて朝食を用意してくれます。そんな母に感謝しながら一つづ一つづをかみしめていただきます。

私が毎日食べている米は、秋田にいる親せきの家で作っていただいたお米で毎年時期になるとおいしい新米がとどきます。

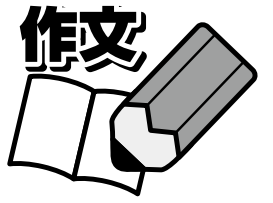
お米農家の人達のほとんどは兼業農家と言って、米作り以外

でした。終わった後は、みんなでバーベキューをしたり、みんなでごはんを食べたりします。そうゆう時間もぼくは大スキです。しぼりくするよ、だっこく、もみすりという作業をするのでうです。そこぞやっく、おいしいお米のできあがりです。

ほかにも、ぼくのじらなごうごうで、おじさんは、毎日田んぼを見にいったり、水のちゅっせしをしたりしていたごうです。

おじさんは、お米が出きると、かならず「おじさんのお米が一番うまいだろ。」と云います。おじさんの言いつくおじ、一番おいしいお米です。

毎日、当たり前に食べているごはん。ぼくが小さいころから「ごはんはのいれず、一つづ一つづ、きれいに食べなさい。」とおかあさんに言われてきました。そのころはわからなかったけれど、今はわかります。ごはんの一つづ一つづには、たくさんのお人たちのくろくちや、思いがまつています。おかあさんは、お米を買うことは、かんたんだけれども、しんせきが集まつて、いっしょに作業をしたり、みんなでごはんを食べる時間がとても大切なんだと云っていました。お米は、ぼくたちの体を作るだけではなく、家族との時間、しんせきとの時間を作ってくれるじゅうような役わりがあるんだと思いました。これからもしんしゃの気持ちをわすれずにしたいです。



にも仕事を持ち、休みなどの合間に田植えや稲かり、草むしりなどをしながら生活費のほとんどは米作り以外の仕事で生計を立てていると聞きました。それに、田植えや稲かりで使うトラクターやコンバインなどの大型の機械などは一家に一台持っているほど安い物ではなくて、高いものは家を一けん建てるといっするそつで、田舎の方では何げんかの家で出し合っているのだそつです。田舎から、となり近所が助けあって親せきみたいに仲良しだからこそ出来るこつです。

近年は、秋田の田舎の方でも高れい化が進み年々米作り農家をやめていく人がいるそつです。外国から安いお米も輸入され、手間に合わない苦労からやめざるをえないのだそつ思います。

食事は人と人をつなぐ大事な役わりを持っています。今でも記おくに新しい熊本の大地しんや東日本大しん災の時には、家やお店が無事だった人達が自主的にご飯をたいておにぎりを作りひなん所にいる人達に配っているえい像がテレビに映し出されています。またいつゆれるかわからないきょうぶと全て失ってしまった不安の中で食べたおにぎりがどんなにあたたかくておいしかったことでしょう。人の温かさがおにぎりを通して私達にも伝わりました。

母が言っていた「食べることは生きる事」日本人の昔からの主食であるお米を作ってくれている人への感謝の気持ちと、その時一緒に食べた人とのつながりを大事にして、これからまたくさん食べて大きく成長していきたいと思います。

群馬県コンクール 銀賞

お米とぼく

安中市立安中小学校 5年 鈴木 康太

ぼくの家のおじいちゃんは、今年で72才だ。耳は少し遠いが、元気だ。スーパーで季節ごとになるんでいる野菜は、ぼくの家
の前の畑で、ぼぼおじいちゃんが作ってくれている。お母さん
はとても助かると言っている。おじいちゃんは、その中でも米
作りをこくにごんばっている。ぼくと兄は、生まれた時からお
じいちゃんの作るおいしいお米を食べているのでごはんが大好
きだ。ごはんを毎日たくさん食べるのでお母さんは大助かりと
言う。

6月田植えが始まる。おじいちゃんが育てたなえを植える。
なえの入っていた箱は、おばあちゃんとぼく達であらう。田ん
ぼのぐにやぐにやした中に入るのが楽しみだ。田んぼには、お
たまじゃくしやカエル、あめんぼうやたにしなど色々な生き物
がいてそれもまた、ぼくの楽しみの一つだ。

今年はお母さんが家のとなりの畑でぼくの田んぼを作った。少しで
も、おじいちゃんの苦労をあげわってみたいかったからだ。まず、
なえの束を4、5本取り出してなえをちようじよい深さまで植
えた。きんとうに植える作業は、神経を使ひむずかしかった。
夏休みにはなえもどんどん大きくなり、8月の今では、70cm

近くまでのびている。葉の色は、こい緑色をしていて、風がぶくと気持ちよそよそとゆれている。いねを見ると、いなほがつらつらしているもめる。おじいちゃんの大きな田んぼと同じくしゅうかくができるのかと思うと今からワクワク楽しみだ。

10月、ぼくの家ではいねかりが始まる。いねかりは家族全員でおじいちゃんのお手伝いをする。いねをかるのは、おじいちゃんとお父さんの仕事だ。かった後はいねをかける。いよいよぼくの出番だ。ぼくは、かり取ったいねをほす所まで運ぶ。いねがちへちへとする。家族のみんなが、

「ゆいゆいゆいが運んでくれて助かるよ。」

と喜んでくれる。だからぼくはがんばる。こうしてできたいねは1月にだつこくし、もみすりをし、せい米をしてゆいやく白米になるのだ。おじいちゃんのお米で母さんが作るおにぎりが大好きだ。ぼくのお母さんのおにぎりはなぜかとても大きい。ここも食べればおなかが十分いっぱいになる。どこにも売っていない世界一のお米で、大好きなおにぎりが食べられてぼくは、幸せな気持ちになり、心が温かくなる。

おいしいお米が食べられるのは、おじいちゃんのおかげだよ。言う事をわすれず感じやし、これからはぼくが出来るはんだいでおじいちゃんのお手伝いをしていきたい。

そして、ぼくが大人になったら、今おじいちゃんが作ってくれている大きな田んぼでお米を育てるのがぼくのゆめだ。

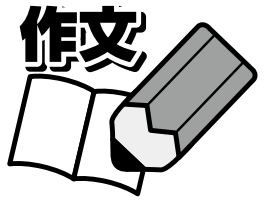
ぼくの家のおはぎ作り

太田市立太田小学校 6年 石川航太郎

ぼくはお米が大好きです。朝食もパンよりお米のごはんがいいです。給食もパンの日より、ごはんの日の方がうれしいです。白米のごはんも好きだけど、米の料理も好きです。チャーハンやオムライス・カレーなどいろいろあるけれど、特に好きなのは、おはぎです。理由は、いろいろな種類があるからです。

ぼくの家では毎年お盆やお彼岸の時期になると四種類のおはぎを作ります。小豆あんときな粉とごまとずんだあんです。ぼくが一番好きな種類はずんだあんです。なぜかというと、ごはんとずんだあんがとてもよく合うからです。ずんだは枝豆から作ります。枝豆をゆでて、つぶして、砂糖をまぜてあんにします。家で作るずんだのおはぎは、とてもおいしいです。

おはぎを作る時には家族みんなで作ります。お母さんがごはんを丸めます。お父さんがあんをつけます。お姉ちゃんがきな粉を、ぼくがごまをごはんにまぶします。おはぎを作るのは、たいへんだけ作りおわったら食べられるから待ちどおしいです。夕飯の時に家族みんなでたくさん食べるのが一番の楽しみです。



作ったおはぎは祖父母の家にも届けます。ぼくたちがおはぎを持って行くと祖母は、

「毎年おはぎを持って来てくれてありがとうございます。」

と、喜んでくれます。その言葉を聞くと、ぼくもうれしくなります。これからも毎年お盆やお彼岸の時に、家族みんなでおはぎを作って、祖父母の家に届けたいと思います。

おはぎは、仏壇にも供えます。亡くなった母方の祖父母やご先祖様に、

「いっしょに食べましょう。」

と、感謝の気持ちをこめてお供えをします。毎日、ごはんがたけたらお供えをするけれど、おはぎは特に感謝の気持ちをこめて供えます。

ごはんには、栄養やおいしさだけでなく、家族の話を増やしたり楽しくしたりする効果があると思います。おはぎを家族みんなで作っている時、

「大きさはこれくらいかなあ。」

「ごまをもっとまぶして。」

と、自然に会話がふえます。食べている時も、

「今回もおいしくできたね。」

「あと何個食べよう。」

と、話しながら食べるのが、楽しくなります。

ごはんは祖先とのつながりも深めます。お米は古くから日本で作られています。米作りは二千三百年以上前から日本で行われていたと、社会で習いました。だから仏壇やお墓に白米やお米で作った団子やおはぎをお供えするのだとぼくは思います。

家族や先祖のつながりを深めるお米のごはんをぼくはすばらしいと思います。これからもお米の良さを大切にして、家族でのおはぎ作りをつづけていきたいと思っています。

群馬県コンクール 銀賞

お米とわたし

高崎市立西部小学校 6年 高橋 七星

私の好きな食べ物はお飯です。一日三食お飯を食べないと元気がでません。とくに、給食に出るお飯が大好きです。

私は、勉強をすることがあまり好きではありません。でも、

私は学校に行くことが大好きです。理由は、いつもクラスはにぎやかだし、みんなで食べる給食も、楽しみだからです。月曜日から金曜日の中の時間割りで、私の嫌いな教科が続くと、辛いなと感じることもあります。でも、給食でご飯が出る日は、不思議と「頑張ろう。」と思えます。授業を頑張ったあとのご飯は普通のご飯よりもおいしく感じ、いつもたくさんおかわりをしてしまいます。そして、午後の授業も元気に楽しく受けられます。私にとってお米は元気の源なのです。

私の学校には給食室があります。そこでは学校がある日、栄

養士さんや給食室で働いてくださる方々が私たちのためにおいしく作ってくれています。また、給食に出てくる食料は農家の方々が毎日汗水流して一生懸命働いてくれています。考えてみると、私が大好きなご飯にはたくさんの人々が関わっていることがわかりました。そんなたくさんの人々に日々感謝しながら、ご飯は残さずに食べようと改めて思いました。

給食のご飯も大好きですが、お母さんが作ってくれるご飯も大好きです。お母さんは、仕事をしていて毎日とても忙しいそうです。それなのに私が「お腹すいたー。」というとおにぎりを作ってくれます。そんなお母さんにも感謝をしなければいけないと思いました。

お米を作っている農家の方々や給食室の栄養士さん、給食室で働いてくださる方々にはなかなかお礼をいう機会がなく、直接「ありがとうございます。」と伝えることができません。ですが、忙しいのにご飯を作ってくれるお母さんには「ありがとうございます。」と感謝の気持ちをちゃんと伝え、夕飯のお手伝いなどもしようと思いました。そして、感謝の気持ちを伝えることが難しい農家の方々や、給食室の方々へ、私ができることは、給食を残さず、おいしく食べることだと思います。なので嫌いな食べ物が出て、これからは、残さず食べ続けていきたいと思えます。

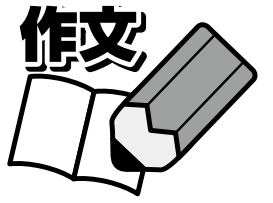
我が家のコメニケーション

藤岡市立北中学校 1年 青木 彩夏

我が家の朝食は、私がパン、そして母と祖母はお米を食べています。私と母の会話は、毎朝決まって次のような内容です。その内容は、「パンではなく、ごはんを食べなさい。」「えーっ、いやだ。」「うん、ものどす。

正直、お米はあまり好きではありません。味はないし、時には水っぽかったり、固かったりするからです。それに比べ、パンやめん類は色々な味を楽しむことができます。しかし、ある体験を通してお米のすばらしさを考えるようになりました。

五月下旬、知り合いの家の田んぼで、田植えを手伝わせていただきました。その日はとても暑い、田んぼの泥の中には大嫌いな蛙や虫がたくさんいました。はじめはごまかしていましたが、「えいっ」と泥の中に足を入れました。そして、周囲の方を見ながら黙々と植えていきました。休憩をあまりせず、同じ姿勢のまま作業していたので、その日は体じゅうが痛くて辛くて仕方がありませんでした。今回、私は田植えだけしかしませんが、秋には農家の方は、他にも毎日水の管理や稲の観察をしたり、秋には収穫をしたりと、たくさん作業を一年中、それを何年も行っていることを考えると、改めておぼろいとし、大切に大



事に育てていることを強く感じた一日でした。

『米』ではありませんが、私の祖母は家の庭で花や野菜を育てています。三年ほど前から育て始め、小さかった花壇が今ではもう植えるところがないほど大きな菜園のようになっていきます。毎日手間ひまかけて大きくなった花や野菜は、本当にすばらしいので、祖母に対して尊敬していますし、感謝もしています。私も手伝ってみようかなと思うようになりました。

今まで理由をつけてお米を食べてきませんでした。しかし、このような経験をしたからこそ、お米が少しずつですがおいしく感じられ、育ててくれる人のありがたさに改めて気付くことができました。私がお米を食べるようになって、食生活が変わるだけでなく、毎日のコミュニケーションの幅が広がるだろうし、楽しくなるだろうなと思います。毎朝、家族と同じものを食べるので節約にもなりますし、毎日母や祖母ともごはんのおかずや、献立を考える機会が増え、毎日の話題がおもしろく変わってくるのではないかと内心思っています。今思えば、お米のおいしさ、ありがたさをわかっている母だから、私に「お米を食べなさい。」と言ったのだと気付きました。

お米は、昔から日本で作られ、主食として食べられてきました。また、栄養素もパンやめん類におとらず、優れています。そんなお米は、私たち家族の「コミュニケーション」を変えてくれることでしょう。

食べ物作りに触れたのがきっかけでしたが、今は、たくさんメディアが取り上げている米の情報を、見たり聞いたりするだけでも、感じるものがあります。我が家の朝の食卓には、少

しずつですが、あたたかいごはんが並ぶようになりました。母との朝の会話は、今では「今日はどっちを食べるの?」「今日はごはんにしようかな!」と変わってきています。お米を食べると、その周りの人との「コミュニケーション」は変わると思います。

春に植えた苗を、秋に収穫することが、今から楽しみで、とても待ちどおしいです。

群馬県コンクール 銀賞

田植えや稲刈りを通して

前橋市立富士見中学校 1年 都丸 花凧

みなさんは田植えや稲刈りをした事があるでしょうか?あると答えた人の多くは、小学校での授業ではないかと思えます。

私も小学校で体験をした一人です。

しかし、私が田植えや稲刈りしたのは学校の授業が初めてではありません。

私の家では毎年のように祖父母と両親がお米を作っているからです。初夏の田植えも秋の稲刈りも家で手伝った事があるので、授業での作業は友人よりも楽に出来ました。

初めて田植えの手伝いをしたのは、まだ保育園に通っている頃でした。田植えの頃の田んぼは、水が入って大きな沼のようでした。

地下たびをはいて田んぼの中に入っている祖父は、何だかどう遊びをしているようでとても楽しそうだったのを覚えています。

父や母は、初めて私が田植えの手伝いをした時に、大人が止めるのも聞かずに田んぼに入り足がはまって身動きがとれなくなっていたと話してくれました。祖父が助けってくれたそうです。泥だらけになってとても大変だったと教えてくれました。それくらい田植えの手伝いの時には、中には入らず周りでできる事をするようになりました。

学校ではかまを使って全員で稲刈りをしましたが、家は機械で刈っていて天日干しの作業を手伝います。田植えの時期とはちがいで虫がたくさんいて稲刈りはあまり気が進みませんでした。しかし稲刈りが始まって祖父母や両親の作業する様子を見てみると、自分でも力になれるのではないかと思いつくようになりました。実際にやってみると稲のたばは思った以上に重たくて、大変な作業でした。コンバインのように、脱穀まで出来る機械があるのになぜわざわざ天日干しするのか不思議に思いました。母に聞くと、天日干しをする事でお米の糖分が増えて美味しくなるからと言う祖母のこだわりなのだと教えてくれました。その時いっしょに教えてくれたのですが、祖母の友人の中には天日干しのお米が美味しいから分けてもらいたいと頼む人もいます。私はこの話を聞くまでは、外食した

時に食べるご飯よりも家で食べるご飯が美味しいのはあたり前の事だと思っていました。しかし、天日干し以外にも田んぼの水の量など毎日祖父母が細かく気を遣っているから美味しいお米になるのだと初めて知りました。自分は田植えや稲刈りの少しの作業しか手伝っていませんが、それでもとても大変だと感じたので毎日もっと大変な作業を続けて出来たお米はすごく大切なものだと実感しました。祖父母や両親の苦労やこだわりを知ると、今まで以上に普段食べているご飯が美味しく感じられました。

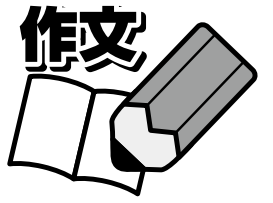
お米を美味しくするためには、機械で出来る事でも丁寧に手作業でやる事も必要だと知って今までは手伝いに対しての気持ちが変わったように思います。祖父母も毎年作業が大変になってきているのでこれからはもっと積極的に手伝いたいと思いました。

家で食事の時に、私や弟が好き嫌いしていると母に「好き嫌いをする人は食べなくて良い」と言われる事があるのですが、今まではただ怒っているからかと思っていました。

しかし、米作りの祖父母達の苦労を知った事で考えが少し変わりました。

お米も野菜も作ってくれる人がいて苦労があるから食べられる物だとわかっていたら簡単には残せないと思います。好き嫌いをするのは感謝の気持ちが足りないからだという事を言われていたのだと気がつきました。

これからは、食べ物に感謝の気持ちをもって「いただきます」「ごちそうさま」とちゃんと saying して食事が出来るようにしたい



と思います。改めて、畑や田んぼの作業の手伝いをきちんとしてみたいと思つてよくなりました。

群馬県コンクール 銀賞

お米一粒のパワー

高崎市立第一中学校 2年 吉田真実子

「お米の粒は一粒も残しちやダメよ。」

私がまだ幼い時、母に言われた。別に私の嫌いな食べ物であるわけでもないし、しっかりと食べているつもりなのに。私の頭には疑問しか浮かばなかった。また母はこう言った。

「お米の粒一つ一つには神様がいるの。」

もつと私は不思議に思った。信じられなかった。そして私は一つ米粒をつまみ、見つめた。神様、まだよく理解できなかったが、私たちにとって大切な存在なのだと思った。

今現在、日本の米の消費量は大きく減少傾向にある。そして、「パン食」が増えてきている。確かにパンの方が米より手間がかからないし、買ってすぐ食べられるという利点がある。しかし、なぜ私たちにとって大切な存在であるお米が忘れ去られてしまおうとしているのだろうか。なんだか私は悲しくなっ

まった。日本人が私のように米一粒一粒に神様がやどっていて尊い存在だと感じられなくなるのではないかと。

こう思ったとき、私は自分の米との関わりを思い返してみた。朝食はパンで、昼食もパンという日が多い気がした。私自身も他の日本人と同じように米から離れてしまっているのは確かなのだ。

中学生になると、色々頭の中がもやもやする。人間関係や成績。自分の思い通りにならないことも多くなる。私はそんなストレスがたまったあげく、泣いてしまった。そんな時、母から手渡されたのができたてのおにぎりだった。私は、がぶつとかぶりつき、また二口、三口と。すべになくなってしまった。気がつくとき泣きやみ、安心していた。この時強くお米の「パワー」を実感した。心をやわらげ、元気づけるパワー。他の食べ物にはないものである。

何物にも代えがたい「お米」という私にとって大きな存在。それはきつと日本人にも通じる。日本の米の自給率は百パーセントに近い。消費量は減っているものの、人々は日本の米を食べているということである。それほど日本人は日本の米を愛しているのだろう。そして、日本の米のパワーを感じているとも考えられる。そんな日本人が米から離れていくということはさびしい現実である。だから私たちはそれを変える必要があるのだ。突然食生活を昔の日本人と同じようにするなどの無理はせず、少しずつ現代に合った米の食べ方が行われるようになっていきたい。日本の伝統料理には欠かせない米、そしてその米の大切さを現代の日本人には再発見してもらいたい。

「お米の粒は一粒も残しちやだめよ。」
「お米の粒一つ一つには神様がいるの。」

母が私に言ったこの言葉は、日本人の根底にある魂のことだ。米粒一つ一つに大きなパワーがあるのだ。小さい米粒の中に大きなパワー。私は米を尊敬した。

「お母さん、今日の夕ごはん、お米がいいな。」
「どうして。」

「お米から、大きなパワーをもらいたいからさ。」
今日食べたお米は私の中で大きなパワーとなり、明日私を笑顔にしてくれるのだろう。毎日食べたお米は、私を成長させてくれるのだろう。

「いただきます。」
今、私の口の中に入ったお米。私は感謝して噛みしめる。このお米をつくってくれた農家の方、そして母に。ほのかな甘みが口の中で広がった。これこそが、たくさんの人々の思いがまつまったお米の「パワー」だ。



©ごはんちゃん

群馬県コンクール 銀賞

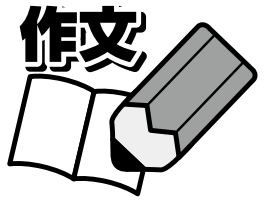
ごはん・お米とわたし

草津町立草津中学校 2年 浅見 依里

祖母は、おにぎりを作るのが得意です。とても手早で何個作っても大きさが形がみんな同じで、私は、そんな祖母のおにぎりが大好きです。

祖母のおにぎりは、ごはんを炊くことから始まります。お米はゴシゴシ研がずにやさしくかき混ぜ、ささっと水をとりかえたらざるにあけます。十分くらいおいてから、水加減をいつものごはんより少し硬めに炊きあげます。そして飯台にごはんを移します。小さめの茶わんに熱々のうちによそって、手作りの梅干しを種をぬいて入れ、手に少なめの水をつけ右手の人さし指、中指、薬指に塩をつけます。これは祖母が考えた「手ものおにぎり」です。おにぎりがおにぎりになるまで、この時、力を入れすぎず軽く両手を丸くしながら五回くらいにぎっていった、塩むすびのできあがりです。次のおにぎりからは、祖母の作り方の特徴です。「一個目からは、いくつ作っても、水を一切使わないで塩だけでにぎります。そうすると、水っぽくならなくて、いたまないそうです。簡単そうですが、やってみると水を使わずに塩だけで作るのには、意外と難しいです。」

親戚の叔父さんのお通夜の時、その家族の人達が何も食べら



れずにいたので、祖母がその家の残りごはんでおにぎりを作ってあげたそうです。冷たいごはんでおにぎりを作ったのに、

「昨夜から何にも食べられなかったけれど、いそちゃんのおにぎりは食べられて、本当においしかった。ありがとう。」

と言ってくれたそうです。これ以外にも、遠足や運動会、お祭りや災害の時の炊き出しなど、簡単でおいしく食べられるおにぎりは、様々な場面で大きな役割を果たしています。おにぎりには、みんなを笑顔にしてくれる魔法の力があると思います。

祖母は、猿年になるといつも梅干をつけます。猿年に梅干をつけること、災難が去ると昔から言い伝えられているからだそうです。今年は四十キロもの大量の梅干しが庭の前に干されました。土用午の日から、三日三晩家の中には入れず、日中は日当たりに干し、夜は夜風に当てて梅干しをつくるので、天気を心配しながら寝ていたそうです。

「もう今年が最後の梅干し作りかねえ。」と祖父と話しながら梅干しがやわらかくなるように、ひとつひとつ裏返して作業していました。

「今年は天気にも恵まれて、いい梅干しになったねえ。」知り合いの人達に配り、大きなかめに入れて保存します。

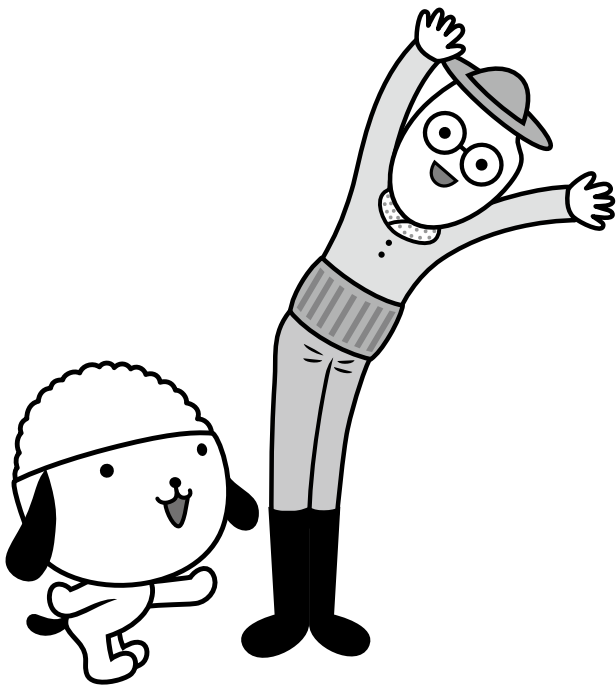
「おはん炊けたよー。」

今日はおきたこの梅干しを使って家族みんなでおにぎり作りです。一番上手いのはもちろん祖母ですが、一番目はずっと祖母に教わってきた祖父です。私は二つ目はできるのですが、二つ目の塩だけはこきおろすことも手のひらこぼれはたがへてしまいます。どうして祖母のようにはできないのか、今でも疑

問です。七十年生きてきた祖母の味は、お嫁にいった伯母も

「この味が、なかなか出せないんだよねえ。」

と言います。いつか私も祖母の手伝いの梅干しと、おいしいおにぎりを受け継いで、私の未来の家族に食べさせてあげたいです。



©ごはんちゃん

祖父母のごはん

前橋市立荒砥中学校 3年

萩原 優乃

「ただいま。」

私が元氣よく帰ってへると、おにぎりがぱつと出てくる。それも、リクエストしたおにぎりがすぐに出てくるのだ。私のリクエストはじゃけ、こんぶ、たらこなど。祖母がいつも具を用意してくれている。そのおにぎりは、食べるその日にあった嫌なことを忘れてしまうほどとても美味しい。

私の祖父母は農家で、お米や野菜を作っている。一番忙しいのは、六月の田植えと、十月の稲刈りだ。その時期は、4時頃起床し、一日中働いている。そんな時間から働いているので大変だろうと思うけど、私の顔を見ると疲れがとれると言ってくれる。田んぼもかなりの数で、作っているのは、「ソシロカリ、ひとめぼれ、もち米などである。あと、鶏が食べる飼料も作っているぞうだ。

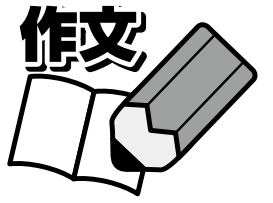
私が祖父母をすごいと思うのは、とこもこだわりの持ったお米を育てていることである。前の年よりも、さらにお米が美味しくなるように研究をして、肥料の種類を変えたり、量を調節したりしている。また、気候によって水の量も変えている。大雨の年や、突然気候が悪くなった時などは大変ぞうだ。でも、

毎年いただくごはんはとても美味しく、収穫の量も増えているのがすごいと思う。

私は小学五年生の時に稲刈りの体験をしたその時は、半ズボンで靴下を脱ぎ、田んぼに入った。入った瞬間、田んぼが柔らかくて、土がぬめぬめしていて、気持ち良かったのを今でも覚えていて。柔らかくて冷たい土の中だからこそ、稲はすくすくと生長し、美味しくなっていくのだということが分かった。昔の人は暑い中、手作業で一つずつ植えていたのだから、すごい労働だと思う。

私の父も、小学生の頃、田植えを手伝っていたらしい。田んぼのそばにずっといて、コンバインで刈るときに、収穫したものが袋にたまると、その袋を下ろす作業をしていた。また、苗の植え直しや、わらの片付けなど、祖父の助手をして、勉強よりも田植えの手伝いの方を優先していたぞうだ。今、祖父母の家にはトラクターや田植機、乾燥機など、様々な機械がある。今では祖母も、その機械を使って作業をしている。長い間祖母が、農家という仕事に誇りを持ってお米を作り続けていることに、私は心から尊敬している。そして、いつも美味しいおにぎりを出してくれることに感謝している。

私はごはんが大好きだ。どうしてかというと、祖父母が時間と手間をかけて、食べる人のことを考えて大切に育ててくれているからだ。それと、ごはんは腹持ちがいいし、どんなおかずにも良く合う。私はまぜご飯も大好きで、良く作ってもらおう。今まではごはんを美味しいと思いつながら食べていただけだったが、祖父母の色々な苦労も分かったので、これからはもっと大



切に食べていきたい。そして、いつか私も家族に、美味しいごはんを食べてもらえぬよう、いろいろな料理を覚えていきたいと思う。

群馬県コンクール銀賞

感謝の気持ち

前橋市立鎌倉中学校 3年

河村 莉奈

「もったいない。」

私が食事を過ませ立ち上がろうとしたとき、母が突然そう言った。

「なごが。」

と私は口にした。いつもどおりの食卓。食べ物も残さず食べた。手もすっかり合わせた。いったいなにがいけなかったのだろうと、私が立ちつくして考えていると、母は私のお茶碗をつかんでさじました。原因はお茶碗に残った三粒、四粒ほどのお米だった。

「まだこんなに残っているよ。」

私はその言葉を耳にしたとき、「うたなご」といえる量なのかと思っていました。少くく、いじや、めくく、

いう気持ちがあちかかってしまった。今としては、そんな気持ちになった過去が少し恥ずかしいと思う。

昨年の五月中旬、埼玉に住んでいて農家を営んでいる祖母の家に遊びに行ったときのこと。田植えを手伝った。貸してもらった服装をしていざ泥に足を踏みいれると、泥が私の足をつかんでなかなか抜けなかったり、前に進むのに力が必要だったりと自分が予想していたよりも何十倍もかこくだった。目安に張ってもらった紐の脇に苗を一定間隔で植えつける。二十分、一時間ほどたっただけで腰に激痛が走った。言葉では表せないほど痛くてつらかった。祖母はそんな私を見て、

「最初はそんなもど。」

と笑いながらもせつせつせつと苗を植えていった。そんな調子で田植えは三時間ちょっとで終わった。後から見てみると私が田植えをした列は間隔もバラバラで曲がっており、祖母が田植えをした部分とは技術も量もほどとおかった。「知らなかった」といえばうそになる。頭では田植えがどんなに大変か分かっていたはず、でもこの経験から自分が少しでも疑っていた部分があったかもしれないと思った。田植えの感想は「つらい」「難しい」「過酷」「重労働」、どれもマイナスイメージとしてくれるかもしれないが私にとってはとても良い経験となった。何より、一つ一つのお米の貴重さを自分の手で、目で、田でいやというほど感じる事ができた。

夕田で赤く染まった田んぼを見ながら祖母は私にいった。

「戦時中はお米なんて簡単に食べられるものじゃあなかったんだよ。」

この言葉は昔、祖母の父、私にとっては曾祖父がよく言っていたらしい。祖母はうつけて

「耳にたごがごきみへういそれそれは毎日ね聞かされたもんだ。」

と優しく笑いながら私の目を見て言った。祖母のその言葉が私の胸に刺さった。今では冗談のように通じる話でも曾祖父が生きていた時代にとって、それは本当に貴重なものだったのだと気がついたからだ。ほんの少し前までは私はお茶碗に残ったお米の粒を見てみぬふりをしてしまっていた。私がめんどくさい、と残してしまったあのお米、曾祖父にとってはかけがえない命をつなぐもの、生きるために大切、いやそれ以上のものだったのだ。今と昔の価値観の違い、本当だったらそんなものあつてはいけなかった。なのに、私は自分からお米の価値を下げてしまっていた。過去の自分がした事に反省し、心からあやまりたいと思った。私のお米に対する考え方が変わったのはこれらの経験があつてからだ。

今日も私の食卓には白く輝くお米がある。貴重な経験をしたおかげで、お米を作ることの大変さ、お米の大切さを学ぶことができた。お米一つぶ一つぶに感謝をする。一つはお米を作ってくれた農家の方々に、二つ目はこのお米にこめられたまじこまじ、三つ目は自分がこのお米を食べられることに…私はこの感謝の気持ちをこれからも忘れずに生きてゆきたい。

群馬県コンクール銅賞

おおきくなったら

太田市立尾島小学校 1年 高田くるみ

わたしは、あさとひるとよる、まいにちごはんをたべます。ごはんをたべると、げんきがわいてきます。

わたしのうちは、おかさんがごはんをつくります。おかあさんがいそがしそうなききは、わたしもおこめをとくおつだいをします。

おこめをとくのは、すこしむずかしいです。しろくなったみずをすけるとき、おこめまですててしまわないようにするのが、むずかしいです。それに、ふゆのおこめとききは、こがかちかちにこおりそうです。

でも、おいしいごはんになあれとおもいながら、わたしはがんばります。そうすると、だんだんと、とうめいなみずになつていきます。

わたしがおこめときしたひは、おとうさんやおかあさん、いもうとが、おいしいねといいつくねって、わたしはうれしくなります。ます。

みんなでおいしいごはんをたべるときは、みんながいつもわらっています。みんなでたべると、げんきはおいしくなります。

だから、ごはんをつくるおつだいをしてみかけたとおもい

う気のごとはよく分かりませんが、七月に手じゅつをして入い
んすることになりました。一か月は点てきまで、ごはんがたべら
れませんでした。お見まいに行き、ベッドの上のひいおばあ
ちゃんを見ると、わたしは、おなかがすいてるんじゃないかな、
たべられなくてかわいそうだなあと思いました。

それからしばらくして、やっとごはんがたべられるようにな
りました。ごはんがたべられるようになったひいおばあちゃん
は、ほんのちよつとおかゆだったけど、とつてもうれしそう
に、ごはんをたべていました。ごはんをたべられなかった時の
ひいおばあちゃんは、なんだか元気がなく、あく手をしても手
がつめたかったです。でも、たべられるようになると、ほんの
すこしでも元気が出て、かおもあかるくなって、あく手をした
手もあつたかったです。ごはんの力つて、すこいなあと思い
ました。今は、たべられるものがだんだんふえてきて、大きな
スイカをつれしそつにたべています。

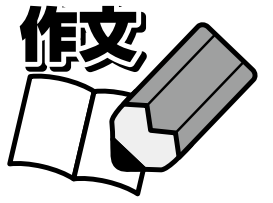
まい日お見まいに行つて、ひいおばあちゃんのようにすを見た
ことで、ごはんをたべられないかなしさやさびしさを知り、ご
はんをたべられることのしあわせに気がつきました。ごはんを
たべられる元気な体であることをありがたく思い、ごはんは、
のこさずしつかりたべないとだめなんだと分かりました。これ
からわたしは、ごはんをちゃんとたべようと思いました。ひい
おばあちゃんは、もうすべたいいんします。早くひいおばあ
ちゃんのすきなものを、たくさんたべさせてあげたいです。

お米にかんしゃ

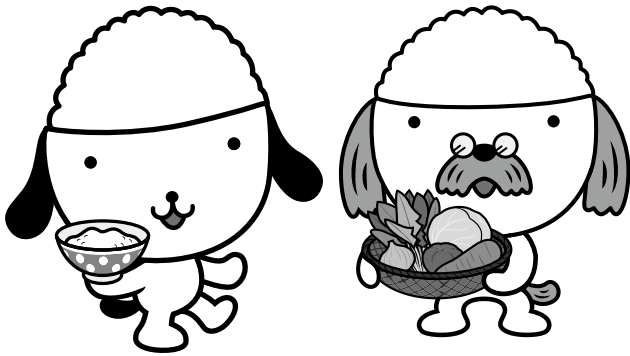
前橋市立清里小学校 2年 堀口 雪花

わたしは、毎日おいしいごはんを食べています。ごはんの中
で、一ばん好きな食べかたがあります。それは、ゆかりごは
んです。そのごはんは、わたしのおじいちゃんとおばあちゃん
そだてたお米をつかつて、つくっています。わたしもおじ
いちゃんの田んぼの、田うえや、いねかりや、だつこくを手伝
っています。田うえの時は、きかいではうえられないところがあ
るので、左手に数えきれないほどのなえをもって、田んぼの中
にちよんちよんと、すこしずつまっすべうえていきます。い
ねかりの時は、おじいちゃんがきかいにのつて、いねをぜんぶ
かつてそれから、田んぼの下に一本と上に一本長いぼつにいね
をかけて、おばあちゃんとわたしで、お米がちゃんとできてい
るかけんさしました。けんさのほうほうは、まわりをさわった
り中みをあげたりします。だつこくの時は、きかいの入口にい
ねをいれて、出口が二つあつて、右がわから、わらが出いきい、
左がわから、お米が出てきます。わたしは、いねを入れる係
と、お米が出てきた時に、うけるぶくろをおさえる係をやりま
した。ごろだらけになつて、つかれてたいへんでした。

おじいちゃんに、お米をつくる時たいへんだつたことを聞き



ました。すずめに食べられないようにかなりすずいと言っていました。それから、気おんが下がりますか心配いだったそうです。さい後にお米をつくるのがたのしいか聞きました。「みんながおいしそうに食べてくれるからたのしい。」とへんじがかえってきました。わたしは、いつもおかあさん、「へんお茶わんに一つぶものこしません。」と教えてもらっているから、のは、おじいちゃんたちのおかげでもあるし、おいしいごはんをつくってくれるおかあさんのおかげです。みんなに楽しかったです。



©ごはんちゃん

群馬県コンクール銅賞

お米とわたし

高崎市立佐野小学校 3年 高橋 俐乃

「明日は田んぼだよ、手つたつから。」

とおじさんは4才の弟とわたしにわらいながら言いました。おじさんはわたしのおじいちゃんと同じ年ぐらいで、わたしたちは「はたけのおじさん」とよんでいます。

わたしは朝7時ごろ田んぼに行きました。はたけのおじさんはもう田んぼのきかいを動かしていました。でも、わたしが習いごとに出かけている間に、きかいがこわれて、しゅう理の人が直しにきていました。しゅう理の人が見ても、なかなか直らなくて、他のきかいで田んぼをすることになりました。

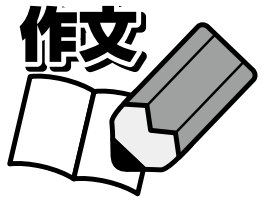
「いきましたね。」

とわたしが言いました。

「田んぼをしていると、毎年何かトラブルがあるんだよ。しかたないよ。」

と言いました。きかいがこわれた理由は、石のようなかたい物がきかいにはまっていたからだそうです。

はたけのおじさんは田んぼに入っているもごみをひろったり、ざつ草を取ったりします。田んぼに水をはると、麦のわらなどがういています。



「いつもありがとうでした。お母さんも、

「毎日、ありがとう。いつもたすかあや。」

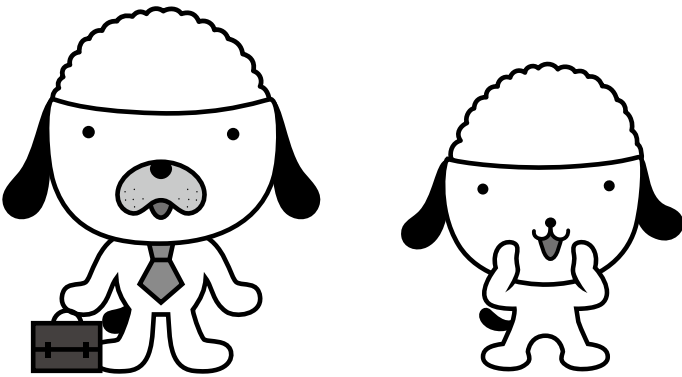
「いつもいいねます。お父さんも、

「おっけおっけよ。おかげで、元気があやよ。」

「いつもいいねます。」

水のりよを調せいするだけ、うしろのみのいはた
になるな、すこいと思いました。

わたしは、これからも、みんなのあいされごはんを、心をこ
め毎日たきたいと思ひます。



©ごはんぢゃワン

群馬県コンクール銅賞

ぼくの好きなごはん

玉村町立中央小学校 4年 吉村 瑠伊

ぼくは、毎日ごはんを食べていて、いつもおいしいなあと思っ
ています。ぼくは、白ごはんが好きで、時々白ごはんだけ
を食べることがあります。白ごはんは、もちもちして、
かんでると甘くなつておい、いつもおいしいです。

ぼくには、他にもごはんがおいしいと思ひ時があります。そ
れは、家族みんなで食べる時です。ぼくは、その時のごはんの
味が大好きです。家族みんなで食べる時は、今日ごはんが
あったか話したり、おもしろいことを言つて笑つたり、楽しく
食べられるから、ごはんがすごくおいしく感じます。おいしく
て、どんどん食べられるから、よくおかわりもしています。で
も、時々家族がそろわないで食べる時もある、その時のご
はんの味はちょっとちがつて、みんな食べる時のごはんより、
おいしくないと感じます。同じお米をたいたごはんなのに、味
がちがうなんて不思議です。

それから、ぼくにはもう一つだけ好きなごはんがあります。
それは、お母さんが作つてくれるお弁当に入つている、おに
ぎりです。夏休みの間、じゅう館に行く時に、お弁当を持っ
て行きます。お昼になって、お弁当を開けると、大好きなお

にぎりがかならず入っていて、うれしくなります。お母さんがにぎってくれたおにぎりは、ぼくの好きな物が入っていて、つめたくなってもとしまおなじいです。おにぎりを食べていると、きつとぼくのことを考えながら、作ってくれたんだろうなと思うと、うれしい気持ちになります。

ぼくは、お米にはふしぎな力があると思います。それは、ほかほかのごはんを食べても、おにぎりみたいにつめたいごはんを食べてもおいしいということなんです。ぼくは、ごはんを食べながら時々どきどきお米を作ってくれている人のことを考えることがあります。毎日、おいしいお米になれば、ねがいをこめて作ってくれているから、ごはんはおいしいのだと思います。だからぼくは、お米を作ってくれている人たちに感しゃしたいです。これからも、大好きなごはんをたくさん食べたいです。

群馬県コンクール銅賞

お米の大切さ

前橋市立大胡東小学校 4年

山川 拓実

ぼくが保育園に通っていたころ、お母さんがごはんを食べた時に保育園の先生から、

「ごはんつぶは一つぶも残さないでちゃんと食べてね。」

と言われました。ぼくが、

「なぐさ〜」

と聞いたら、先生は言いました。

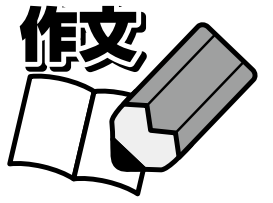
「お米を作っている人たちが一生けんめい育てたお米だから、

一つぶも残さずにちゃんと食べるんだよ。」

だから、保育園のみんなはごはんを食べるとき、一つぶも残さずに食べていました。おはしで最後の一つぶまでつまんで食べて、お茶わんがきれいになるまでしっかりと食べていました。ぼくたちは、しぜんとおかずもお皿に一つも残さず食べるようになります。小学生になっても、なるべくごはんつぶを残さずに食べています。

お米を作るといっのはどんな苦労があるのか、おじいちゃんやおばあちゃんに聞いてみました。

ぼくのひいおばあちゃんとおじいちゃんは、自分の家の田んぼで米を作っていました。ぼくのおじいちゃんとおばあちゃんは、ふだん仕事をしていただけで、休みの日はひいおじいちゃんとおひいおばあちゃんを手伝って、お米を作っていたそうです。田植えの時は、親せきの人や近所の人が手伝ってくれてみんなでやったそうです。ぼくのお母さんやお母さんの弟もいっしょに行って、見ていたそうです。休けいの時は、みんなでお茶を飲んだり、おにぎりやつけ物を食べたりして楽しかったそうです。田植えの後も、田んぼの水の量を見に行ったり、田んぼの中の草むしりをしたり、いねかりまでおじいちゃんとおばあちゃんがたくさん手伝ったそうです。お母さんやおじい



んはイナゴとりをして楽しかったと言っていました。いねかりもトラクターを借りてみんなでやったそうです。そして、おじいちゃんとおばあちゃんたちは、自分たちで育てたお米をごはんにして食べていたそうです。

お米はたくさんの方が協力して一生けんめい田んぼで作っていることが分かりました。お母さんに聞いてみたら、お米のいねは田植えをしてから五か月もかけてしゅうかくするそうです。トマトやキュウリだったら、一か月や二か月で実がなるけれど、お米は五か月もかかって作っているので、大変なんだなと思いました。それに、なえを植えたらほったらかしにしないで、毎日のように田んぼの世話をしていたなんて、大変だなと思いました。

そうやって作られたお米だから、保育園の時に一つぶも残さずに食べてねと言われた意味が分かりました。これからも、一生けんめい手間をかけて作ってくれたごはんだから、しっかりと残さずに食べようと思います。



©ごほんぢゃワン

群馬県コンクール銅賞

おじいちゃんありがとう

藤岡市立美土里小学校 5年 佐藤 駿

パン派かご飯派かと聞かれたら、ぼくは迷わずご飯派と答えます。ぼくはご飯が大好きです。ほぼ毎日ご飯をおかわりしています。

ぼくの祖父は、田んぼでお米を作っています。暑い日も寒い日も、代かき、なえま作り、種まき、田植え、ざっ草取り、稲刈り、かんそう、だっこく、精米をがんばっているところを見えています。ぼくは体が心配だから少し休めばいいのにと思う時があるけど、「おいしいお米を作るために働かなきゃ。」と叫んでいるのがしく動いています。そのたびにすごいなと思います。お米を買わないで一年中祖父の作ってくれたおいしいお米が食べられるので、とてもかんしゃしています。特に、おへん当でおにぎりにした時、「コンビニのおにぎり」と比べて、「とてもおいしい」と感じます。

ぼくはサッカーをやっていて、試合のたびにおにぎりを作ってもらいます。そのおにぎりを食べるとがんばるぞとパワーがわいてきます。

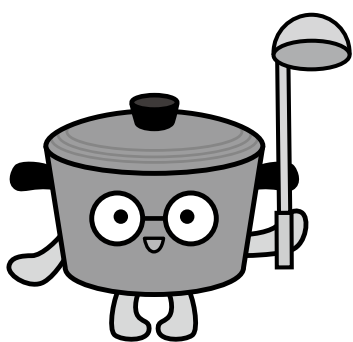
祖父や近所の方が作って持ってきてくれる野菜もとてもおいしいです。それを使って母が作ってくれるおかずと祖父のご飯

のコンビは、ほっとして幸せだなと思います。そのおかげで、ぼくは毎日元気です。すいすいすることができまわ。

田植の後、夏の田んぼは夜、かえるが大合唱している、とてもうるさいです。祖父母や父は夏らしくていい音だと言ってくれど家の周りは田んぼだらけなので、ねる時気になってしまいます。だげど、たぐさんのかえるが元気に鳴っているのはこのかんきようがいいしょう。だとぼくは思います。だから祖父の田んぼでできたお米はすべくうまいのだと思います。

パンを見るとおいしそうだと思っけど、ぼくはやっぱりお米が大事です。これからもおいしいお米を食べるためには、ぼくの家の周りのいいかんきようを守ることが大切だと思います。そしていつもあたり前に食べべけるけれど、かんしゃの気持ちを忘れずにいたいです。

「おじいちゃん、いつもありがとう。これからも元気で、ぼくの大好きなお米を作ってね。」



©ごはんちゃん

群馬県コンクール銅賞

ぼくの元気の源

みどり市立笠懸小学校 5年

大向 悠斗

「いただきます。」

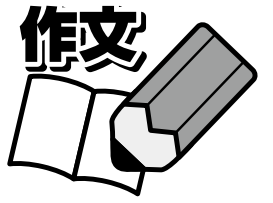
ぼくの元気の源は、白いご飯です。おなかがすいている時にご飯を食べると、すぐ元気が出ます。ぼくは、ご飯をたいしている時のおいが大好きで、宿題をしている時、早くたけないかな？いつも思います。そして、たまたまのご飯を食べると自然に笑顔になります。

ぼくがいつも食べているご飯は、福島のおばあちゃんのお米です。そのお米を作っけくれたおじいちゃんとおばあちゃんに感しゃしています。

いつも、お米が無くなりそうになると、おばあちゃんが、

「米はまだあるから。」

とぼく達の事まで気にかけてくれます。おばあちゃんの家で作っているお米の種類は三種類あって、ひとめぼれ、天のつぶ、もち米です。ぼくは、小ねからもち米を食べべけるの、おはぎやお赤飯が大好きです。おばあちゃんのお米がおいしいのは、おじいちゃんとおばあちゃんが心をこめて作っているからだと思っます。それから、東北地方は夏はすずか、朝と昼間の気温の差が大きいので、おいしいお米が作れるのだ



と思います。

6月に学校で田植え体験しました。その日は朝から雨がふっていて、カッパを着ながら田植えをしました。なえを植える時に、うまく立たなくて何度もやり直しました。たった5mぐらいの田植えなのに、こしはいたくなるし、前に進みたくてもどろに足をとられて、足をぬくだけで大変でした。おばあちゃんの家では、田植えは機械で植えるのですが、機械が通れない所は、全部手で植えているそうです。少し田植えをしただけでもつかれるのに、おばあちゃんは、何日も何日もかけて田植えをして、年をとっているのに強いなと思います。ぼくが福島に帰った時は、かたをたいてあげたり、おばあちゃん達が少しでも楽になるように、手伝いをしてあげたいです。

ぼくが好きな、ハンバーグや焼肉も、ご飯が無ければ、おいしくないし、物足りません。それだけ、ご飯はぼく達日本人にとって、無くってはならない大切な食べ物です。ご飯がぼくの口に入るまでに、たくさんの方の手がかり、大変な思いで作っているの、一つぶ残さず大事に食べたいと思います。

「じいちゃんもよかったです。」

今日もおいしいご飯をありがとう。

群馬県コンクール銅賞

お米に感謝

館林市立第二小学校 6年 土田 麟

ぼくは、五年生の社会で米作りの勉強をしてから、お米を作る大変さを知り、今まで当たり前のように食べていたお米が、ありがたいものだと感じるようになりました。

ぼくは、小さいころ母に、

「お米は農家の人が大変な思いをして作った物だから、一つぶも残しちゃだめだよ。」

と、言われました。その日からずっと、お米は一つぶも残さず食べました。五年生の社会の農業の勉強で、米作りを学習しました。米作りは、ぼくが想像していたよりも工程が多く、土作りや農薬まきなど、とても大変でした。それを知って、農家の人が苦労して作ってくれたもので、お米はありがたいなあと感じました。

ぼくが、幼稚園のころに家族とご飯を食べていた時、

「お米好き。」

と言ったら、

「お米はいろいろな料理になっておいしいし、栄養もあつていいよな。」

と、いふ話をしたのを覚えています。その言葉を信じて、たくさん

幸せな毎日に感謝

前橋市立総社小学校 6年 高橋 凜

んのお米を食べ続けたり、背の低かったほくの身長が伸びました。お米のおかげか?と思いました。幼稚園のころの会話でも話していたように、お米には栄養がたくさんあります。炭水化物で、エネルギーになり、少なくとも一日一食は必ず食べます。お米はおいしく、少し甘くて、おかずとの相性が良く、おなかすっぱいになるので大好きです。世界でも、お米は食べられています。パエリアやリゾット・ビーフンなどがあります。日本の中でも、地域によってさまざまな食べ方があり、きりたんぽ・いかめし・ますずしなどがあります。他にも、せんべい・だんご・ひなあられなどのかしとしての食べ方もあり、お米はいろいろな形や味になって食べられています。

日本人が最後の晩餐で一番食べたい物は白米と答えていたり、海外旅行から帰って最初に食べたい物は白米と答える人が多いという事を聞いた事があります。日本人にとって、お米という食べ物、かけがえのない物なのだなあと感じます。みんなと食卓を囲む時にご飯があるとなんだかほっとします。今のほくが健康で元気に過ごしているのは、お米をたくさん食べているおかげでもあるのかなあと感じます。

お米は、農家の人が苦勞して作ってくれたとてもありがたいもので、日本でも世界でもさまざまな食べ方や、味付けがあり、満腹になって、おいしく、日本人にとってかけがえのない大切な物だと思います。いろいろな食べ方があるので、ほくがお米を使った新しい味付けのおいしい料理を作ってみたく思います。

トントントントントント。十八時半近くになり、母が夕飯作りを始め、包丁で何かを切る音が聞こえてきました。私は、夕飯のメニューが気になって、とてもワクワクしていました。

もつすべ夕飯だからと、私がテーブルをふらしていると、父と妹が食器を運んできました。私の家では、食事の前はいつもこうして、家族全員で食事の用意をします。

やがて、いいにおいがただよってきました。母の料理が完成し、夕食の用意も終わりました。

「いただきます。」

いよいよ我が家の夕食が始まりました。

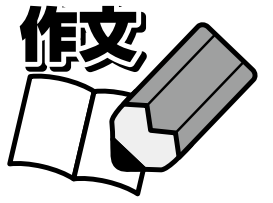
みんな料理を一口食べると、

「美味しい。」

と、笑顔になりました。母は、様々な料理をとても美味しく作ってくれます。

こうして美味しい料理を毎日食べられるのは、とても幸せなことだと思います。

そして、我が家には夕食のときだけ決まっています。みんなが幸せになります。

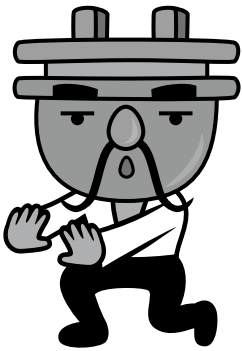


「今日、新しい漢字を習ったの。妹がうれしそうに話しました。」

我が家では、夕食のときにも、その日の出来事などについて話します。妹は今、どんな勉強をしているのか、父や母はどんな仕事をしているのが、家族のことを知るのほっとも楽しいです。そして、家族に自分のことを知ってもらえるのはとてもうれしいです。たまに、おどろかされるような話や、笑わされるような話などもあります。こうして、家族と話が出来るのは、とても幸せなことだと思います。

そして、私が食べていけないのは、もちろんだ、母が働いてくれているから、農家などの方が働いてくれているからでもあります。一番は、多くの生き物達のおかげだと思います。私達の食べている物をたべてみると、想像以上に沢山の生き物達が関わっていることに気がきました。その生き物達には、本当に感謝しなければいけません。

毎日三食食べていけない、家族や友達と食事がとれることはあたり前のことであく、とても幸せなことなのだと感じました。沢山の人や沢山の生き物に感謝して毎日の食事をとってほしいと思います。



©ごはんちゃん

群馬県コンクール銅賞

ごはんとわたし

太田市立太田中学校 1年 村山 莉菜

「コンビニのおにぎりのの方がよっぽどおいしい。」この一言を言った時の母の表情が今も私の脳裏に焼きついています。おにぎりを食べても悲しそうな母の表情。その瞬間、私は言っていけない事を口に出したのだと後悔をした。でも、一度言ってしまったし、私も意地になり、その日は母に謝る事すらできませんでした。

塾に行く日の忙しい時間に母から「お腹空くでしょう。」とおにぎりを渡されたのだ。私は塾の準備や宿題の事で頭が一杯だった。母のおにぎりにやっ当たりをしたのだ。母のおにぎりはいつもおいしかったし、とても好きだ。でも忙しくて、ついこんな言葉しか返す事ができなかった。

数日後、友人が六人、私の家へ遊びに来た。母は、いそいそと私の友人のためにお昼ご飯を作っていた。「野菜のおばあちゃんがつけている無農薬、百パーセント国産米で作ったおにぎりがよ。とってもおいしいよ。食べてみて。」と母は、私の友人にすすめた。「すごい。」遊びに来た六人の友人達は口々にほめてくれた。私にとって少し『はずかしかった』ことが、一瞬で『すごい』ことになった。

祖父母が作ってくれるお米が、いつの間にかほろろしい事に

なっていた。普段毎日口にするお米が「すごい」と言われて、改めて祖父母に感謝したくなった。遊びに来た友人は、「おいしい。」「と大皿にあった、たくさんのおにぎりを食べきった。「本当においしいかも。」「と言われると、私は心の中で、自分が作ったお米ではないのにとんざんれしくなっていた。友人が帰った後、私は母に「ありがとう。」「を伝えた。すると母が私に言った。「りな、覚えてる？去年ママがフルで働いていた時、帰りが遅いと、「コンビニ」だったり、外食だったりして、そんな時、りなが言ったの。ママが作ったごはんがいい。外食とママのごはんはあまり変わらないけど、ママがいるかないかは、明るさが違う。ママのごはんが食べたい。」「って。母はその時思ったという。ごはんは大事だなと。食べる事も大切だけれど、誰が作るかも大切なのだと。私は、そんな話、母が言わなければ、忘れていた。今、母は妹が小学一年生になったので、家にいる時間が長い。毎日、当たり前にごはんやお弁当が出てくる。母が作るのが当たり前。祖父母が作った米が当たり前。当たり前すぎて、普通だと思っていた。むしろ、土にまみれて、きれいな格好で作業をしていない農業を楽しいとは思っても、格好いいとは思えなかった。少しはずかしかった。だから、毎年、もみふり（お米を土にまぐ事）の手伝いを祖父母の所に手伝いに行っている事や、祖父母が農業をしている事も、できれば知られたくなかった。でも、それを母は堂々と友人の前で話し、友人は、それを「すごい」と呼んでくれた。

私は、自分が間違えていた事に気がついた。私は、良い母、良い友人に恵まれたと思う。自分がごはんに対して、賢い者

え方になっていた時、母や友人の一言が私を救ってくれた。さあ、今年はいっ、どのくらい、祖父母の田んぼを手伝いに行こうか。そして、お母さん、どんなに忙しくても、私や家族のために、ごはんを炊いてくれてありがとう。あなたの炊いたごはんが、私の元気の源だよ。

群馬県コンクール 銅賞

家族とご飯を

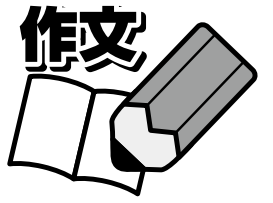
前橋市立第一中学校 1年 高澤 朗

僕が、お米を使って作ったメニューの中で一番好きなのは、おにぎりです。なぜなら、手軽に食べられる上に、おかずが無くてもそれだけでおいしいからです。両親が共働きの僕の家で、夕食がおそく、小さい頃から

「おなかがついた。」

と言ったとき出てくるのがおにぎりだったから、というのもあるかもしれませんが。おなかがついているときに、キュッとこきられて出てくるほかほかのおにぎりには、母の優しさがこもっている気がしました。

おにぎりの中でも、僕は、おかかとツナマヨが好きなのですが、



実は一番好きなのは塩むすびです。母にお弁当などで塩むすびをお願いすると、嫌がります。それは、いつも塩むすびにしてみました。母が手を抜いているみたいな気がするからなのだと思います。そのため、母は、おにぎりを作るときにいつも何かしら入れて作りました。

しかし、やっぱり塩むすびが一番好きなので、母に嫌がられても、いつもじっくりイラストしています。すると、母はしぶしぶ塩むすびを作ってくれます。なぜ、そこまで僕が塩むすびにこだわるかというと、あつさりしているという点もありませんが、シンプルな味つけだけに塩加減が重要で、絶妙な味付けの塩むすびを食べると、いつも幸せだなと感じるからなのです。僕の好きな味をびったりに作れる母はすごいと思います。

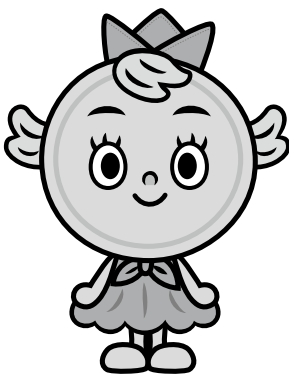
こんなに大好きなおにぎりですが、やっぱり家族全員でそろって一緒に食べるホカホカのご飯のおいしさにはかなわない、と僕は思います。特に、中学生になってからは、両親の仕事が小学生のときに比べていそがしくなっていました。一人で食べる機会が多くなったため、余計にそう感じるのかもしれない。家族全員がそろって食べるときのご飯は、とてもおいしいと感じます。家族と一緒に食べるかどうかで食べ物の味が変わることがあるなんて、中学生になって初めて知りました。

それはたぶん、味がどうのこうのといつことではなく、気持ちの問題なのだと思います。家族の愛情で味つけされたご飯は、あきらかにおいしいものです。同じご飯なのに、気持ちを込めて作ったか、適当に作ったかや、一人で食べたか、家族全員で食べたかなどによって、おいしさが違ってくるなんて、考えた

こともありませんでした。

今では、ご飯は、気持ちによっておいしさが変わる食べ物なのだと僕は、思っています。昔、ドラえもんの話の中にも、どんなにごう華な料理よりも、おなかペコペコなときの一杯のお水とおにぎりが一番のごちそうであったというものがありました。そのときは、お話をしておもしろいと思っただけでしたが、今、僕は、それを実感しています。

これからも、ご飯に込められている気持ちやおいしさを味わいながら、家族全員で食べたいなと思います。



©ごはんちゃん

一日のはじまり

館林市立第三中学校 2年 金杉 侑璃

湯気をたてながら純白に輝くご飯。そしてその上に黄金のキラキラしている新鮮な卵。卵にかける独自のブレンドしょう油。その隣にはやわらかく透きとおった大根と緑で汁の中に舞うわかめのみそ汁。そして、中央にはこんがり焼き目のついた香ばしいにおいをする鮭の塩焼き。きゅうりのつけもの。体の奥までしみわたる温かいほうじ茶。

「いただきますー」

朝からしっかりと食べないと昼までたないのだから家族でガッツリ朝食をとる。トロツとした卵とからまるたきたてご飯。ご飯は少しやわらかめが我が家のこだわり。大根とわかめをまとめて口にほうりこむ。みその香りが広がるこのうまみ。やわらかくホワツとした鮭は皮まで食べられてしまう。コリコリのつけもの。ほうじ茶でおちつき皆で「ハー」と息をはいてしまう。

朝食を食べなかったことがない。それが私の小さな自信である。毎朝しっかりとした朝食を作ってくれる母には感謝の気持ちでいっぱい。朝は皆忙しく、私は朝練があるので全員で朝食をとるのが難しい日もある。しかし、朝食を食べている間は一日のスタートになるのでなるべく一緒に食べられるようにしている。

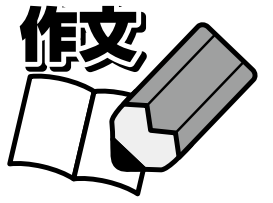
ている。

白いご飯は私の朝食のレギュラーメンバーだ。たきたてのホカホカしたご飯は何をのせても本当においしい。私は一度幼稚園のときに米を育てたことがある。苗から田植えをして稲刈りまで全て手作業だ。秋の収穫のときに稲から白米になるところを見た。一つ一つの粒の大きさというからはずし玄米になるまでとても手間がかかった。そして精米してすぐにはおいしさを味わった。そのおにぎりは自然に頬が緩むほどにおいしかった。塩しかつけていないのに甘くやさしい味がした。それ以来、私はお米が大好きになった。

私はある本でこのような文に出会った。

「人を救うのは言葉じゃなくおいしい食べ物なんだよ」

とても共感した。辛いとき、おいしい物を食べると笑顔になれる。苦しいとき、大好きなものを食べるともっと頑張れる。食べ物には人を幸せにする力があると思う。母の味は私をほっとさせる。父の味は私を驚かせる。祖母の味は私を笑顔にさせる。食べ物の力は本当に大きいのだ。これからも朝食をしっかりと食べて部活も勉強も頑張りたいと思う。



群馬県コンクール銅賞

日曜日の食卓

桐生市立清流中学校 2年 須田 光

「カンパニー」

「おめでとー」

「おつかれ〜」

そんな会話から始まる事の多い、日曜日の我が家の夕食です。

誕生日はもちろん、大会の後、姉や僕の試験の終わった後、時には、家族の誰かが旅行から帰って来た後など、理由は様々ですが、決まって日曜日の夕食時です。それは、家族が全員そろつのが、週に一度、日曜日の夕食時だからです。

僕の家は、父、母、姉、祖父母、そして僕の六人家族です。

父は仕事で、週末にしか家に帰って来られません。そして、

日曜日の朝早く職場のある埼玉に帰って行きます。

姉は専門学校に通っていて、実習などで帰りの時間はまちまちです。

母は仕事で、週に何日かは帰りの遅い日もあり、そんな日は祖母が夕食の用意をしてくれます。

祖父母は、寝る時間も早いので、夕食は早田にする事が多いです。

そして僕は、日曜日から土曜日の夜、剣道と水泳のクラブに

通っていて、夕食の時間は日によって違います。

そんな家族がそろって食事ができるのが、日曜日の夕食なのです。

平日の夕食は、夕方から夜遅くまで、食卓では誰かが食事をしています。でも、父はもちろん、皆がそろつ事はほとんどなく、食べ始める時間も食べ終わる時間もまちまちです。僕も早く食べる日や遅く食べる日があるため、一人で食事をする事も多いです。

日曜日は、夕食までに皆が風呂をすませて、全員そろつのを待って食事を始めます。誰が決めた訳ではないけれど、そんなルールになっています。一週間に一度、皆がそろつ夕食だから、ゆつくりしたいという気持ちからかもしれません。そして、食卓には家族の好物と温かい炊き立てのごはんが用意されます。普段炊き立てのごはんが食べられず、簡単な食事しかしていない父のため。また、家族そろつてする食事が、気持ち良く、楽しくできるようと、母が心がけ、決めていることのようにです。そんな家族そろつての食事は、いつもすきんすきんおしゃべりかたて、とても楽しい時間です。

たまに、食べ方やマナーについて注意されたり、剣道や水泳の事で意見されたり、見たいテレビがあっても見せてもらえない日なひ、

『一人の方が楽だなあ』

『日曜日、めんどくさい』

など感じる事もめりります。

けれど、家族が大切にしているこの時間を僕も大切にしてい

きたいです。そして、家族六人そろって食事のできる日曜日が、いつまでも続いてくれたらうれしいです。

群馬県コンクール銅賞

当たり前ではなく

茨川市立茨川中学校 3年 上原 麻衣

「また残してる！食べな〜」

私の家の食卓ではよくこんな言葉が飛ぶ。その声の主は姉と祖母だ。私と姉は小さい頃から学校から祖母の家に帰り、夜ご飯を食べていた。いつも出されるのは煮物、焼き魚、味噌汁、漬物、塩のかかったトマト、そして白ご飯だ。おかずは全て祖母の手作りだ。私はこの夜ご飯をいつも当たり前のように食べ、当たり前のように何か残していた。そんなある日、祖父が言った。

「昔は白ご飯は貴重だったんだよ。」

そして祖母も言う。

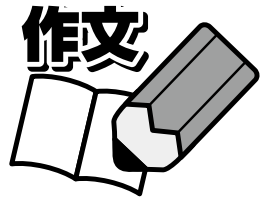
「今の人は恵まれてるねえ。」

現代の日本の社会ではお米が足りないという話はほぼないだろう。しかし、戦時中では足りないことが日常的に起きていた。

戦時中を舞台にしたドラマでは白米を食べていることはあまり見られない。米が食べられないということは今の私達に分らない苦労だ。戦時中、戦後に生まれた祖父と祖母の話聞いて改めてご飯のありがたみを知った。最近ば祖母の家で夜ご飯を食べていない。姉は高校生で私も部活をしていたので帰る時間も遅く、いつも四人で食べていたが私が祖父母と食べることはあっても以前のように四人で食べることはなくなってしまったのだ。そんな姉は食べることが大好きだ。昔からご飯を美味しくそくに食べる。だから、家族の中でも一番厳しい。姉はご飯のありがたみを感じて食べている。そんなところは尊敬している。

さて、最近日本では若い人を中心にコメ離れが進んでいる。昔から日本の主食と言われているお米だが、何が原因でコメ離れが進んでいるのだろうか。その原因にはまず、お米よりパンを食べる人が多くなったからとも言われている。外国の食文化により食べ物も多様になった。その例が朝食だと思う。ご飯よりもトーストを食べるという人も多い。また、シリアルなどを食べる人もいる。朝食以外にも麺類などの小麦の料理を食べる人も多い。次に、家族で揃って食べることが少なくなったからとも言われている。なかなか家族の時間が合わず一人で食べる人もいる。それにより手軽に食べれる冷凍食品やパンなどを食べる原因になりご飯を食べることが減っていると考えられている。

コメ離れによる影響は大きい。まず、消費量と生産量が減っていることだ。米の需要は年々減ってきている。すると、米は食べられずに残るので最終的には廃棄されてしまう。ご飯を炊



く前に残されて捨てられてしまうのは、それこそ『もったいない』のではないか。また、パンなど手軽なもので食事が済んでしまう現在では『ご食』が進んでいる。ご食には2つあり、好きなものだけを他のものとり合わせずに食べる個食。家族そろわずに一人で食べる孤食がある。家族と一番関わることでできるのは食卓だと思う。その時間は家族との絆を深めるきっかけにもなるのではないか。私はご飯を食べることは当たり前だと思っていた。しかし、今と昔とを比べてみるとその考えは間違っていたことに気づいた。祖父母の話や米の現状を理解した今、私に出来ることは家族と一緒に残さずありがたみをもって食べることだ。それを意識してご飯を食べていきたい。

群馬県コンクール銅賞

絆をつくる大切なもの

桐生市立中央中学校 3年

浅野 里穂

私には、毎日、毎日、大好きな時間があります。それは、家族みんなが集って、みんなでテーブルを囲んで、みんなで善をのぼしてご飯を食べる時間です。

ご飯を食べる時間といっても、朝、昼、晩とあります。もち

ろんどの時間も好きですが、特に好きなのは、夜ご飯の時間です。なぜなら、朝は、起きる時間がバラバラでなかなかみんなでそろって食べることができないし、夜ご飯のようにゆっくり食べることができないからです。また、お昼ご飯は、お父さんは仕事で私は学校、兄弟も学校と、平日は一緒に食べられず、休日でも習い事で兄弟がいなかったり、その習い事にお母さんも行ってしまつとお昼ご飯をみんなまで食べられるのは、夏休みなどの長い休みのとき、と限られてしまつからです。

夜ご飯の時間には、会議や宴会など特別なときを除くと家族みんなが集まつて一緒にご飯を食べることが出来ます。だから私の家では、その日、一日にあつたできごとや楽しかつたこと、おもしろかつたこと、試合の結果などをそれぞれ話すようにしています。そのため、朝ご飯やお昼ご飯の時間よりも、普通の家庭料理なのになぜかとおもいしく感じます。毎日、毎日、夜ご飯の時間は、私たち家族みんなが笑いに包まれる至福の一時なのです。

このように、夜ご飯の時間には、朝やお昼にはない楽しさがあります。

でも、家族みんなが集まるときだからこそケンカも起こってしまいます。ケンカをすると気分が悪くなつて、話す気にもありません。無言で食べているときは、ひとつも楽しくありません。そんなときに、話すきっかけをつくってくれたのが、ご飯でした。

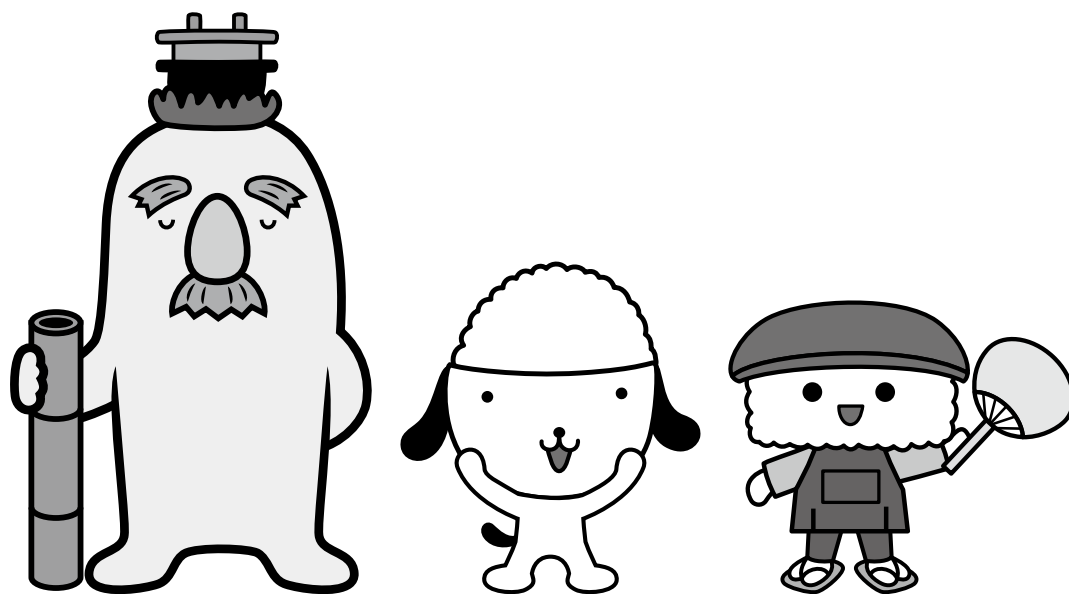
「これ、おいしそう。」「って、誰かが言つて、」

「じいちゃん、おじいちゃん。」

って、なんだか、つい話してしまいます。そして、いつの間にか自然と仲直りしていき、気づけば、ケンカなんて忘れて、一緒に、ワイワイ話していました。

こうして、私は、ご飯のおかげで、毎日楽しく過ごしています。ご飯は、私たちの体をつくってくれて、私たちの力になってくれるのはもちろんのこと、家族という大切な人との関わりを深くしてくれて、家族の団欒の時間をもたらしてくれる、不可欠なものだと思います。

また、私のような学生には特に大切にするべき時間だと思います。学生の多くは、きつと反抗的な態度を親にとっつけてしまうことがよくあると思います。だから、家族の会話に少し混ぜたり、その日のことを自分から教えてあげたりすれば、みんな嬉しく思ってくれるでしょう。確かに、塾や部活で忙しくて家族みんなで食べることがなかなかできない人がほとんどだと思いますが、その、時々しか一緒に食べられない機会を家族の一人として大事にして、ご飯を通して共に楽しい時間を過ごしてほしいと思います。



©こはんちゃん

あいさつ

J A 群馬中央会 会長

大澤憲一

第41回「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクールに応募いただいた皆さんに心からお礼申し上げます。また、入賞された皆さんおめでとうございます。

今回は、県内の小・中学生の皆さんから、作文部門が6,668点、図画部門が1,863点、合計8,531点の作品が寄せられました。いずれも一生懸命に取り組まれた立派な作品で、審査員の先生方はもとより、直接ご指導された担任の先生方にはご苦労いただいたことと思います。

全国のJ Aグループで実施しているこのコンクールは、古くから日本の食卓と国土を豊かに作りあげてきた稲作をはじめとする農業全般と、お米・ごはん食が健康に結びつくことを改めて知ってもらうとともに、次世代の子供たちに稲作農業が果たす多面的な役割と、お米・ごはん食の重要性、人々とのコミュニケーションづくりに役立つことを目的としています。

平成25年12月「和食」が世界無形文化遺産に登録され、「食」や「農」への興味・関心が高まっています。しかしながら、日本の食料自給率は39%と主要先進国の中でも最低の水準にあります。また、お米については食生活の外部化や多様化により、日本人一人当たりの年間消費量が昭和40年ごろと比べ半減しています。

このような状況の中、J Aグループでは国産農畜産物推進運動として「みんなのよい食プロジェクト」を実施し、J Aグループ群馬では、このプロジェクトの一環としてぐんまの農業を応援する「ぐんまの農業応援団」運動を展開しています。

多くの方に「ぐんまの農業応援団」として、安全・安心な群馬県産農畜産物をたくさん食べていただき、ぐんまの農業を応援していただければありがたいと思っております。

また、J Aグループでは食農教育活動として農業体験や料理教室、バケツ稲配布、各種コンクールなどを実施し、食への興味・関心を高め、食の大切さ、食を支える農の役割、地域の食文化などに対する理解を広める取り組みを行っています。今後とも行政、学校関係者、J Aグループで緊密に連携を取りながら食農教育活動の支援に取り組んでいきたいと考えております。

どの取り組みにおいても、その中心にあるのはお米です。お米は日本の主食であり、考える力や体を動かす力などエネルギーのもとになる栄養がたくさん含まれています。お米をつくる水田をはじめ、農業には食べ物を作るだけではなく、自然環境の保全や美しい景観の形成など多くの役割を果たしています。お米も水田も、私たちにとても非常に大切なものであり、これからも守っていかねければなりません。今回の作品を仕上げるにあたって、自然を大切にする心、家族を大切にすることを感じ取り、一人ひとりがあらためてお米について見つめ直していただく、とても貴重な経験になったのではないのでしょうか。また、環太平洋連携協定(TPP)のゆくえや度重なる自然災害などにより大きな不安を抱えた私たち農業生産者にとっては、これだけ多くの皆さんに日本の食や農を真剣に考えていただけたことが、大変な勇気づけとなりました。

最後に、作品のご指導をいただいた小・中学校の先生方、審査員の先生方、関係団体の皆さまのご協力に厚くお礼申し上げますとともに、子どもたちの豊かな心を育んでいくためにも、このコンクールがますます発展するよう今後ともご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます、あいさつとさせていただきます。

作文部門小学校低学年審査評

清水 敏子

八月上旬、皆さんがこの作文に取り組んでいる頃、日本人の米離れが加速しているとの発表が農水省からありました。しかし、寄せられた作文からは、多くの家庭でごはんが生活の中心に据えられていることが読み取れ、少しほっとしました。また、十月半ば、ちょうど作文の審査をしている頃、群馬県の米の作柄は、夏の天候不順にもかかわらず平年並みと発表されました。米作りに励む家族の姿を小学生の目で描いた作品も多く、農家の方々のご苦労がしのべれます。

では、審査を通して感じたことをいくつか述べてみます。

◆今年、視点の新しい作品がありました。ごはんつぶに変身した「ぼく」が、炊き上がってから食べられるまでの期待と焦り、恐怖を描き、最後は安堵したことを短い言葉で表しました。視覚、聴覚、触覚を働かせて生き生きとした作品に仕上げました(二年「お米の気もち」)。

◆作文に求められるものは、書こう、伝えようという気持ちとそれを文字にする言葉の力です。書きたいことをよく思い出し、整理して、中心となるものをはっきりさせます。その体験を通して自分が見聞きしたことや心に残ったこと、

考えたことなどを、体験したからこそ書ける自分の言葉で素直に記述しましょう。そのとき、次のようなことに気をつけるとうよいでしょう。

- ・ 題名と書き出しを工夫して、読み手を作品の世界にひきつける。
- ・ 会話を取り入れて場面を生き生きと描く。
- ・ 文の長さに気をつけ、リズムよく書き進める。
- ・ 目や耳、鼻舌、手足の感覚などを働かせて具体的に描写し、読み手が豊かに想像できるようにする。
- ・ そのときの様子や理由が読み手にもよくわかるように、詳しく書いていねいに書く。

◆文章を綴ることは考えることです。自分を成長させることです。コンクールに応募する折角の機会を大切にして題材と向き合い、言葉を選び、表現を工夫し、組み立てを考え、思う存分に書きましょう。それには、原稿用紙二枚、八百字は必要です。口頃から物事をよく見つめ、考え、本を読み、言葉の力をつけましょう。書くことと読むことはつながっています。

◆書き上がった作品は、声に出してもう一度読み返しましょう。耳から聞くことで文のつながりや順序などを直し、作品をよりよいものとすることができます。

来年もたくさんの方が応募してくれることを期待しています。

作文部門小学校高学年審査評

猿谷 端

稲穂が風にゆれて黄金色に輝いている田園風景は、まさにみずほの国の象徴的な景色です。このお米を題材にした作品が、今年もたくさん寄せられました。その二つを読んでいると、みなさんの「ごはん・お米」に対する強い思いが伝わってきます。

みなさんは、本当に「ごはん・お米」が好きなのですね。そうであれば、こんなにすてきな作品は生まれません。この作品集には、限られたお友達の作品しか載せられていませんが、応募されたみなさんの作品は、どれも読み手の心に届くようなすてきなものばかりでした。書かれた内容に引き込まれて、思わずほほえんだり、あれこれと想像したり、「うん、うん。」とうなずいたり、しながら読みました。そして、「いいなあ。」と感心し、心がポツと明るくなりました。このようなわけで、入賞作品を選ぶのにとっても悩んでしまいました。審査基準をもとに選定いたしました。

◆ それでは、みなさんの作品を読んで気付いたことのいくつかを述べてみたいと思います。

- ・ みなさんの「ごはん・お米」についての気持ちや、よく伝わってきました。それは、一字二字しっかりと字でいて、ねいに書かれているからだと思います。
- ・ また、自分が見たことや聞いたこと・体験したこと・自分が感じたことや考えたことが、具体例や会話文などで素直に表現されているからだと思います。

・ そこには、毎日の生活の中で、「ごはん大好き」を実感している様子、家族といっしょに食事作りをしたことやみんなで食卓を囲んでの団らんの様子、田植えや稲刈りの体験を通して楽しさや大変さを感じたこと、などが具体的に書かれています。

・ さらに、いろいろなおことに気付いた様子も見られます。たとえば、農家の方の米作りへの思いや稲を育てる仕事の大変さ、お米の大切な役割、毎日の食事づくりや携わる家族や学校の給食室のみなさんの苦労にも思いを馳せている様子などが、生き生きと書かれています。米作りの現状や海外に目を向けた作品もみられました。

・ みなさんは、この作文を書くことを通して、改めて「ごはん・お米」についての考えが深まり、「ごはんのおいしさ」や「お米の大切さ」、「お米を作ってくれる人、ごはんを調理してくれる人」など様々な人々への感謝の気持ちも強くなったのではないでしょう。か。

◆ 最後に、よりよい作品に仕上げるためのポイントを二つあげておきます。

- ・ みなさんには書きたいことがたくさんありますね。その中から一番書きたいことを二つか三つにしぼって書くこと、伝えたいことがつきりします。そうすれば、内容もくわしくなり、読み手に説得力のある作品になると思います。
 - ・ 書き終えたら、もう一度自分で読み直したり、だれかに読んでもらったりすると、表記の誤りにも気付くことができます。
- これからも「ごはん・お米」に関心を持ち、自分の感じたことや考えたことをまとめてみてください。たくさんのお応募をお待ちしています。

作文部門中学校審査評

齋木 雄造

九月の長雨と日照不足の影響が懸念されますが、多くの中学生のみなさんが「ごはんお米とわたし」の作文に取り組み、一つの作品として書き上げた努力に心から拍手を送ります。

そこで、みなさんの作文から気付いた点を記すことにします。

◆読む人を意識して文章を書いています

どの作品も「力作」でした。一人一人が力を込めて書いています。みなさんが原稿用紙に書いた言葉を読んでいるとみなさんと対話をしているかのような気持ちになってきました。「あなたの体験は貴重でしたね」とか、「本当によくおぼあちゃんの様子を観察していましたね」とか、声をかけたくなってしまうほどでした。これは、みなさんが読む人を意識して文章を書いているからこそで、素直な思いが伝わってきました。

◆書き出しが工夫されています

「作文は、書き出しが難しい」といった言葉を聞くことがあります。今回、みなさんの作文では、多くの人たちが会話文で書き始めています。これは、読む側にとって興味もて、作文の世界へ抵抗なく入っていけるので、効果のある工夫です。

また、短い文で簡潔に書き始めている人も見られましたが、これも大変わかりやすい工夫であるといえるでしょう。

◆書くこうとすることの中心がはっきりしています

一人一人が「ごはん・お米とわたし」というテーマのもとでご飯の食事の大切さやお米を作ってくださいる人たちへの感謝など読む人に最も伝えたいことをはっきりさせて書いている、このことが、みなさんの作文から大変よくわかりました。「読む人に最も伝えたいこと」とは、みなさんの思いや考えの中心です。それがはっきりすると、作文につける「題」についても自分の考えを短い言葉で的確に言い表せるようになります。

ところで、思いや考えの中心をはっきりさせるためには、日ごろから感じる力や考える力を磨いておくことが必要です。例えば、ある音楽を聴いて、どんなところに魅力を感じたのか一文で書く練習を積むというのも一つの方法になるでしょう。

◆内容のまとまり、その順序が考えられています

書くこうとすることの中心をわかりやすく伝えるためには、どのような事柄をどのような順序で書けばよいのかについて検討しなければなりません。つまり、文章の構成を考えるのです。構成を考えると、段落の意識をもった文章を書くことにつながります。田植えの体験や心に残った祖父母の言葉など内容のまとまりごとに段落を設けて書かれていた作文では、みなさんの思いや考えの中心がしっかりと伝わってきました。

書くことは、自分を見つめ、自問自答することです。今回の作文をスタートラインと考え、来年もぜひ取り組んでください。

図画部門小学校・中学校審査評

井田 健一
服部 幸雄

今回、回転寿司の光景を描いた作品に目が留まりました。新鮮な感じさえしました。本人にその気力や努力がありさえすれば、新しい題材の発掘は不可能なことではないと思えました。出品者の皆さんがテーマに沿ってそれなりに努力しているのは立派だと思えますが、描かれているものに代わり映えがしないというのが正直な感想です。描くことを念頭に置いて、日ごろからお米やごはんに関心を持つてみてください。感動場面は意外に身近にあるものです。

さて、小学生の作品は拝見するのが楽しみなほどいつも魅力に富んでいます。特に低学年の児童の作品の多くは今回も元気に溢れ、色も形も勢いが感じられ好ましく思いました。子どもの絵は、想い描く勢いが醸し出す澆刺さが何と言つても一番の魅力です。描きたい気持ち自然に調和を生み出す不思議を覚えずにはいられません。その感性や迫力には心底圧倒される思いがします。その一方で、発達段階から推して見て、いかにも大人びた構図や筆致で描かれた作品の中にはありました。このような作品の多くは説明過剰で描き過ぎの感がありました。今回も迷った挙句に入賞から外す結果となりました。表現というものは、作者の想像力や個性、感性から生まれるものです。自由な想像のないところに楽しさや面白さといったものは恐らく生まれて来ないでしょう。

中学生の作品については、力作も勿論ありましたが概して力不足の感が否めませんでした。テーマに沿って描いてはいますが、一見して手を抜いていると思われる作品があつて至極残念に思います。失礼ながら、作者は恐らく感動のないまま描いているのではないか、そんな

気さえしました。作者が強く描きたいと感じない、思わないまま絵を描いても恐らく佳い作品は生まれては来ないでしょう。絵を描く気構えといったものが伝わつて来ないような作品には魅力を感じません。表現には誠実さが重要です。

各学年とも、上位入賞を果たした作品などからは学年に相応しい誠実さがひしひしと伝わってくるほどの感動を覚えました。制作に向けたひたむきな努力の姿勢に心から拍手を送ります。中学生にはもつともつと力のこもった作品を期待します。

審査の基準については、以下の通りです。確認のため、次に記しておきます。

- ★何を表したかがはっきりしている(テーマの明確化)
- ★個性的で表し方に工夫がみられる(構図や彩色等の工夫)
- ★描くものへの愛情が感じられる(取り組む姿勢)
- ★表現内容が豊かで充実している(結果として表れる)
- ★発達段階にふさわしい表現が見られる

なお、人物の特に顔の描き方に皆さんの多くが戸惑っている様子が伺えました。確かに、目や鼻などは難しいと思えます。苦手だと思つたら自分の気に入った絵等から学べば良いのです。さらに言えば、実物を観察して見えた通り、感じたままを描けばよいのです。小学生の低、中学年の頃はほとんど誰でも抵抗なく描いていたはずですが。

終わりに、本コンクールに応募された小・中学生の皆さんの努力に敬意を表するとともに、ご指導・ご協力を賜りました各学校の先生方に深く感謝申し上げます。また、このコンクールの実施に当たりご尽力いただいた各地区のJAの関係の方々及びJA群馬中央会の皆様のご苦勞に感謝し、審査評といたします。

第41回「ごほん・お米とわたし」

作文・図画コンクール群馬県審査員

作文部門

清水 敏子 元・前橋市立桂萱小学校長

猿谷 端 元・安中市立松井田東中学校長

齋木 雄造 前・水と緑と詩のまち前橋文学館館長
元・前橋市立駒形小学校長

図画部門

井田 健一 公益社団法人二科会会員
群馬県美術会常任理事・県展審査員
元・高崎市立第一中学校長

服部 幸雄 富岡市立富岡中学校長
群馬県造形美術教育研究会会長
公益社団法人二科会会友

第41回「ごはん・お米とわたし」作文・図画 JA別応募数

JA名	作文	図画	計
赤城たちばな	3	5	8
前橋市	1,292	290	1,582
佐波伊勢崎	740	251	991
たかさき	1,100	207	1,307
はぐくみ	171	34	205
たのふじ	221	110	331
上野村	7	2	9
甘楽富岡	144	61	205
碓氷安中	175	29	204

JA名	作文	図画	計
北群渋川	352	27	379
あがつま	3	16	19
孺恋村	4	6	10
利根沼田	369	40	409
にったみどり	631	58	689
太田市	772	154	926
邑楽館林	684	573	1,257
合計	6,668	1,863	8,531

もくじ

● 図画部門

全国コンクール優秀賞作品

群馬県コンクール金賞作品…………… 1

群馬県コンクール金賞作品…………… 3

群馬県コンクール銀賞作品…………… 5

群馬県コンクール銅賞作品…………… 9

● 作文部門

群馬県コンクール金賞作品…………… 14

群馬県コンクール銀賞作品…………… 23

群馬県コンクール銅賞作品…………… 41

● あいさつ…………… 60

● 審査評…………… 61

● 群馬県審査員…………… 65

● JA別応募数…………… 66



耕そう、大地と地域の未来。  JAグループ群馬