

第43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)

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	4
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	10

● 作文部門

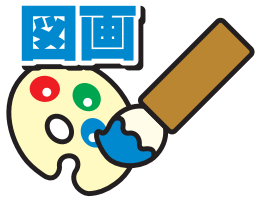
全国コンクール優秀賞作品	
群馬県コンクール金賞作品	14
群馬県コンクール金賞作品	16
群馬県コンクール銀賞作品	23
群馬県コンクール銅賞作品	41

● あいさつ	60
--------	----

● 審査評	61
-------	----

● 群馬県審査員	65
----------	----

● JA別応募数	66
----------	----



全 国コンクール 優秀賞

群馬県コンクール 金 賞

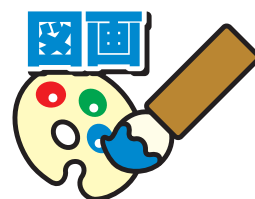


田植え

太田市立葦川西小学校 3年 小林 瑚葉



©ごほんちゃワン



全 国コンクール 優秀賞

群馬県コンクール 金 賞



みんなでえほうまき作り

太田市立蕪川小学校 4年 岡島 悠月



©ごはんちゃん

全 国コンクール 優秀賞

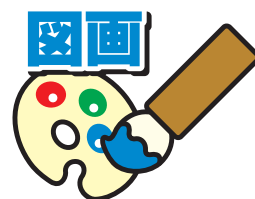
群馬県コンクール 金 賞



©ごはんちゃん

家族の思い出

伊勢崎市立第一中学校 3年 森川 陽南



群馬県コンクール 金賞



いくらごはんとうわたし

前橋市立桃井小学校 2年 廣田 遥

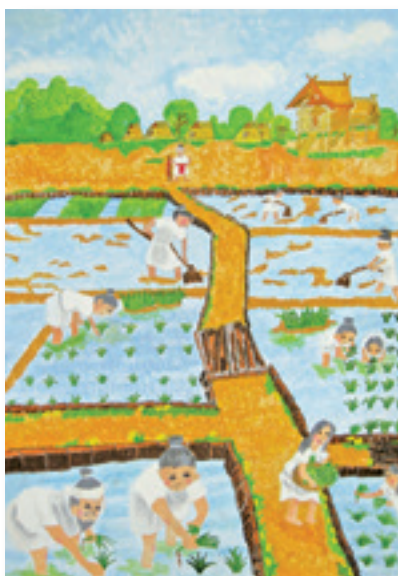
群馬県コンクール 金賞



ぼくとおにいちゃん

板倉町立東小学校 1年 宮崎道大

群馬県コンクール 金賞



弥生から受け継がれる米作り

邑楽町立中野小学校 6年 遠藤愛佳

群馬県コンクール 金賞



海で食べたおいしいおにぎり

前橋市立桃井小学校 5年 松井小紅

群馬県コンクール 金賞



家族で楽しい昼ご飯

高崎市立第一中学校 2年 田中歩実

群馬県コンクール 金賞



おにぎり

伊勢崎市立第二中学校 1年 高橋紗名

群馬県コンクール 銀賞



みんなでなかよくごはん

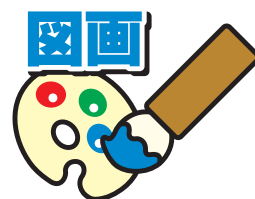
太田市立鳥之郷小学校 1年 坂田侑仁

群馬県コンクール 銀賞



ごはん、だいすき！

大泉町立北小学校 1年 原島鈴奈



群馬県コンクール 銀賞



みんなおにぎり大好き

中之条町立中之条小学校 2年 永井陽翔

群馬県コンクール 銀賞



おにぎり大すき

高崎市立箕輪小学校 2年 岡田緒心

群馬県コンクール 銀賞



給食のごはんおいしいね

伊勢崎市立境剛志小学校 3年 廣瀬紗花

群馬県コンクール 銀賞



家族でおいしいごはん

前橋市立永明小学校 3年 松本紡芸

群馬県コンクール 銀賞



大好き!日本のご飯

千代田町立東小学校 4年 山下部 伶

群馬県コンクール 銀賞



おいしくなあれ!

太田市立宝泉東小学校 4年 半田 詩織

群馬県コンクール 銀賞



わたしのすきなお米

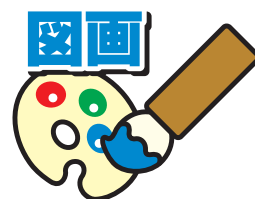
伊勢崎市立殖蓮第二小学校 5年 上野 美結

群馬県コンクール 銀賞

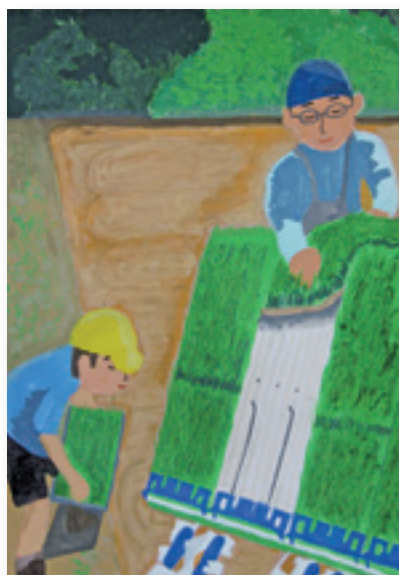


田植え

前橋市立桃川小学校 5年 井田勘三郎



群馬県コンクール 銀賞



田植えの手伝い

高崎市立吉井西小学校 6年 金田瑛士朗

群馬県コンクール 銀賞



お米と私

安中市立安中小学校 6年 宇田川あゆ

群馬県コンクール 銀賞



しっかりお米を食べよう

安中市立第二中学校 1年 萩原徳弥

群馬県コンクール 銀賞



弥生時代に思いを馳せて…。

伊勢崎市立第一中学校 1年 石原楓花

群馬県コンクール 銀賞



家族とごはん

安中市立第二中学校 2年 土屋快晴

群馬県コンクール 銀賞



おいしいご飯であふれる笑顔

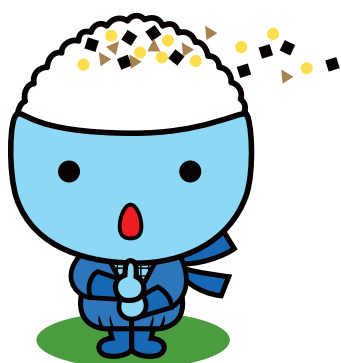
高崎市立塚沢中学校 2年 町田真彩

群馬県コンクール 銀賞



大切なお米

高崎市立第一中学校 3年 竹内美詠



©ごはんちゃん

群馬県コンクール 銅賞



しゃげごはんはおいしい

伊勢崎市立境小学校 1年 匿名

群馬県コンクール 銅賞



いとことわたしパクパクおにぎり

高崎市立中居小学校 1年 田邊 栞奈

群馬県コンクール 銅賞



いつものあさごはん

前橋市立原小学校 2年 高津 夏未

群馬県コンクール 銅賞



ママが作ったおにぎりさいこう!

高崎市立矢中小学校 2年 大沢 歩夢

群馬県コンクール 銅賞



お母さんが作ってくれた
おにぎり大好き!!

前橋市立原小学校 3年 高橋優奈

群馬県コンクール 銅賞



家族で行ったおすし屋さん

高崎市立大類小学校 3年 藏石篤生

群馬県コンクール 銅賞



おにぎりを食べるまでの
リレー

渋川市立長尾小学校 4年 萩原成美

群馬県コンクール 銅賞



おすし屋さん

邑楽町立長柄小学校 4年 伊藤すす

群馬県コンクール 銅賞



わが家の楽しい手まきずし

前橋市立桃川小学校 5年 中里有其

群馬県コンクール 銅賞



チームメイトと食べる
おいしいおにぎり

玉村町立南小学校 5年 新井桔平

群馬県コンクール 銅賞



感謝の米

前橋市立原小学校 6年 宮越美裕斗

群馬県コンクール 銅賞



思いを馳せる初夏の水面

高崎市立岩鼻小学校 6年 高橋 杏

群馬県コンクール 銅賞



幼稚園の遠足

嬭恋村立嬭恋中学校 1年 黒岩美空

群馬県コンクール 銅賞



お母さんのおにぎり大好き

伊勢崎市立第一中学校 1年 トランミユキ

群馬県コンクール 銅賞



エネルギー補給

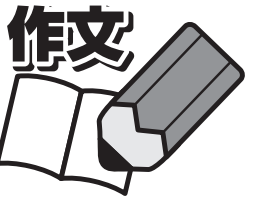
伊勢崎市立第四中学校 2年 関根佑太

群馬県コンクール 銅賞



家族の輪

安中市立第一中学校 2年 吉田翔哉



全国コンクール 優秀賞

群馬県コンクール 金賞

おばあちゃんのおにぎり

高崎市立岩鼻小学校 4年 新井 敢大

「みんなで食べるのいいね。」「ご飯を食べる時、おばあちゃん、いつもぼくに言った。「同じ味だよ。おばあちゃん。」「ぼくが言つと、おばあちゃんは、「そうかい。」「って、笑つた。おばあちゃんのおにぎりは、たき立てアツアツの白ごはんを「ホッホッ。」「って、言いながら丸くにぎる。そして、のりをまいてしょう油をチョンチョンって、つけて食べる。しょう油のついたのりご飯は、すごく美味しいんだ。

ママが仕事でいない土曜日は、おじいちゃんとおばあちゃんと、三人で遠足に行った。公園で遊んでからシートをしいて三人で、すわって食べた。せみのミンミンって声がすくくておばあちゃんの声なんて聞こえないくらいだった。丸い白ご飯おにぎりとういんナーとたまごやきは、いつもおなじメニューだった。「みんなで食べるの美味しいね。」「ぼくが、口いっぱいにおにぎりを入れると、おばあちゃんは、いつも言うんだ。口の中に、入っているから返事できなかったよ。

去年の冬、おばあちゃんは入院した。入院前のおばあちゃん

は、丸い白ご飯おにぎりをぼくに作ってくれたけれど、作ってくれた後自分は食べなくて「ロンって横になっていた。いつもの言葉をおばあちゃんは、言ったけれど、「みんなで食べてないし、おばあちゃん食べてないのに変なの。」「ってぼくは思った。後で、ママから聞いてわかった事だけとおばあちゃんは具合悪くて休みながらじゃないと動けなかった。それでもぼくにおにぎりを作ってくれた。「おばあちゃんのご飯を一番最後に食べたのは敢大だね。」「ママは泣きながら話してくれた。

おばあちゃんは、時々たい院して、ぼくの家に行った。「丸い白ご飯おにぎり、また作つてよ。」「って言つと、おばあちゃんは、「はいよ、わかつたよ。」「って、言ったんだ。

おばあちゃんのご返事は、やる気がない時かできない時だつてぼくは知っている。

五月十一日、おばあちゃんは死んだ。おばあちゃんの丸い白ご飯おにぎりは、もう食べられなくなった。みんなでいっしょに、食べられなくなった。死ぬってもう会えない事なんだ。もうおばあちゃんのご飯は、食べられないって事なんだって思った。お米の中には神様がいるって聞いた。だから残しちゃうけないんだ。おばあちゃんが小さくにぎってくれたのは、小さいぼくが残さないようにだったんだね。

八月十三日は、おぼんつていつて死んだ人が、帰って来る。ぼくは、アツアツの白ごはんを、丸いおにぎりをいれよう。のりをまいて、しょう油をチョンチョンってつけて、食べようと思う。おばあちゃんのおにぎりをみんなで食べようと思う。

全国コンクール 優秀賞

群馬県コンクール 金賞

大きく育て、たくさん実れ

前橋市立富士見中学校 1年

石田 萌葉

「やばい。こんな時間。なんで起こしてくれなかったの。朝練遅れる。」

起きてすぐ食卓へむかった。お母さんがご飯を食卓の上に置いた。いつものご飯だ。急いでご飯をかきこんだ。

「もういいや。行ってきます。」

「ちやんと食べて行きななな。」

お母さんの声を無視して、私はご飯を食べ残して急いで外に飛び出した。

友達といつもの坂道を自転車で登る。汗がじわじわとふきでてくる。朝練に遅れる。必死になって自転車をこいだ。いつものおじさんがいる。

「おぢやん、おぢやん、おぢやん。」

「おぢやん。」

笑顔でおじさんが返してくる。おじさんは毎日汗だくになって、稲を育てている。稲はもう私のももくらいまで大きくなっていた。

そういえば、中学校に入ったばかりの四月の頃は、まわりの

景色なんか目に入らなかった。初めての校舎。初めての友達。

初めての自転車通学。初めての部活動。初めての先輩。中学校生活は、初めてのことばかりでわくわくしていた。早く中学校に慣れようと夢中になっていた。必死に自転車をこいでいた。五月になって、やっとまわりの風景も目に入るようになった。中学校生活にも少しずつ慣れたかな。自転車通学の朝、「代かき」をしているおじさんの姿に気がついた。田植えの準備だ。おじさんとあいさつを交わすようになったのもこの頃だ。でも、その頃になると、私も部活の練習時間もおそくなり、初めてのテストがあったり、中学校での生活もいろいろなことがいそがしくなっていた。友達との帰り道の会話も

「今日も疲れたね。」

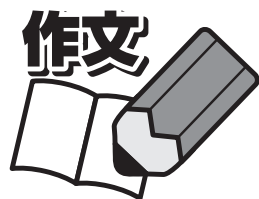
そんな会話が多くなっていた。ゴールデンウィークの頃、おじさんが稲の苗を植えていた。田植えた。稲の苗はまだたよりない。風が少し吹いただけでも飛んでいってしまうそうだった。夕日が田んぼの向こうで空を赤く染めている。とてもきれいだった。その景色を見て「明日もがんばろう」「そんな気持ちになることができた。このたよりなさそうな稲の苗は、私と一緒になのかもしれない。」

「大きく育い。」

心の中でさげんだ。

今、私の目の前で大きく育った稲を見て、そんなことを思い出した。

こうやって長い時間をかけて稲を育てていく。おぢやんが、今朝も一生懸命に稲の世話をしている。おじさんが手塩にかけ



て稲を育てている。小さくたよりのなかつた稲の苗は、今は田んぼにすぎ間がないくらい大きく育っている。風に吹き飛ばされそうだったのに、今は楽しくおどるように風にゆれている。夏には太陽の日差しをたっぷり浴びて、大きくたくましく育っていくのだろう。今年の夏はとも暑けれど、稲たちが成長していくのを見ながら、私もがんばろう。稲たちに負けないように。私も成長できるかな。きつと秋には、たくさんのお米が実っているだろう。

私ははっとした。私が今日食べ残したご飯は、こんなにも時間をかけて育ち、農家の人たちがこんなにも愛情を込めて作っていたのだ。そのお米が私の食卓のご飯になっている。私の今日を元気にするエネルギーになっている。そして、毎朝お母さんが早起きして作ってくれるご飯は、お母さんの愛情がたっぷり入っている。

「明日も一日がんばろうね。」
そんなメッセージが込められているのだ。

だから、明日からは、早起きしよう。そして、残さずゆつくりご飯を食べよう。お米が食べられることに感謝して、お母さんとたくさん話をして、茶わんの中で白くきれいに光るお米を食べ、今日をがんばるエネルギーをもらおう。



©ごはんちゃん

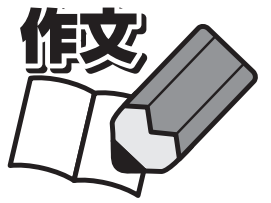
群馬県コンクール金賞

おいしいおこめと
うさぎおにぎり

吉岡町立駒寄小学校 1年 高野 侑加

わたしがはじめてつくったおべんとは、うさぎのかたちのおにぎりです。4さいのときにつくりました。ようちえんは、すいようびがおべんとのおひで、いつもたのしみしていました。つくりかたは、たまたまごはんをすべーんをかたぬぎにいます。うさぎのかたちにして、のりで、はなとめをつくってのせたら、うさぎおにぎりのできあがり。ほっぺは、おはしのさきにつちやつぶをつけて、ちよんちよんします。おべんとは、うさぎおにぎりで、ようちえんにもつくってあげて、おべんとはないかなって、いつもしんぱいでした。おひるのじかにふたをあけると、ここつとしたうさぎおにぎり、わたしをまっています。かわいいうさぎのおにぎりは、いちばんおいしいおにぎりです。おみからちよんとすつたべて、さいごにおおだいにたべていました。たべおわったら、ここつこのなかで「おいしかったよ。おかおをたべちゃってごめね。」とおもっていました。

わたしのおじいちゃんは、おこめをつくっています。かそへにたべさせるために、あつくてもあせをかきながら、がんばっています。8がつ5か、おとなたちが、たんぼのあみはりにい



群馬県コンクール金賞

お米と私

高崎市立北小学校 3年 池田 愛梨

「いっしょに食べますー!」

私は朝ごはんをおなかいっぱい食べて、今日も元気いっぱい学校に向かった。お母さんがお茶わん一ぱいによそってくれた白米を食べた後はやけに調子が良い。

さい近の日本人はごはん派とパン派に大きく分かれているが、私はもっぱらごはん派だ。たまに朝ごはんはんにパンを食べる時もあるけど、ごはんを食べた時とちがつてすぐにおなかがすいてしまい、きゅう食の時間までもたない。だから私は朝おなかがとくにすいている時は

「今日はお米がいいー!」

と朝のあいさつ代わりにお母さんに言う。私は友だちとちがつてごはんだけで食べる。まわりの友だちは、

「ごはんだけで食べても味が無いじゃん。」

と言うが、私は

「お米だけで食べる方がぜったいおいしいー!」
と断言いかす。

お米自身を持っている甘さがやみつきだ。おかずといっしょに食べると、その大好きな甘さがおかずの味にじやま

されてしまう。だからごはんがほかの料理といっしょに出てきた時はごはんとおかずはぜったいにべつべつに食べる。そうするとお母さんは

「ごはんばかり食べていないでおかずもいっしょに食べななす。」

と、よく怒られる。けどごはんだけで食べるという私にとっての幸せはなかなかゆずれない。そこで私はお母さんに、

「なんでごはんだけで食べてはいけないの?」

と聞いたら、お母さんは、

「お料理がなばって作ったんだから。」

私は米のあまりのおいしさにだい事なことをわすれてしまっていた。それは、お母さんが私のためにがんばっておかずを作ってくれているということだ。そのありがたみを忘れずに大好きなお米を味わっていききたい。

群馬県コンクール金賞

うれしくなるおにぎり

富岡市立額部小学校 5年 大井田 佳豊

ぼくは、白いごはんが好きです。ごはんは色々な料理が作れますが、ぼくが一番好きなのは、お母さんが作ってくれるおに

おじです。

今年の夏休みは、お母さんが毎日、お弁当におにぎりを作ってくれます。

お母さんは、早起きして毎日ぼくのお弁当を作っています。

夏休みの間は、家族三人分のお弁当を作ってくれました。お弁当は、夏休みの間だけです。

「ななで、お父さんのはおいしそうなお弁当なのに、ぼくの夏休みのお弁当はおにぎりなんだらう。毎日同じだとあきっちゃうよ。」と愚かっていました。

夏休みのおにぎりのお弁当が始まって一日、二日、三日、四日、五日、五日…。

「あわっっ…毎日おにぎりを食べているのに、あきないなあ。おにぎりおにぎりー」

この間にか、毎日のお昼ごはんが楽しみになっていました。ぼくは、おみへへ心細い時もありましたが、このおにぎりを食べるよ、お母さんのことを思い出して元気になりました。おにぎりには、不思議なパワーがあると感じました。なので、ぼくも自分で作って食べてみました。

「おにぎり。でも…お母さんが作ってくれるおにぎりの方がずっとおいしいなあ。何がうちのかなあ。」

お母さんが毎日作ってくれているすがたを思いつかべながら、考えて考えてみたら、お母さんのおにぎりにあつてぼくのおにぎりにはないものが一つだけありました。それは、愛情でした。

お母さんは、朝早く起きてきたたての熱いごはんをやけどして

そうになりながらも、ぼくのためにがんばって作ってくれました。それに、ぼくたちがあきないように、毎日ちがったおにぎりを作ってくれていたのです。仕事や家事で大変なのに、ぼくのことを思って愛情をたっぷりこめてくれたのです。

ぼくは、そんなお母さんのために感謝の気持ちをこめておにぎりを作りました。

お母さんが喜んでくれるすがたを思いつかべながら、心をこめてにぎりしました。すると、たまたまの熱いごはんもがんばってにぎれました。臭のない真っ白なおにぎりができました。お母さんに食べてもらいました。お母さんはゆっくり味わいながら、「今まで食べた中で一番おいしうよ。」と言ってくれました。ぼくは、とてもうれしくなりました。

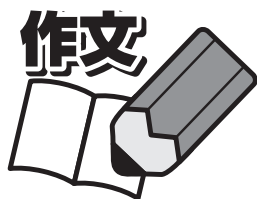
群馬県コンクール金賞

ありがとうの気持ちを心に

館林市立第七小学校 6年 茂木 飛空

ぼくは、食べる事が好きです。一番好きなのは、やっぱり白いうどんです。

今年、異常気象で、ぼくが住んでいる群馬が少なへん、暑い日が続いています。日本各地で、異常気象のせいきょうが



出ています。また、そのような現象は、世界中でもニュースになっています。

ぼくは、そんな天気によって左右されてしまう、大好きなご飯になるお米の事を、大切に育ててくれている、農家の人達に感謝したいと思います。

ぼくの家の周りには、田んぼがいっぱい広がっています。春になると、農家の人が一生けん命に田植えをしています。その風景もきれいで、ぼくは好きです。学校の行き帰り、田んぼをのぞいて見ると、おたまじゃくしやアメンボが、水の中や上を気持ち良さそうに泳いでいます。稲の成長も楽しみだけど、生き物を探すのもワクワクします。稲が成長して、穂になり背丈も伸びて来ます。緑色の景色も、秋頃には黄色になります。その頃には、生き物にも変化があり、バッタを見かけるようになります。ぼくが毎年、毎年、新しいお米を食べられるまでには、そんな季節の変わり目も感じさせてくれます。その間、農家の人達は、おいしいお米が出来るように、愛情をたっぷり注ぎながら育ててくれています。

雨が降らないと、稲も育ちません。でも、降り過ぎてしまってもおいしいお米が育たないのです。太陽の光と恵みの雨、二つの力がぼく達が食べるご飯をおいしくしてくれています。白いご飯が大好きなぼくにとっても、その二つのカプラス、農家の人が、汗水流しながらお米を育ててくれる愛情も大切なのです。西日本では、豪雨により、農作物がダメになってしまっているそうです。野菜や果物、お米もです。農家の人達にとっては、きつと想像も出来ないような災害だったと思います。一年を通

して、色々な事を農作物を育てるために行ってきた事でしよう。ぼくも胸が痛みました。ぼくたちの住んでいるこの町では、今、稲がすくすく育っています。今の所、異常気象による被害は無さそうで、よかったです。ぼくが今年のお米を食べるまで、農家の人達は、まだまだ汗水流し、働いてくれるのです。だから、ぼくは、ご飯を食べる時、いつでも感謝の気持ちを忘れずに、残さず食べるよう心がけて、その日を待っていたと思います。「ありがとう。」

群馬県コンクール金賞

祖母のご飯の秘密

桐生市立新里中学校 2年 小川 綾加

私は祖母のたくご飯が大好きだ。いつも家で食べるご飯よりもなんだか特別でおいしく感じる。なんでこんなにおいしいのだろう、小さい頃、疑問に思った私は祖母に直接きいてみることにした。

「なんでおばあちゃんのたくご飯はこんなにおいしいの？」
「ツがあるの？」

そう聞いても祖母はよくわからないらしい。それから少し考えて、

「お米一粒一粒を大事にするんだよ。」

とこたえてくれた。その頃はそうなんだ、としか思わなかったが、今ではご飯を食べるとき、いつもこの言葉を思い出ししている。

現在、日本では米の消費量が減少していることが問題となっている。それは日本人の食生活の欧米化が進んでいることが原因の一つだ。お米を食べる気分ではないから、パンや麺類を食べたり、昔の日本のように、米を食べることがあたり前だ、という時代ではないため、みんな好きなものをあたり前のように食べている。それは一見、とてもすばらしく便利に見えるが、そんな現在の日本人の生活が日本の農家に大きな打撃を与えているのだ。

私の祖母の生きた時代、それはぜいたくは敵だ、などといわれ、たくさんの死者が出た「戦争」が起きていた時代である。そのころの日本は、食生活の制限がとても厳しく、いもやドングリ、野菜の葉やつるなども食べていたそうだ。そして日本の象徴と言っても過言ではないお米は、配給で決められた量だけ食べられたが、とても量が少なく、満足には食べることができなかったと聞いた。それらを知って私は思った。今の生活はともめぐまれていて、ぜいたくなのだな、と。普段はなんとなく自分の好きなものを食べ、特に何も考えずに肉や野菜、そしてお米を食べている。しかし、それは普通のことではない。祖母に言われた一粒一粒を大事に、という言葉。口では簡単に言

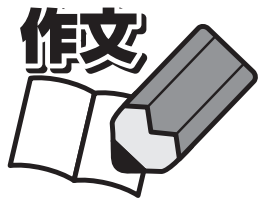
うことができるが、私は本当にそう思う心が大切だと思う。祖母は心からそう思っていたからこそ、祖母のたぐいご飯はあんなにもおいしかったのだろう。

毎日学校で出る給食。出ることがあたり前になってしまっている今では、残すこともあたり前になってしまっている。特にお米についてはそう思うことがとても多い。食べ終わったと言っているのにお茶わんの内側にたくさんのご飯つぶがついている人だってたくさんいる。私も時間がないときは、一粒一粒大事に、という言葉も忘れて、ご飯つぶだらけなのに残してしまふこともある。私をふくめてこのような人がたくさんいると思うと、なんだかとても悲しいし、申し訳ない。

祖母に言われたあの一言で私の考え方は大きく変わった。現在の日本は様々なものが進化し、とても便利になっている。そんな状態にあるからこそ、今を生きている私たちが悪い方向に進めてしまっただけではない。お米を大切に、という心がけで世界がすぐによくなくなるかはわからない。しかし、一人一人が意識すればきっと一歩一歩良い方向へと進んでいくはずだ。これからは食事をするときには、一粒一粒を大事に、ということをお忘れなようにしようと思う。そして、祖母のようにおいしいご飯をたけるようになりたい。



©ごはんちゃん



群馬県コンクール金賞

米づくりを通して学んだ事

桐生市立清流中学校 3年 上岡 紗奈

「とうかんや、とうかんやー。」

秋になると、この元気な掛け声が私の住む町に響いてきます。

この「とうかんや」とは、漢字では「十日夜」と書きます。稲の収穫に感謝し、来年も豊作になりますように、と祈る行事で、わらで作ったわら鉄砲を掛け声に合わせて歌いながら、地面に強く叩きつけます。そして、モグラや害虫を畑から追い払い、田んぼの神様に収穫した米で餅をつき、お供えます。

私の住んでいる町は、稲作をやっている農家や田畑は少なくなつてしまいましたが、地域の高齢者の方々が毎年、五月には田植え教室、九月には稲刈り教室、十月には十日夜、一月には餅つき大会、しめ縄・門松作り教室など、昔の人の知恵や工夫を生かした行事を数多く催してくださっています。私はこれらの行事に幼い時から行っていました。

初めてこれらの行事に参加したのは、幼稚園の年長の時でした。当時は近所の仲の良い友達も年上の子ばかりで、同級生の友達が少なく、「小学生になったらどうしよう…。」と不安でいっぱいでした。

ある日閲覧板で、公民館主催の田植え教室の記事を見つけ、申

し込みをしてみました。行ってみると、そこには違う幼稚園や保育園に通う同級生の人がたくさんいて、私はあつという間に仲良くなれました。

毎年必ずこれらの行事に参加して、気付けば私達は小学六年生になっていました。中学生になると土曜、日曜は部活があるので地域の行事には参加出来なくなってしまうです。だから、六年生は田植えや稲刈り、十日夜が出来る最後の年となります。私達は少し寂しいような気持ちで、最後の十日夜に参加しました。この行事は桐生市でもすっかり有名になっていて、桐生タイムスの記事として私達の写真やインタビューも掲載されていました。

最後となる十日夜は今まで以上の盛り上がりで、地域の方や保護者まで一緒にやっていました。十日夜が終わると、地域の婦人会の方が毎年恒例のおにぎりや豚汁を作って持ってきてくださいました。みんなで近くの小川に行き、仲良く昼食を食べた後、参加者の中で最高学年だった私達が、低学年の人達へのメッセージを伝え、最後の十日夜は終わりました。

私がこれらの行事に参加して良かったな、と思った事が、三つあります。

一つ目は、食べ物があつというありがたさを、自分の目で見て体験した事で、肌で感じられた、という点です。日本は食料自給率が低く、食べ残しのゴミが多いのが社会問題となっていますが、今回の体験で昔のような自給自足を取り入れてみたり、地産地消を心がけたらこの問題の解決に、一歩近づけると思いました。

二つ目は、昔の人の知恵や工夫を直接教えてもらえる、という

ごはん、お米とわたし

川場村立川場小学校 2年 勝田 莉央

らインターネットでかいました。お父さんのねんがんのもちつきのはじまりです。前の日からもち米をあらって、そのまま水につけておきます。つぎの日の朝に、もち米をむします。むしあがったもち米をうすに入れて、きねでつきます。はじめに、お父さんがもち米をきねでおしつぶすようについでいきます。形をととのえながら力いっぱいきねをふりあげてついでいきます。かきせんいで、じゅんばんについでいきます。

「べったん、べったん、べったん。」

ぼくはふつうにつけましたが、弟にはきねがとつてもおもたかったみたいです。つきおわたら一つのまとまりにしてこなをつけてから、かきせんいで小さくちぎって丸めていきます。

つきたてのおもちはほかほかでやわらかくておいしかったです。

おもちつきはとてもたのしかったので、ぼくはまたやりたいなあと思いました。

お父さんはかきくみみなでおもちつきをするゆめがかなってまんぞくそうでした。その日の夜ねる前におふとんに入ってから

「みななへもちつきがひきい、いせわせだつたなあ。」と書いていました。ぼくもそう思っていました。

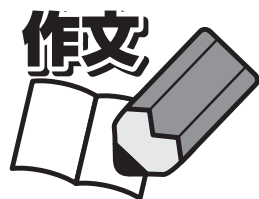
まいにちごはんを作ってくれるおかあさんのおかずやごはんがいちばんおいしいです。そのりゆうは、おかあさんがきちをこめて作っているからだとおもいます。わたしは、おかあさんがまいにちごはんを作ってくれるのが大へんだとおもいました。そのため、わたしは、なつ休みにりょうりのお手伝いをしました。

一つ目は、あさごはんを作ったことです。一ばん大へんだったのはオクラのバターやきであぶらがはねたからです。ほかに作ったものは、たまごやき、ウインナーやき、トマトときゅうりのサラダ、とうふとわかめのおみそ汁です。

その中でも、たまごやきがーばんおいしかったです。わたしが作ったたまごやきを、おかあさんがおいしいといってくれたので、うれしかったです。またあさごはんを作ってみたというおもいました。

二つ目は、はじめてのキャンプでカレーを作ったこととはなごうでごはんをたいたことです。

ナス、パプリカ、マッシュルーム、オクラをあらいました。キャンプ場の水はつめたくて、ひんやりしました。やせいを



切って、なべでいためました。できあがったカレーをきょうだいとおともだちといっしょにたべました。お手つだいをし
て作ったカレーは、とてもおいしかったです。

また、まきでごはんをたいたのは、はじめてでした。うち
わであおぐとけむりのおいがとてもしました。はんごうで
たいたごはんは、とてもおいしくてぜんぶたべました。

これからも、おかさんが大へんなときはお手つだいをし
てみたいです。

また、わたしはかぞくみんなにおいしいといってもらえる
ように、りょうりのお手つだいをがんばりたいです。

群馬県コンクール 銀賞

お米をまもろう！大作せん！！

桐生市立川内小学校

3年

岸

夢愛

「お米・・・おいしいです。」

お母さんが、お米のじょう味きげんがおいしいです。

「おいしい、お米のじょう味きげんが、気になつてくるの。」

「わたしは、お母さんに聞いてみました。」

「最近、あつた日が続いてるから、お米がいたまなつか

心配なんだ。お米のしょう味きげんも短くならないか気になる
し、虫が入つてきたら大へんだからね。だからほんのし方を、
米びつからほかのほうほうにかえた方がいいかなあ、と思つて
て。」

「えっ?!お米ってしょう味きげんがあるの?」

「生麦、生米、生たまごっていう早口言葉があるでしょ。だ
からお米も生もの。肉、魚、野菜、くだものと同じ、生鮮食
品。新鮮なんだよ。だから、しょう味きげんもあるし、ほん
のし方も考えなくちゃいけないんだよ。」

と、お母さんが言いました。

「ええ?!お米って力チ力チして、ピースみたいで、じょうぶ
かなと思つてたのに、お米にしょう味きげんがあるなんて、思
いもなかった。」

と、わたしがおどろきながら言うので、

「カッパはそんなだよ。」

と、にやりとわらつてお母さんが言いました。

それは大へん!!

「お米をまもろう！大作せん!!」

お米のほんほうほうはいくつかあるけど、家では、れいぞ
うごにほんぞんすることになりました。ペットボトルにお米を入れ
て、キャップをしめて、れいぞうごにキレイにならべました。
わたしは、お米がれいぞうごに入っているのが、ふしぎなか
んじがするけれど、お米がまもられていると考えると、なんだか
ほつとしました。お米を長く、大切に、おいしく食べたいです。

群馬県コンクール銀賞

ごはん作り

玉村町立上陽小学校 3年 高橋 一真

ぼくは、夕飯作りを時々手伝います。

「ごはん一真が作るけど、カレーとシチューどっちがいい。」と聞くと、お母さんはカレーと言いました。

お母さんと冷やっこを開けて、カレーの中に入れる具を相談しました。ぼくはゴーヤが好きなので、カレーにゴーヤも入れてみようと思いました。お母さんが

「ゴーヤの苦みとたま芋の甘さは変な味のカレーになるからじゃが芋がいい。」

とお母さんがいいました。玉ねぎを切るのは苦手です。すぐ目が痛くなるからです。今日はサングラスをかけて玉ねぎを切ってみようと思いましたが。

「お母さんがいい。」

お母さんはぼくの顔をみて笑っていました。サングラスをかけてもやっぱり玉ねぎは痛いのとお母さんに切ってもらいました。

カレーを煮ている間にサラダも作りました。レタスをむいていたら白い色をしたガの幼虫がいました。びっくりしてレタスを落としてしまいました。お母さんは悲鳴を上げました。けっ

同サラダはきゅとりだけにしました。

でき上がったカレーをお母さんといっしょに食べておじいちゃんにも分けてあげました。おじいちゃんは「ゴーヤがあんまり好きじゃないけどカレーに入れるとおいしいね。」と喜んでくれました。お母さんは

「このカレーおいしいね。」

と言ってくれました。お父さんは仕事で帰りがおそかったのですが、一真がねた後に食べたけどお母さんが言うまで一真が作った事に気付かなかったそうです。その事を聞いてうれしかったです。次も作ってお父さんをびっくりさせたいです。

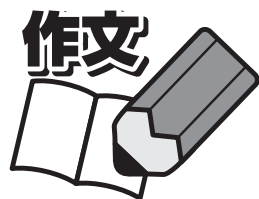
群馬県コンクール銀賞

大すきなお米

渋川市立金島小学校 4年 萩原 朋希

ぼくの家では、お米を作っています。

ひとめぼれという品種をお父さんが作っています。五月の田植えの前に、代かきをしてから、トラクターで田んぼの土をかきまぜます。田植えはお父さんが、機かいでいっきになえを植え



て、機かいで植えられない所は、ぼくとお父さんと、手で植えます。田植えが終わった田んぼは、一面に緑が広がってとてもきれいです。ぼくは、手つたいをしてよかったなと、毎年思います。

田んぼには、いつのまにか、おたまじゃくしが泳ぎ始めます。そしていつのまにか、かえるの合しよがきこえてきます。かえるの合しよが聞こえなくなると、ほが出始めます。運動会が終わったところに、いねかりをします。家族全員でおかけます。働かざる者食うべからずがお父さんの口ぐせです。

みなであせを流して作ったお米は、とてもおいしいです。前橋のおばちゃんも親せきのおじさんもぼくの家のお米がおいしいといっって食べてくれます。

前にキャンプに行ったときお米を持っていろいろなりよう理を作りました。はんごうで、お米をたきました。お父さんが、ごはんのたき方をおしえてくれました。ふたをあけるしゅんかんは、たけるかどうか、ときどきしました。ふたをあけたらピカピカのごはんがたけていました。とてもおいしいカレーライスができました。ぼくは、カレーライスが大すきだけれどはんごうでたいたごはんとみなで作ったカレーは、最高においしかったです。あとパエリアも作りました。大きな鉄なべにお米と魚貝類を入れてたきました。黄色くて少しかためのごはんがぼくは、あまりすきじゃなかったけどみんなは、おいしいといっって食べていました。だからパエリアも大成功だったんだと思います。

ぼくは、朝たきたてのほかほかごはんに、なっとうをのせて食べるのがすきです。学校までたくさん歩くのでごはんをちゃんと食べないと、元気が出ません。ぼくは、ごはんをいっぱい食べるので、お米が家にいっぱいあつてよかったです。

ずっと米作りをつづけてくれた天国のおじいちゃん、今も作ってくれるお父さん、毎朝ごはんをたいてくれるお母さん、ありがとうございます。ぼくも米作りをお父さんとずっとなつづけて行きたいと思います。

群馬県コンクール 銀賞

お米と家族

太田市立生品小学校 4年 木村 祐仁

お米は、ぼくたちの生活に欠かせない物です。昔から大切な食料で、ぼくたちが大きくなるために必要な物です。そんな大切なお米の思い出がぼくにはたくさんあります。

一つ目は、お父さんとせい米に行った事です。茶色だったお米が真っ白になって出てくるのでびっくりしました。また、お米のふくろを初めて持ち上げた時、とても重くて持ち上げられませんでした。今はもうお父さんがしがいたくてふくろのお米を持ってなくなつてきています。ぼくは、ご飯をたくさん食べ

て早く大きくなり、代わりに持ってあげられるようにしたいです。そして、大人になったら親だけでなく、他の人たちの役にも立てるようにご飯をいっぱい食べて力持ちになりたいです。

二つ目は、食事の時にお父さんによく、

「一粒も残すな。」

と言われる事です。そう言われる理由は、世界中にはまずしくてお米が食べられない人がたくさんいるからだと思います。残してむだにすると、そういう人たちに対して悪いからだと思います。また、農家の人たちが一生けん命に育てたお米だから残すと失礼だと思います。これからは、お米を作ってくれる人たちに感しゃして、一粒も残さずに食べたいと思います。

三つ目は、十二月三十日に家族そろって朝早くからおもちを作る事です。おじいちゃんとおばあちゃんがもち米をたいて、それをもちつき機に入れておもちを作ります。おもちになる前のたぎたてのご飯にしょっゆをかけて食べるのも大好きです。出来上がったおもちの中に、あんこを入れてあんこもちにするのをぼくは手伝います。あんこが外にはみだしたり、きれいな形にならない事があり、とてもむずかしいです。次に、おそなえのおもちを作って神だなどにそなえるのを手伝います。残りのおもちは、のしぼうでうすく平らにしてかんそうさせて四角く切ります。そして、お正月におじさんやおばさんやいとこなど親せきの人がいっぱい集まる時にみんなにあげます。みんなが集まり、のりもちやあべかわもちを食べるのがぼくは大好きです。おもちのおかげで親せきの人に会えるのもとてもうれしです。

お米について考えると、家族との思い出が思い出されました。お米は、体を大きくするだけでなく、家族のつながりも強くするものだと思います。

群馬県コンクール 銀賞

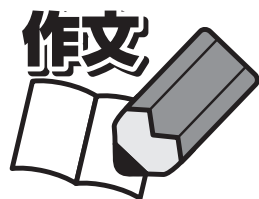
おばあちゃんのお米作り

前橋市立宮城小学校 5年 深町 優月

二年前の稲かりの時、おばあちゃんがこう言いました。

「来年は、お米を作るのをお休みしようかな。」と。ぼくは、おばあちゃんに「じうしてお休みするの？」と聞くと、おばあちゃんは「もう年だから、毎日毎日田んぼの水まわりを見たりするのが大変になって来たからさ。」と言いました。ぼくは、とてもさみしい気持ちになりました。

ぼくは、生まれてからずっと、おじいちゃんとおばあちゃんが作ってくれたお米を食べていました。おじいちゃんが亡くなってからおばあちゃんは、おじいちゃんが残した日記を見てお米を作っていました。ぼくは、その日記を見せてもらいました。その日記には、その年の田んぼをたがやした日、田うえの日、土用干しの日、草かりをした日、水の管理や肥料の量、稲かりの日など、細かく書いてありました。その日記を見てぼく



は、お米を作るのはとても大変なことなんだと感じました。雨の日も台風の日も、日照りが続く日も一日も休まずお米の世話が続きます。ぼくは、おばあちゃんが「大変だからね。」と言った意味がよくわかったような気がします。

そして、ぼくのおばあちゃんは昨年、お米を作るのを休みしました。

昨年の田うえの時期、いつもの年なら水がはられた田んぼにみんなで田うえをして、田んぼいっぱいには苗がうえてあるはずなのに、おばあちゃんの田んぼには草がたくさん生えています。あれはてた田んぼを見てぼくはとても悲しい気持ちになりました。

今年もおばあちゃんは、お米作りをお休みしています。だけど今年は、おばあちゃんの田んぼを知り合いの人にかすことになって、おばあちゃんの田んぼには苗がうえてあります。おばあちゃんが作ったお米ではないけれど、今年はおばあちゃんの田んぼでお米がとれます。おばあちゃんの田んぼに苗がうえてあるのを見て、ぼくはうれしく思いました。

五年生になった今年の六月に学校で田うえをしました。田んぼに入った時、おばあちゃんの田んぼで田うえをした時のことを思い出しました。

来年は、みんなで協力し合ってまたおばあちゃんの田んぼでお米作りができればいいなと思います。

群馬県コンクール 銀賞

一番おいしいご飯

沼田市立井形小学校 5年 峯川 晴

今年の総合のテーマは、お米だった。五月に種をまき、六月に田植えをした。かがんで行うので、こしがいたくなかったけど、高校生に教えてもらいながら、ていねいに植えた。クラスのとめとしてかべ新聞をつくり、クラスで発表した。そしてぼくは、それをきっかけにお米について調べて、昔に比べてお米を食べる量が半分くらいになっていることなどをまとめたかべ新聞を夏休みにもつくった。

この夏、ぼくはインドネシアにあるバリ島に行った。初めて日本以外のお米を食べたのは、飛行機の中だった。日本からバリまでは、七時間くらいかかるので、と中でお弁当が出るのだ。インドネシアのお米は、日本のお米より細長くて、少しかたい感じがした。次の日はバイキングで、ナシゴレンというチャーハンのようなものがあつたので、とって食べてみた。パラパラしていて、とてもおいしかった。でも、ほしでは食べづらい。インドネシアの主食も日本と同じでお米だけど、レストランにはほとんどはしは置いていなかった。大発見だ。ガイドのアモさんにお米が好きか聞くと、「大好き。インドネシア人は、日本人よりたくさんお米を食べるよ。」と言った。ぼくはびっけりして「えー」と言いな

愛情のバトンをつないで

前橋市立下川淵小学校 6年 萩原 陽

私の家の周りには田んぼが広がっている。私はこの田んぼの間を通って毎日、小学校に登校する。青空と雲の模様が映る田んぼも、夕日でオレンジ色に染まる田んぼも、そして雨の中、少し寂しそうな田んぼも私は大好きだ。毎日見るたびに表情が変わる、この美しい田んぼの風景こそが私のふるさとこの姿だ。この美しい田んぼで、愛情をこめて大切に作られたお米がおいしくはないはずがない。私は炊き立てのご飯が一番の好物である。温かいご飯を食べると心まで温かくなる。

しかし今、日本ではお米離れが進んでいるという。手軽に食べることができるパンやパスタの方が好まれ、多く食べられるようになってきているというのだ。お米は、私達が活動するエネルギーの素になる糖質と、健康な体をつくる素になるたんぱく質を多く含む栄養に富んだ食べ物である。このようなご飯を食べないなんて、本当に残念だと私は思う。

五年生の時、私は授業で日本のお米の種類について学んだ。日本には約二七〇種類のお米があり、それぞれのお米には味や食感など、様々な特徴があることが分かった。そして、それぞれのお米の品種を開発するには、十年以上にわたって研究を重

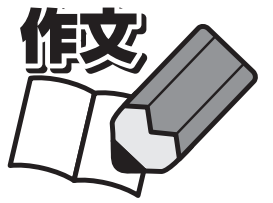
がら、それはぜったいちがはずだと思った。

日本に帰ってきて、空港でごはんぶおにぎりを食べた。あまりのおいしさに声も出せなかった。その時ぼくは気付いた。食べなれているいつものご飯が一番おいしく感じるんだってことに。だからきつと、インドネシアの人は、インドネシアのご飯が一番好きなんだ。

久しぶりに日本のお米を食べることのほかにも、お米のおいしさを感じられる方法がある。それは、自分でご飯を作ること。家族でキャンプに行くとき、火をおこすのはぼくの仕事で、飯ごうでご飯をたく。風が吹いているときには火をつけるのも一苦労。火の加減をして、お米のかたさを調整するのも一苦労。そんな苦労がたくさん積み重なって出来るのがたまたまのおいしいご飯だ。その味は本当に世界一だと思う。いつもは食べるのがおそい妹や弟でも、キャンプの時には「もっと食べる、もっと食べる」と言っていて、白いご飯のまま何ばいもおかわりをすすむほどおいしいのだ。ぼくも、自分でたいたご飯をおいしそうに食べてくれるのでとてもうれしい。

ぼくは気がなつていたことを調べてみた。信じられなかったけど、アモさんが言っていたとおり、インドネシア人が食べるお米の量は日本人のほぼ二倍。中国、インドの次にお米の生産量が多い国だった。

日本だけでなく、インドネシアや、きつと他の国でも、お米が親しまれていることが分かってうれしい気持ちになった。秋に、自分で植えたお米をしゅうかくするのが楽しみだ。自分で育てたお米だったら、きつとますますおいしく感じるはずだ。



ねていることを知り、驚いた。私が生きてきたよりも長い期間、
どれだけの人が携わり、どれだけ大変な思いをして、このお米
を開発したのだろう。そう思うと、私達が何気なく食べている
ご飯は、開発に携わった人達の努力の結晶であるだけでなく、
「もっとおいしいご飯を食べてもらいたい、もっと健康になっ
て欲しい」という願いが詰まった温かい贈り物なのだと思っ
た。
そして、その贈り物を引き継いだ農家の人々は、暑い日も、雨
の日も田んぼに立ち続け、大切に稲を守ってくれている。「大き
くなあれ、おいしくなあれ」と心を込め、ご飯をほおぼる人々
の笑顔を思いながら、大切にお米を育てているのだ。そうして
家庭に届いたお米は、「沢山食べて、元気でいて欲しい」という
思いを込めて家族に調理され、食卓に並ぶ。今、私の目の前に
ある、ふっくらしてつやつやと輝くこのご飯は、沢山の人の知
恵と努力と思いを積み重ね、愛情のバトンをつないでつくられ
てきたものなのである。そう思うと一粒たりともご飯を無駄に
はできない。最後の一粒まで、感謝の気持ちをもって食べなく
てはいけないと心から思った。

今日も私の家の窓から、青々とした田んぼが見える。太陽の
光をいっぱい浴びながら、風が吹くたびに、さわさわと歌を
歌っている。このふるさとの素敵な景色とこの景色が与えてく
れる大きな恵みに育てられた私達には、この風景を守っていく
責任がある。これからもずっと愛情のバトンをつないでいくた
めにも、私達は栄養と愛情の詰まったお米を沢山食べて、健康
を守り、元気な米作り大国日本を盛り上げていかなければいけ
ない。

群馬県コンクール 銀賞

お米がささえてくれる元気

大田市立数塚本町南小学校 6年 橋本 晃英

「いただきます。」

ぼくの家では、毎朝全員そろって朝ご飯をいただきます。そし
て、その食卓の真ん中には必ず、たきたてのおいしいご飯があり
ます。朝食をパン食ですますのはひと月「一、二度くらい」、そ
れも休日の朝だけです。そんなわが家の朝食を、ぼくはいつも日
本人らしくて、そして素晴らしいことと思っています。

ぼくは以前、かぜをひいてひどい高熱を出して、動けないほど
ねこんだことがあります。食欲がぐんと落ちるので、ぐっったり
してしまいます。その日の朝、目を覚ましてぼうつとしていたぼ
くに「何か食べたいものはある。」と母が聞いてくれますが、
まったく頭に浮かんできません。頭は重く、ぼんやりとして考
えることも出来ません。最後に食べた食事は確か半日以上前の
はずなのに、おなかがついているかどうかも分かりません。ふだ
ん食べているご飯を見ただけで、胃がむかむかしました。置いて
きのゼリーも一口食べてみたものの、すぐにもどしてしまっ
ても口にできません。ぼくは仕方なく、水だけ飲んで横になっ
てしまいました。

半日ねこんでお風邪がひいたら、母がおかゆをたいてくれたように

田んぼがくれた宝物

伊勢崎市立宮郷中学校 1年 岩崎 莉音

私の母の実家が新潟で祖父母は新潟でお米を作っている。私は小さい頃から毎年、五月には田植えを十月には稲刈りを手伝いに行っていた。手伝いといっても祖父母の役に立っている事などあまりなく、田んぼで遊んだり見学をしに行っているようなものだった。私が五年生の時、田植えを手伝った後にみんなでご飯を食べていた時、私はおなかがいっぱいになってお茶わんに少しかけご飯を残してしまった。その時祖父に言われた事がとても衝撃だった。

「おまえがお茶わんに残したたった一つぶのお米でも、出来上がって食べれるようになるまで一年間もかかるんだぞー」
 そう言われた私は、残すはずだったお茶わんのご飯をゆつくりと飲んで味わいながら食べた。私にとって一年はとっても長い。こんな小さな米つぶが出来上がるまでに一年もかかるんだと、ご飯を残して捨てようとしていた事を反省した。

それ以来祖父のお米作りの仕事を良く見るようになった。田植えまでの準備に、苗を植えた後の消毒や水の管理、毎日仕事が終わると田んぼを観察しに行く。稲刈りが終わるまでの間、祖父は朝早くから少しでも時間があっても田んぼに行っている。

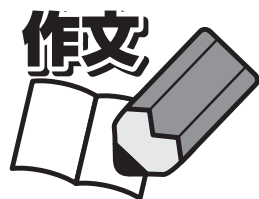
した。お茶碗に少しもり付け、まへら元まで持ってきてくれよ。母が「少しでも食べべらわれそいなものを。」と用意してくれたのです。味付けは塩と梅干しだけ。汁が多いおかゆでしたが、なんだか食べられそうな気がしました。

ほんやりしながらもスプーンですくって食べると、少し冷まっておいて、ぼくは口でできました。「おいしい。ぼくと目が覚めたようになって、ぼくはがつがつとおかゆを完食してしまいました。母が、「オモコにしながらも食べられてよかったね。」と言いました。ぼくは、「オモコって何の事ださう。」と、思わずおぼろげに思いました。

「重湯といて、うすくのはしたおかゆの、その汁気だけを、重病人や赤ちゃんに栄養を付けさせるために食べさせることがあるの。」と母が教えてくれました。ぼくはそのどちらでもありませんでしたので、ぼくは思いました。

それから元気がなくなったぼくは、お米の力について考えました。白いお米は、ふだんのご飯としてたべると、重湯としてつくすくのは、小さな子にも食べさせられるし、おかゆ、そうじや、おじやとして、軽い食事にもなる。おかゆのよいな料理は、外国でもソフットやそばで食べられている。つまり、お米がいろいろな形で調理され、いつもの生活を支えるエネルギーの源として、無くてはならぬ食物なのだ。気がつくました。

体の調子が悪いときも、ぼくの体はおかゆで元気をもらいました。「お米の力です。いんだな。」ぼくは不思議な力に感じました。これからは、朝ご飯には白米をしっかりと食べべらわれたいと思います。



夏休みに新潟へ行った時も田んぼへ行く祖父について車にのせてもらった。五月に植えた小さい小さい苗が、勢い良くしげっている。見わたす限り田んぼで、目の前から遠くの地平線までさえぎるものは何もないまま、緑が続いている。時々南風が吹いた。稲が心地良く風を受けているように見えた。それは、まるで一面に広がるきれいなグリーンのじゅうたんの上を、風が走り抜けていくようなとても素敵な光景だった。

私と祖父は二人で並んで、しばらくそのグリーンのじゅうたんの中にいた。稲のにおい、土のにおい、風のおいそれぞれに私の所にただよってくる。今までこんな風に感じた事などなかったが、祖父がそれに気付かせてくれた。秋にはどんなお米に育つだろう、たくさん収穫出来るだろうか、害虫に食べられないだろうか、日照りや、大雨にやられてしまわないだろうか、グリーンのじゅうたんの中になると、私は自然とそんな事を考えていた。となりにいる祖父の顔を見ると、とても穏やかな顔をしていた。きっと祖父も今、私と同じ事を考えていると思った。

そして、十月の稲刈りの時期に私はまた祖父の所へ手伝いに行った。たくさん実った稲穂が、重そうに頭を下にしておじぎをしている。

「わあ、おじぎー」

私は思わず声を出した。夏にはとてもキレイなグリーンのじゅうたんだったのに、今度はキラキラと輝く黄金のじゅうたんに変わっている。祖父のしているお米を作るという仕事は、とてもすごい事なのだと実感した。

稲刈りが終わり、少したってから祖父から電話がきた。

「今年は、おまえが手伝ってくれたから、お米の品評会で、最高の一等米のランクが付いたぞーありがとな。お米を送るから、食べて味わってくれ。」

と言われた。届いたお米をすぐに食べた。まっ白に炊けたご飯が私のお茶わんの中でキラキラと光って、ゆげを出している。最高に美味しかった。こんなに輝く美味しいお米を、私は残して捨てようとしていたなんて、今では考えられない。スーパーで袋に入ったお米を買って食べているだけでは、こんなふうに思うことも無かっただろう。お米のすばらしさ、お米を作る人のすばらしさを祖父に教えてもらった私は、最高に幸せ者だと思っ。

群馬県コンクール銀賞

特別なお米

前橋市立第一中学校 1年 島田 夢愛

私の家では、特別なお米で炊いたご飯を食べています。もちろん市販の物ではありません。私の特別な米はおじいちゃんが作ってくれたものなのです。

特別だと思っ理由は、いくつもあります。一つは、良い品種

であるという点です。特別なお米は「ひとめぼれ」という世間的にも、有名な品種です。この品種の良さも特別な理由の一つだと思っています。

2つ目は、「はさかけ」という作業をしているという点です。「はさかけ」とは、稲を束にし、はんでにかけて2週間ほど干すという作業です。この作業をすることで美味しさが一段と上がります。しかし、「はさかけ」は手作業なので大変な労力がかかります。そのため、大量生産が目的の市販の物の場合、時間がかかってしまう「はさかけ」をしないで出荷することがほとんどです。だから「はさかけ」をしているおじいちゃんのお米は、他の物よりおいしくて特別なのです。

3つ目は、おじいちゃんが作っているという点です。私はこれが何より特別なんだと思っています。おじいちゃんは、毎日田んぼの様子を見に行つて、水の管理をするなど、様々な作業を行っています。そのおかげで、お米はとってもおいしくなっているのだと、私は思います。以上の3つの理由から私のお米は他の物よりおいしくなっており、特別なんだと思っています。

3つ目の理由が一番の理由だと思つたことがもう一つあります。それは、私が体験したことからです。

小学校の中学年の頃の夏休みに、おじいちゃん家へ行った時と、稲かりを手伝った時のことです。

夏休みのある日、おじいちゃんと田んぼを見に行った時に、私は虫が多く怖くて、車の中でおじいちゃんが作業している所を見ていました。おじいちゃん1人、広い田んぼの中を汗を流

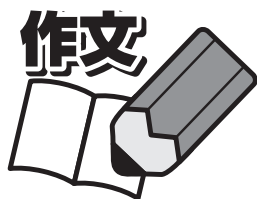
しながら、黙々と雑草を抜くなど作業をしていました。この姿が私の目には、とても格好よく映りました。この時から私は、おじいちゃんがこんなにも一生懸命にお米を育ててくれるから、すつとくおいしいお米になるんだなと強く思いました。そして、おじいちゃんにありがたみを、すつとく感じるようになりました。

この年の稲かりの時に、大変さをとても感じました。機械で稲をかつてからは全部手作業でした。はさかけの作業が意外と難しく、稲アレルギーだと後々判明した私はぼつぼつが体に出来たり、くしゃみが止まらず大変でした。でもこの稲かりのおかげで大変さがわかり、おじいちゃんたちのすつとくさがわかりました。

だから、おじいちゃんが作ってくれたお米が大好きなのです。これからも感謝して、ご飯を1粒も残さずに食べたいと思います。



©ごはんちゃんワン



群馬県コンクール銀賞

幸せな食卓

甘楽町立甘楽中学校 2年 大類 瑞季

笑顔に包まれている食卓は、まさに理想だと思います。家族でおいしいごはんを食べて、家族で笑い合う。そんな食卓が、私は大好きです。

私の家は、七人家族です。その中で、ごはんを作っているのは基本、母と祖母の二人です。お昼は給食で、朝は忙しいので手料理はあまり食べられません。母と祖母の料理が食べられるのは、夜くらいだけですが、とてもおいしいです。「○○食べたい」と言えば、それを作ってくれるし、私の好きなものがあつたら、多く作ってくれたりします。そんな母と祖母の料理が私は大好きです。

ある日、私の好きな人参しりしりを、母が作るというので、作り方を教えてもらいました。人参しりしりは、材料が少なく、工程も少ないので簡単でした。苦労したところは、人参を千切りにするところです。包丁使いに慣れていない私は、大きさがバラバラになったり、太くなったりで、時間がかかってしまいました。母は、

「何回もやればうまくなるよ」

と優しく教えてくれました。「練習すればうまくなるよ」と思

いました。私の作った人参しりしりを夕飯に出して、みんなに食べてもらいました。味付けとか上手にできたか心配でしたが、大丈夫そうでした。祖父は、私が作ったと聞いて、ほめてくれました。家族みんなが「おいしい」と言ってくれて、とてもうれしかったです。喜んでもらえると、「また作りたいな」と思えました。

食事は一人で食べるより、みんなで食べた方が何倍もおいしいとよく聞きます。それは本当だと思います。私は小学校のときに、いくつか習い事をしていました。どれも帰ってくる時間が遅かったので、一人で夕飯を食べていました。テーブルにあるのは、私の分のごはんだけ。部屋にいるのは、私と祖母。ごはんはおいしいけれど、さみしかったです。

中学校に入ってから、習い事は減ったけれど、家に一人でいることが多くなりました。なので、お昼ご飯なんかは一人でした。会話もなく、誰もいなくて、すごくさみしかったです。たしかにごはんはおいしいけれど、なにか物足りないような気がしました。家族みんなで、一つのテーブルを囲むように座って食べるごんは、一人のときより何倍にもおいしく感じました。家族でいろいろな話題が出たり、その日のごはんの話したり、笑顔が絶えません。やっぱり食事は、一人で食べるよりみんなで食べた方が、何倍もおいしいというのは本当なのです。一人で食べると、会話もないし、「ごはんがおいしい」という気持ちを共感できる人がいません。みんなで食べれば、会話も弾んで、「ごはんがおいしい」と気持ちがいっしょになれると思います。気持ちが一つになれなくて、さみしさがなくなるといいと思います。

す。そして、自然と笑顔が増えるのだと思います。

私は、食卓が笑顔で包まれているとき、「私は幸せだな」と思います。大好きな人が作ったおいしいごはんを、大好きな人と食べられることが、どれだけ幸せなことか。私は、家族みんなで食べる夕飯の時間が、笑顔であふれる時間が、一番好きです。母のカレーライスが好き。祖母の肉じゃがが好き。祖父のうどんが好き。家族が作ってくれるごはんは、どれもおいしくて好きです。「これおいしい」と言いつつ、「本当？良かった」とうれしそうな顔をします。私もうれしかったように、作った人にとって「おいしい」は、魔法の言葉だと思います。

「幸せな食卓」という時間を大切にし、幸せな時間を過ごせていることに感謝の気持ちを忘れず、これからも家族と過ごしていきたいと思います。

群馬県コンクール 銀賞

「ごはん・お米とわたし」

高崎市立群馬南中学校 2年

大堀 晴彌

朝起きた時、台所の炊飯器からだだよう炊きたてのごはんの香りが、僕は大好きです。ごはんの香りを嗅ぐと、目が覚めて、今日も一日頑張ろうという気持ちになります。そして、朝ごはん

んを食べるとパワーが出ます。

僕が食べているお米は、祖父母が作った「倉洲産こしひかり」です。倉洲町は、山に囲まれ空気がきれいで、川の水もきれいだから、とってもおいしいお米ができるんだと思います。

環境が良いだけではないと思います。米作りに手間をかけているからだと思います。

「米」という字は、「八十八」と書くんた。米ができるまでに八十八回もの手間がかかるんや。」

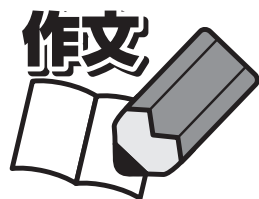
と、祖父が教えてくれました。祖父は、他にもお米についていろんなことを教えてくれました。

昔の田植えは、手作業だったので、腰に負担がかかり、とても大変だったそうです。親戚や近所の人に手伝ってもらったそうです。それでも時間がかかり、大変だったそうです。今は、田植機で行うので、ずい分楽になったそうです。

田植えが終わったら、収穫まで何もしないわけではありません。水の管理が重要だから、毎日田んぼの様子を見に行きます。台風がきた時は、田んぼのことがとても心配になるそうです。台風で増水した川を見に行って行方不明になった人がいるというニュースを見て、そういうことにならないように祖父には、気をつけてほしいです。

「作物を作っていると、会社員と違って、休みがなくて大変だけど、穫れた時の喜びや、うんまいと言って食べてもらえた時の嬉しさがあるから、農業は楽しいぞ。」

と、祖父は言いました。祖父は、農業を始めて七十年になりましたが、とてもやりがいがあるんだなと思いました。



稲刈りをしたら、お米を機械で乾かすのですが、倉淵町では「はんで」と呼ばれる稲掛けに稲を掛け、天日干しをします。このお米を「はんでえ米」と言います。機械で短時間で乾かすより、何日もかけて天日で乾燥させると、お米のうま味と粘りが増して、おいしくなるそうです。一束ずつはんでに掛ける作業はとても重労働なので、今年こそ稲刈りの手伝いに行きたいです。

祖父母は、お米の他に、「トマト、マツタケ、きゅうり、ピーマン」やなす、かぼちゃや人参、みそなどでも作っています。僕の家食卓には、肉と魚と卵以外は、すべて祖父母が作った野菜が並び日もあります。おいしいごはんを、新鮮でおいしい野菜を食べることができるので、僕は、好き嫌いが少ないんだと思います。嫌いな野菜ナンバー1と言われるピーマンも大好きです。

母と二人で食べる日もありますが、父と三人で食べていると、父が、

「いまい、おごころ。」

と、よく言います。母は必ず、

「んたが。」

と、聞きます。その日、母がおすすめの料理をおいしいと言ってもらった時の母の表情は、とてもニコニコしています。若いわねえと言われるより、料理をほめられたほうが嬉しいそうです。食事の時間は、みんなが笑顔になってうれしいから僕は、好きです。

僕の家の朝ごはんは、いつもごはんです。たまにパンですが、パンの時はごはんより早くお腹がすきます。だからごはんはたに

は、パワーがたくさんあるのだと思います。

僕達は、食べ物がないと生きていけません。作物や家畜を育てる人、漁業をする人に感謝しながら、食事をいただきたいと思えます。

サッカーで倒れても、けがをしない強い体を作るために、これからもごはんをしっかり食べて、中学校生活を頑張ります。

群馬県コンクール 銀賞

ありがとう

富岡市立北中学校 3年 島方 花綾

お米。それは私にとってかけがえのない大切なものです。そう思うようになったのはこんなことがあったからです。

私が小学生の時、家で朝ご飯を食べっていると、私に母が「お米を一生懸命作ってくれる人がいるからお米を食べられるんだよ。最後まできれいに食べて食べようね。」と言います。私の持っているお椀を指さしました。その指につられて、自分もっているお椀を見てみると、そこにはたくさんのお米の米粒が。その時の私は、お椀に米粒が張り付いてしまって、とるのが大変だからという理由で最後まで米粒をきちんととらないでいました。今思うととても恥ずかしいですが、その頃の私は食事

をすることに對して、感謝の気持ちなど全く無く、ただ食卓に出てきたものを食べる、というものだけでした。

そんな生活をしていたある日、いつも朝起きると香っていた炊きたての白米の香りとみそ汁の香りがありませんでした。私は母子家庭で、母と祖母に育てられました。そのため、母は忙しく、朝ご飯はいつも祖母が作ってくれていました。しかし、その日は祖母がいなかったのです。私は不安になり、母に「おばあちゃんは何？」と聞くと、母は「体調がよくないみたい。まだ寝ているよ。」と言いました。ただの風邪でしたが、その日私は「祖母が毎日朝ご飯を作ってくれることは当たり前ではないんだ。感謝の気持ちを持たないといけないな。」そう思いました。当たり前のように食べていた、祖母が炊いてくれる美味しいお米、みそ汁は私にとってかけがえのないもので大好きなのだと思いきました。

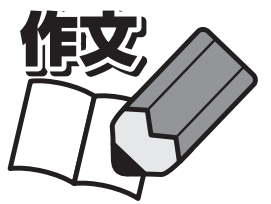
そして、中学校に上がり、部活に入った私は日々の練習を真剣に、一生懸命取り組んでいました。そんな中初めての大会がありました。その日、母にお弁当とおにぎりを作ってもらい、張り切って試合に挑みました。しかし、初めての試合だからか、とても緊張してしまいました。なんとか勝てたものの、ミスをたくさんしてしまい、納得のいく試合ではありませんでした。試合が終わった後、母が作ってくれたおにぎりをほおばりました。とても美味しく、疲れもとれ、緊張も和らいでいきました。すると、次の試合、緊張するのとなく、自分の力を精一杯発揮することができました。結果は負けました。私がおにぎりの力のすごさに感動し、家に

帰るなりすべ「今日はありがとう！お母さんのおにぎりのおかげでいい試合ができたよ！」と母に言いました。すると母は「よかったね。心を込めて作ったからね。」と言ってくれ、私の心はじんわりと温まりました。そして心を込めておにぎりを作ってくれた母の愛情がとてもありがたく感じました。

この小学生の時と中学生になってからの二つの出来事は、私にお米のすばらしさを教えてくれ、また、お米を作ってくれる人に感謝し、いつも朝ご飯やお弁当、おにぎりを作ってくれる祖母や母に「ありがとう」と伝えることの大切さを学ばせてくれました。そしてお米がいつも食べられることは決して当たり前ではないこと、また、お米を作ってくれる人、心を込めてご飯を炊いてくれる祖母、おにぎりを作ってくれる母がいるからこそ、私はお米を美味しく食べられるということを忘れず、これからも感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさまでした」と言っていきたいと思えます。そして、私が将来大人になった時、母や祖母にお米で恩返しをしていきたいと思えます。



©ごほんちゃん



群馬県コンクール銀賞

うちのごはんは世界一

前橋市立富士見中学校 3年

都丸 花風

今年の夏、私は海外研修生として二週間オーストラリアで過ごした。現地には日本食を食べられる店も多く、私もホストファミリーに回転寿司やラーメン屋に連れて行ってもらった。しかし、日本食とは言ってもやはり日本の物とは全く違う物だった。

特にお寿司は美味しいけれどお寿司じゃないな…と別の料理のように感じられた。

私の家では両親と祖父母が米作りして、天日干しのお米を毎日食べている。

今まで普通だと思って食べていたご飯が、オーストラリアで食べたご飯のお陰でどれ程美味しい物なのか実感する事が出来た。

また、野菜の味も全然違う事に私はとても驚いた。普段は母のこだわりで、野菜は料理する直前に収穫する事が多い。採れたての野菜は甘くてとても美味しいので、私は嫌いな野菜はほとんどない。牛乳も両親が酪農をしていて毎日自分の家で搾ったものを飲んでいるので、普段はスパーに並ぶものよりずっと甘くておいしい物を飲んでいる。オーストラリアでは私が普

段いかに美味しい物を飲んでいるか実感できた。日本の食品は本当に美味しいのだ。お菓子も日本の物とは全く違った。帰国し、両親に話す二人とも笑っていた。

そして、日本の食品が美味しくなるのは、真面目で几帳面、研究熱心な国民性だからだと教えてくれた。日本食の「素材の味を生かす味付け」は素材自体が美味しいからこそ出来るのだとその時初めて実感した。

帰国した日の晩、私は母にリクエストしてカレーと豚汁を作ってもらった。甘くてふくらんだご飯に、野菜が沢山溶け出したカレー。具沢山で出汁のしっかり効いた豚汁。久しぶりに食べた我が家の味は本当にほっとする、安心できる味だった。お店で食べるのとも、友人の家で作ってもらうのとも違う。「我が家の味。」私には大好きな「我が家の味」がいくつもある。中でも特別なのが「散らし寿司」だ。つやつやの酢飯に甘じょっぱい具が沢山混ぜられて錦糸玉子や花型の飾り人参などが乗った私のお気に入りメニューだ。

毎年三月三日と何か特別な日には、母が前日から準備を始め作ってくれる。

最近、母は散らし寿司を作る時には必ず私と妹に手伝いを頼むようになった。

私達が手伝わなければいけない程忙しそうに見えない時でも必ず手を貸してほしいと言ったのだ。

弟が遊び半分で手伝いたいと言っているても何故か呼ばれるのは私達だけ。私はその理由を母にたずねてみた。答えは「女の子だから。」といつ一言だった。

しろいごはんとわたし

高崎市立寺尾小学校 1年 田村 友珠

わたしは、しろいごはんが大好きです。とくに、ママがつくるにらたまをごはんのにのせてたべると、さいごうにおいしい。わたしはごはんをたべていると、みんなにいわれることがある。ゆっちゃんすごくおいしそうにたべるね。おばあちゃんにも、ほいくえんのせんせいにも、がつこうのせんせいにも、れすとらんでたまたまとなりですわったおじさんにもいわれた。すこしはずかしいけれど、おいしいとかんじると、しぜんがおにでているよつだ。

わたしには、ゆめがある。それはいつか大人になることだ。わたしのつくったりようりをたべて、みんながえがおになってくれたらすぶくつれつ。うまはまたじゅじゅとじゅじゅとわねなすれど、ママのおてつだいをたたくわんじ、えんきゅうした。いまのむひょうは、おもむきすをひらひらとひらひらした。

わたしのおじいちゃん、かきかたえんぶたのおいめをくついでる。もちろむわたしもおじいちゃんのおいめをもちらって、たべている。おじいちゃんのおいめのおいめなまえは、むいめむえんじつごめだ。おいめへんじつごめ、わたしのかきくみたまむいしだつをくついでる。わたしも、な

私は男だって料理出来た方がいいじゃないか。女だからやらなければならぬなんて不公平だ。私より弟の方が暇そつなのに……。と怒ってしまった。その不満が顔に出てしまったのか、母は、「女の子だから。」の意味を教えてください。桃の節句は女の子の成長を祝う一つの節目である事。昔から桃の節句には散らし寿司を作る習わしがある事。祖母も母に作ってくれた事。母は祖母が作ってくれる散らし寿司が大好きな事。祖母が作った散らし寿司を美味しいと食べる祖父が大好きだった事。私の祖父は私達が生まれる前に亡くなっていて私は会った事が無い。でも同じ味が好きなのだ。母にとって散らし寿司を作る事は私達の成長を祝い、会った事はなくても亡くなった祖父と私達を繋ぐ事なのかもしれないと感じた。三月三日、母はどんなに忙しくても必ず祖母の所へ散らし寿司を届ける。そして「お父さんに上げてあげて。」と仏壇に供えてくれるよつ頼む。

いつか「今年は孫が作ったつておじいちゃんに伝えて」と祖母に渡せるように、今から頑張りたいと思う。その時の母と祖母の嬉ぶ顔が今から楽しみだ。



©ごはんちゃんワン

大すきなごはん

太田市立宝泉小学校 2年 高橋 優互

ぼくは、ごはんが大すきです。ごはんをたべると、げん気が
出てきます。学校のきゅうじょうも大すきです。おごころい
いともおかわりをしています。

お母さんが作る、ふじっごはんも、おべんごとも、おごめ
りも大すきです。妹がのこしたごはんも、ぼくがたべてしま
います。でもぼくは、ごはんをきれいにたべることができません。
ポロポロごぼしたり、ごぼごぼがたたくさんおちゃわんにし
ていたり、ごしごしもお母さんにちゅうごわんごめをいただきます。

「まだ、おわってないよ。あしまわごい。」

お母さんはなんと何度も言います。ごしごしごめをしたあつ、お
母さんのおちゃわんはごしごめをいただきます。

みなかみのおじいちゃんは、ぼくのお母さんが生まれるずつ
と前から、おごめを作っています。お母さんがごしごめをい
かぞくみんなで、おごめを作った話を聞きました。おごめがで
きるまでには、たたくんの作きようがあります。その中でもお
母さんは、おじいちゃんがいねかりをしたあつ、「はつご」と
いうだいのうひなまの、いねをほす作きようが「ばん大へん

だったんだよ」と話してくれました。でもおじいちゃんとい
しょに、田んぼを見に行くのが好きだったそうです。

おじいちゃんはいえにあそびに行く、ぼくは犬のさん歩に
ついていきます。その中で田んぼのちかくをとおります。田
んぼはひろくて、ごしごし大きいです。ごしごし、たたくんのおご
めができて、おいしいごはんになるなんて、ふしぎだなあと
思います。ごしごし、おじいちゃんのお手つたいを試みたい
です。ぼくは、ごはんが大すきです。これからもうつぼいたべたい
です。ごしごし、ごしごしごめをのこす、大せつに
たべたいと思います。

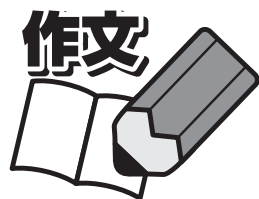
群馬県コンクール銅賞

おいしいお米

高崎市立金古小学校 2年 萩原 真衣

「お母さん、お米がおいしいよ。」

私は夏休みの問題で、ごしごしにかよっています。学校のお飯は
はおべんごです。いつもはママが作ってくれますが、今日、
ママが朝早くごしごしに行ってしまったので、パパがおべんご
を作ってくれました。おべんごごしごしをあげてみて



「わ。」

と思いました。2だんべんとうの上のだんにはキュウリとトマトとウィンナーが入っていました。パパのやいてくれるウィンナーはいつもはカリカリしていて私の好きなかんじです。でも、この日はいそがしかったのか、カリカリしていなくてがっかりしました。トマトも半分に切られていて、ゼリーみたいなななかみが出てしまっていました。下のだんをあけてみると、まっ白のごはんだけが入っていました。お米はツヤツヤしているように見えた。ひと口パクリと食べてみました。ほれいざいが入っているからつめたかったけれど、モチモチしておいしかったです。かむと、あまくかんじました。パパがふりかけを入れてくれたけど、つかわずに食べました。白いごはんだけでもパクパクと食べられて、あつという間に下のだんがなくなっていました。

夜パパに

「おべんとう、ぜんぶたべられたよ。」

と言ったら

「また作ってあげなよ。」

とうれしそうでした。

少し前によんだ本に、ごはんを食べる大切さがかいてありました。お米は、私たちの体と心のエネルギーになり、元気のもとになるそうです。お米の力ってすごいと思いました。

今私たちが食べているお米はうかの人がいっしょうけんめい作ってくれているからです。お米は甘くてモチモチしていました。お米を作っている人にかんしゃです。

群馬県コンクール銅賞

お姉ちゃんのおムライス

前橋市立清里小学校 3年

須田 朱樹乃

わたしは、お姉ちゃんが作ってくれるおムライスが大好きです。とてもおいしいからです。お姉ちゃんが作っているのを見ているのも好きです。そしていっしょに作るのも楽しくて、もっと好きです。

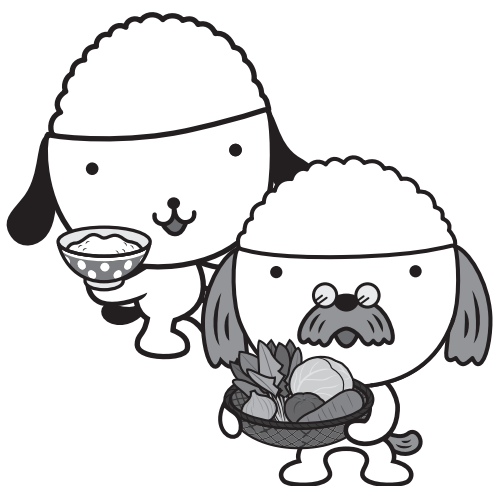
オムライスは、お姉ちゃんと色いろなお話をしながら作ります。オムライスの事も話しますが、学校の事やお友だちの事も話したりします。たくさん話をするのは楽しいです。

白いごはんを小さく切ったやさいと肉を入れて、フライパンでいためます。そこにケチャップを入れると、きれいな赤いごはんになります。ケチャップのにおいもして、おなか、もっとへってきます。次に、たまごをボールにわってからフライパンに入れて、クルクルまぜて丸い形にしてやきます。きれいにやけると黄色いたまごがピカピカして、うれしくなります。ケチャップライスの上に、やけたたまごをのせると、仕上げにお姉ちゃんがケチャップで絵を書いてくれます。わたしの顔や動物を書いてくれるので食べるのがワクワクします。わたしも

時どき書きますが、上手に書けた時は、ほめてもらえるし、少しとく意な気分になります。

□に入れると、たまごとケチャップライスと上にかけてケチャップの味がひとつになって、すごくおいしいです。元気になれる気がします。

お姉ちゃんといっしょに作ったオムライスは、わたしには世界一おいしいオムライスです。わたしのために作ってくれたオムライスは、とくべつです。味もおいしいけど、いっしょにお話したり作ったりする楽しいごはんです。楽しくておいしいごはんです。だから大すぎなごはんです。



©こはんちゃワン

群馬県コンクール銅賞

ぼくの家のお米作り

渋川市立金島小学校 3年 春日 絆

学校へ行く通学路、その道の中にぼくの家の田んぼがあります。

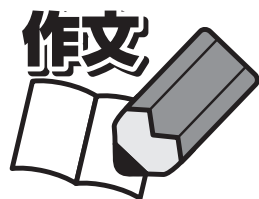
春は小さな野の花がさいて、夏はみどりのじゅうたんになって、秋はナウシカのさいごのシーンみたいな金色になって、冬はとびこみたくなるくらい真っ白になります。

ぼくの家は、春の「田植え」と秋の「いねかり」は家族みんなです。

「田植え」は、お米を作るためのなえを水でいっぱいになった湖みたいな田んぼにきかいでうえていきます。すきまがあった場所に1本ずついねいこうえていきます。

ぼくは、いらなくなったらつたをほいて、たんぼのべんこに入るのが好きです。水はぬるいのにじゅうはひんやりして気持ちよくて、スボスボしながら歩くのが楽しいからです。なにやら、ぶくをよぶこともおいられます。

秋は実をつけて、くびがたれさがったいねをかります。すいとんとおやつをもって、はんでというものほしみたいなものにかけていきます。ぼくは、たばになったいねをおじいちゃんのとっころへはびきます。とっころへはびきたるをしかまねいねびきます。



やうじにだつてくへです。きかいから、つぶになったおこめが
ほんぽんぽんきて、その温かいお米にさわるのが大すきです。
ほくことってお米作りは、家の楽しい行事です。大すきな水
あそびにしろあそび、かえるやとんぼもいるし外でのおちゃや
おやつもおいしいからです。おじいちゃんもおおばあちゃんも、
パパもママもみんないたのしいです。
ほくは、おとなになってもたんぼをやりたいです。
そして春からさだてて、秋にかつたおいしいお米をみんなで
「おいしくね。」ってたべていきたいです。

群馬県コンクール銅賞

「大好きお米！」

前橋市立細井小学校 4年 石川 詩

「いただきますー！」

わたしはようち園のころ、お昼の給食が待ち遠しくてたまり
ませんでした。給食になると、ごはんをモリモリ食べて毎日の
ばいおかわりをしていました。それには先生もとってもびっく
りしていました。そんなおいしくて、ほかほかのごはんを食べ
ると、わたしは、幸せな気持ちになれます。

わたしは、家でも学校でもレストランでも米つぶは一つぶも

のこしません。わたしの家は平日はお父さんがお仕事でいない
事が多いので、休みの日に家族そろってごはんを食べます。楽
しかった話やうれしかった話をみんなでしながら、ごはんを食
べます。ようち園のころ毎日おかわりをしていた話をしてもし
上がる事も何度もありました。お父さんも、お母さんも、

「詩は、ごはんが本当に大好きだね。」

「大好きすぎて、おにぎりみたいな顔になつてるよ。」と言っ
て、わたしも妹もみんなで大わらわらしている夕はんの時間がわ
たしはとても好きです。そして、おいしいごはんを食べられる
のはどうしてか考えてみました。まず、のうかの人がゆつくり
時間をかけて、お米をつくってくれます。給食センターでは、
おいしい給食を作ってくれる人がいます。お母さんは毎日えい
ようバランスを考えたごはんを作ってくれます。お米を買える
のは、朝から夜まで、一生けん命はたらいてくれるお父さんの
おかげです。わたしがおいしいごはんを食べられるのは、たく
さんの人のおかげだなと思うと、ありがとうございますという気持ちにな
りました。そう考えると、今のごはんは、前食べていた、ごは
んよりも、もっともつとおいしく感じます。

わたしが思うお米のいいところは、お米はなんにでもあつと
いうこと。お肉やお魚や、野菜などいろいろなおかずをいっ
しょに、食べられるというところです。お米には、タンパク質
やビタミンがはいっていて、パワーのみなもとになるとお母
さんが言っていました。わたしは小さいころから、お米をたくさ
ん食べています。だから、どんどんせがのびて、いつもクワッ
で一番せが高いです。勉強にも集中できると、運動も好きです。

これもお米のおかげだな。とわたしは思いました。

こうやって考えてみるとお米にはたくさんいろいろなところがあ
ります。体もじょうぶにしてくれるし、楽しい給食や家のごは
んにも、お米はかかせません。そしてなにより、とってもおい
しいです。だからわたしは、お米が大好きです。これからもお
米をたくさん食べたいです。

群馬県コンクール銅賞

お米とおじいちゃん

高崎市立新町第二小学校 4年

田中 杏奈

私の家では、母方のおじいちゃんが玄米から白米に精米機で
ついたてのお米を必要な量だけ、持って来てくれます。

毎日、すくおといのお米を食べられるおじいちゃん、おじいちゃ
んが、精米したお米をじょうごを使ってペットボトルにつづし
かえてくれます。何でわざわざペットボトルに入れているかを
聞いたら、おじいちゃんが、

「お米は、長い間空気に多くふれると、かんそうしたり、お
ん化したり、いやなおいがしたりして、味が落ちるからなる
」。おじいちゃん、

「お米は、まためものかき、運動するのが楽だからね」。

と、笑って教えてくれました。

おじいちゃんのおかげで、毎日、おじいちゃんがお米を食べられ
ているので、いつもありがたいね。と、時々、お母さんと話
をします。

私のお母さんは、海に行く時にはいつも、おじいちゃんのおにぎり
を作ってくれます。ていばんなのが、さけ、こんぶ、うめぼし
の三種類です。

おじいちゃん、一回一回お米もち米でよくおもち
も作ってくれて持ってきてくれます。食べやすい大きめに、
はさみで四角く切って、ほぞんぶくろに入れてくれます。

おもち、お正月や冬に食べる事が多いと思いますが、私の
家では、ふだんのごはんやおやつの時でも食べることがありま
す。

おばあちゃんが

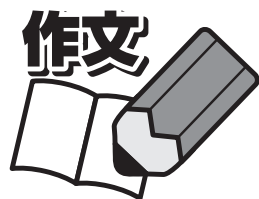
「おもち、昔からお米の持つパワーがこもっていて、長生
きた親せきの人も、毎日おもちを食べていたよ」。

私は、おもちにやチーズが入りたいそべやきが、大好きです。
とくに、大好きなのは、粉もちです。はらもちもいので、朝
食にも食べたりします。

おじいちゃんは、高れいになっても、元気に畑仕事ができる
のは、おいしいお米を食べているからだと思えます。

おじいちゃんは、お母さんの帰りがおそくなった時私の夕飯
をもってきてくれます。その時、

「お米は、まためものかき、」



と聞かれます。そしてなぜか、お米の「つぶつぶを見る」とおじいちゃんの写真がうかんできます。

私は、お米が大好きなので、これから、お米を毎日、毎日、食べつづけたと思います。

群馬県コンクール銅賞

ごはん・お米とわたし

太田市立城西小学校 5年 阿部 隼也

ぼくはお米が大好きです。お米は、自分の体を元気にしてくれます。食事の時にみんなと楽しく食べると、お米がもっとおいしく感じます。お母さんがいつも

「つぶつぶ食べなね。」

とつぶつぶ、ぼくの茶わんに、ぼくを山もりのよもぎをついねれます。ぼくもぼんが大好きでたくさん食べるけど、中学三年生のお兄ちゃんももっとたくさん食べます。お兄ちゃんの茶わんは、ぼくの茶わんの大ききの何倍もあります。その茶わんに山もりのぼんをついも二はは食べます。ぼくも負けずについもおかわりをします。ご飯を食べるたびに

「お兄ちゃんみたいな、大きな茶わんがほしいなあ。」

と、思います。今度ぼんもお母さんに、お兄ちゃんみたいな大き

な茶わんを買ってもらい、今よりもっとたくさん食べて大きくなりたいです。

ぼくは食べるだけではありません。時々、自分でお米をこいだります。お母さんに、

「お米こい。」

と言われ、やる時もあるけれど、自分から

「お母さん、ぼくがお米をこいあげな。」

と言いつやる時もあります。ぼくがお米をこいと言いつ、お母さんは「つぶつぶもつれこいこい。」

「しゅんちゃん、ありがとう。しゅんちゃんにこいでもらう

と、おづつぶぼんがもつとおづつぶなるわ。」

と言いつくねれます。だからぼくは、心の中で、

「おいしくなーれ。」

と、言いながら、お米をとぎます。かまに入れたお米を手でよくまぜてとぎます。水を捨てる時は、一つぶでも多くこぼれないうように、慎重に水を捨てます。四回から五回、それをくり返し、最後にお水を分量だけ入れます。目もりの線を見ながら水を入れるけど、線ぴつたりに入れるのがむずかしい。いつも「大丈夫かなあ。おいしく食べなかなあ。」

と、ドキドキしながらたき上がるのを待っています。すいはんきの「ピーッ、ピーッ」と、できあがった音が鳴ると、早く食べたくなります。少し時間をおいてからふたを開けると、ふわーと湯気が上がりとてもおいしくつです。ぼくはそのままで食べるのも好きだけ、なつつぶぼんが一番好きです。なつつぶのねばねば、白つぶぼんの相性がばつとつです。

はんは体を大きくしてくれろし、じょうぶにしてくれませう。なつとつごはんをたくさん食べて、大好きな野球をがんばりたいわい。

群馬県コンクール銅賞

「お米の不思議な力」

館林市立美園小学校 5年

浦部 柊佑

「朝ごはん、パンとごはんどっちがいい？」お母さんは、そう言った。ぼくは必ず、「ごはんがいい。」と答える。なぜかというところ、ぼくはごはんが大好きで、食べる元気が出てくるからだ。お米には、不思議な力があると思う。

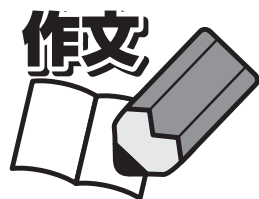
ぼくは、四年生の夏休みに、自転車で転んで右手首を骨折してしまった。その時ぼくは、とても落ちこんでしまって元気がでなかった。しかし、白いごはんはそんなぼくを支えてくれた。右手が使えず、運動もできないので、とても不慣れた生活だったが、おなかですぐと一番に食べたいと思ったのが、白いごはんだった。なれない左手ではしを持って一生けん命食べた。お母さんがおにぎりしてくれることもあった。元気がでない時こそごはんを食べて、自分の中にパワーをつけるのだ。食べると心も体も満たされた。

五年生になって、総合の学習で、稲作体験を行なった。事前学習会では、米の育て方や育てるための機械、精米についてなど、色々な事を教えてもらった。稲作体験当日は、苗をもって、どろの中に一本一本さしていった。最初は、ドロドロしていて気持ちが悪かった。しせいもつらくて、ずっと続けるのは大変だと思った。けれど、少しずつなれてきて、お米が完成することを想像すると、ワクワクした。田んぼを貸してくださった人は、この大変な作業をいつもしている。つまり、一つ一つの米つぶには、育てた人の気持ちがかもっているのだ。そう考えると、稲作体験をする前より、もっとお米の大切さが分かった。お米の不思議な力のみなもとは、こうだった農家の人たちの想いからくるものだと思う。

そんなお米を大事にしない人がいる。まずしくてごはんを食べたくても食べられず、困っている人だっているのに、そまつにあつかってはいけないと思う。ぼくは、茶わんの中の米つぶ一つも残さずに、大切に食べるようにしている。

さらに、ぼくはお米のことをもっと知りたくて、詳しく調べてみた。お米は色々な食品の元になっていて、せんべいやだんご、米酢や日本酒になる。もち米なら、おもちにもなる。お米には、たくさんものに変化することができる不思議な力もあったのだ。

このような体験からお米のすごいところや、大切さがわかった。これからは、お米のありがたみとつくった人の気持ちを考えながら、おいしく食べていこうと思う。



群馬県コンクール銅賞

お米は宝物

千代田町立東小学校 6年 藤井 健太

お米は炭水化物、たんぱく質、脂質、鉄分、カルシウムなどたくさん栄養がふくまれています。茶わん一杯のご飯には一時間以上歩いたり、自転車をこげるエネルギーがあります。また、パンに比べて腹持ちが良いので、給食までおなかがあきにくくなります。これを知ってぼくは毎日たくさんご飯を食べようと思いました。少し前までぼくの弟は米粉を使ったパンやめんを食べていました。小麦アレルギーだったからです。もしお米がなかったら、家族や保育園の友達がパンやめんを食べていても、弟はちがうものを食べてさみしい思いをしていたかも知れません。だから、お米は絶対になくなってほしくありません。

ぼくは五年生の時に田植え体験をしました。その日はとても暑かったので、本当は行きたくなかったです。田んぼに着くと、農家の人は汗を流しながら機械で苗を植えていました。こんな暑い日でも、一生けん命働いている農家の人を見て感動しました。実際にはだして田んぼに入りました。ごろは冷たくてやわらかかったので気持ち良かったです。一本ずつこしをかがめて苗を植えていく作業はとても大変でした。今は機械で行っているけれど、運転するのって大変だと思います。田植えが終わった後、

服が汚れてしまったけど楽しい体験ができて良かったです。

ちようど同じころに、学校でバケツ稲を育てていました。芽出し、種まき、苗の移しかえをしました。先生は大事な作業だと言っていたので、友達と協力して一生けん命取り組みました。夏休みに家に持ち帰って育てました。むずかしかったのは中ほしというバケツの水を全部捨てて、土を乾かすということなんです。この作業を失敗すると稲が育たなくなるそうです。台風がきたら風が当たらないところに移動したり、晴れの日は続いたら土が乾かないように水を入れたりと大変でした。バケツの稲を育てるのがこんなに大変なのだから、農家の人が大きな田んぼでたくさん稲を育てるのは、本当に大変なのだと思います。ぼくたちが育てたバケツ稲はぐんぐん大きくなり、秋には稲かりをしました。そして今年の春に、そのお米を使って、クラスのみんなでカレー作りをしました。自分で作ったお米は、いつも食べているご飯よりおいしく感じました。

ぼくは、お米が宝物だと思います。栄養はたくさんあるし、弟がみんなと同じものを食べることができたのは米粉があったからです。また、ぼくはカレーライスやお寿司が大好きなので、お米がなくなったら悲しいです。これからも農家の人においしいお米を育ててもらい、それを大事に食べたいと思います。

「作る人、食べる人」

大泉町立北小学校 6年 岩崎 未夏

私たち日本人は毎日のようにご飯を食べています。私はご飯が大好きです。

私の父と母は米作りをしています。毎年たくさんのお米がとれます。そのうち九割は出荷して一割は家で食べています。他にも麦やもち米を作っています。父と母はこのように農業をしながらぶつうの仕事もしています。なので、農業がいそがしいシーズンに入ると家に帰ってきて

「〇〇が痛いなー。」

や

「つかれたー。」

とよく言っています。「大変なうだなあ。」といつも感じています。

ですが、いつもどこかいきいきしていると思います。そして、父に米作りをしてほしいなあとにやりがいがあるのか聞いてみました。

「ずっとがんばって作ってきた米ができてそれをしゅうかくするときかなあ。あとは、しゅうかくした米を家族みんなでおいっしょに、おいっしょに言っていたるじぎだなあ。」

と言っていました。

たくさん大変な思いをしたけど、米をしゅうかくしたときのたっせい感と「おいしい。」と喜んで食べている顔がうれしいのだなと思いました。

大変な思いをするけどがんばれるという父や母のことを少しかっこいいなと思います。

学校の給食でもお米が出ます。学校ではみんな私と同じようにおいしそうにお米を食べています。

ですが、給食が終わった後ふとご飯の容器を見ると意外とたくさんのご飯が残っています。

すぐくもつたいたいと思います。

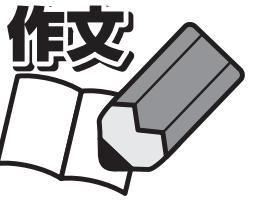
お米は作った人がたくさん時間をかけて大変な思いをして作っています。

私も父や母のおかげで毎日おいしいお米を食べることができています。

なのにその、お米がたくさん食べられずに残っています。お米を作っている人にとっても申しわけないです。

給食のお米もクラスのみんなで全部食べることは難しいと思います。なので私たちはそのお米をその後どうするのか考えることが大切だと思います。

父に話を聞いていろいろなことを考えることができました。これからも作っている人のことを思っているいろいろなことを考えてご飯を食べたいです。



群馬県コンクール銅賞

いはんとぼく

桐生市立新里中学校 1年 井上 士道

炊きたてのごはんは、本当おいしいがします。炊飯器のふたを開ける瞬間、ぼくは炊飯器の上に顔を近づけて、ゆげと匂いをたくさん浴びます。近づきすぎると、やけどをするので危険です。メガネをかけていると、目の前が真っ白になります。でも、とても幸せな気持ちになります。

炊きたてのごはんは卵をかけて食べるのが好きです。それからカレーライスも好きです。焼き魚も、お肉も、たくあんも、チャーハンも、とにかく何でもおいしいのは、本当にすごいと思います。

お弁当を持っていく日、お母さんはいたいおにぎりを作ってくれます。

「おにぎりの中何が入る？」と聞かれた時、

「梅干しが入ります。」
と答えたら、「お母さんは「安めがり」だ」と言っていて笑っていました。もちろん、鮭とか明太子もおいしくて好きだけど、塩むすびは、お米が甘く感じるのでも好きです。

ぼくが毎日の家の手伝いを「米いれ」があげます。ぼくが早く帰っ

て家にいると、時々仕事のお母さんから「いはん炊くおん」と連絡があります。ぼくがごはんを炊くおくと、お母さんがとてもよろこんでくれるし「おいしい」と言ってもいいのでうれいんです。だからお米を研ぐ時は、おいしく炊けるように丁寧にごきます。

ぼくが毎日食べているお米は、おじいちゃんを作ってくれています。だから、お母さんもぼくも、お米を買ったことがあります。ぼくはスーパーのお米のコーナーを見に行った事ありません。この作文を書くころと思った時にふと気になって、スーパーのお米コーナーに行ってみました。お米の値段を見て、

「高い。」

と思わず言ってしまいました。今までも大事に食べてきたけど、これからも大事に食べようと思いました。

5月は、お米の種まきの時期です。ぼくはこの種まきだけは、毎年おじいちゃんの手伝いに行きます。

「昔は今みたいにいい機械もないし、もっとたくさんお米を作っていたから大変だったんだよ。」

と、おじいちゃんが言っていました。今は、育苗箱という箱に専用のスポンジみたいなシートをしていて、その箱を種まき機に通します。ベルトが動いて、育苗箱をゆっくりと移動させながら、まず水がかかってシートをぬらして、その上に種をまいて、土をかけて出てきます。種まきが終わった育苗箱を積み重ねてビニールシートで包み、発芽を待ちます。ぼくが手伝うのは、種まきの簡単なことだけですが、おいしいお米を作る手伝いができるのはうれしいです。

ローマで食べた白米に感激

伊勢崎市立宮郷中学校 1年 深井 絵莉

私は、今年の夏休み、家族で七日間、イタリアに行ってきました。ローマやフィレンツェ、ナポリ、オルビエート、バチカン市国など様々な都市へ行き、素晴らしい建築や芸術、文化に触れとても有意義な時間を過ごすことができました。また、郷土料理でもおいしく、水牛のミルクから作ったモッツアレラチーズや、ズッキーニの花の中にチーズとアンチョビを詰めて揚げたフリットなど、日本ではあまり食べることができないような料理ばかりで、とても新鮮でした。

イタリアでは、お米を使った料理もありました。日本でも食べられているリゾットをはじめ、リゾットを揚げてコロッケにしたアラランチャーニもとてもおいしかったです。

しかし、三日ほど過つと、私は日本の白米が無性に食べたくなりました。目の前にピザやパスタが並んでいても、食欲がありません。

そこで母は、日本から持参したレトルトの白米を、お湯で温め、おにぎりを作ってくれました。中身はしゃけフレクとうめぼしでした。私は、その真っ白なおにぎりが日本で見慣れていたものよりも一層白く輝いて見えました。私の食欲は、一気に増

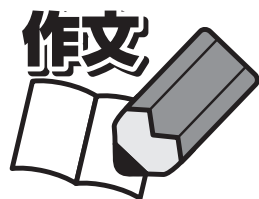
田植えや稲かりは、おじいちゃんが会社を休んですることもあるのですが、あまり手伝わったことはないけれど、たまには手伝ってみたいですね。

秋は新米の季節です。いつ食べてもおいしいおじいちゃんのお米が、びっくりする程おいしい季節です。新米がとれるよ、おじいちゃんの家で新米パーティーをします。炊きあがったごはんのゆげと匂いを浴びに、台所に行きます。新米は、じやつやじやつと真っ白で、本当においしいですね。

みんなでテーブルを囲んで、おじいちゃん作ったお米とおばあちゃんの作った料理を食べます。いつ食べてもおいしいごはんは、みんなで食べるともっとおいしく感じて、ぼくは幸せな気持ちになります。



©ごほんぢゃワン



し、たちまちおにぎり二個を完食しました。決して特別に凝った料理ではないけれど、このシンプルなおいしさに感激しました。

今まで私は、白米を残してしまったり、食べなかつたりするところがありました。しかしローマで食べたおにぎりのおいしさに気づいてから白米の見方が変わりました。たくさんあるのだから少しくらい残しても大丈夫と思っていた白米も、農家の人たちがつぶつぶ大切に育ててきたから残したらいけないと思えるようになったのです。それから私は、最後のつぶまで大切に残さず食べるようになりました。そして、自然と「ちこそつぶまです。」と言えるようになりました。

何百年も前から育てられてきたお米を食べっていると、昔の人と思いが一緒になったような気がしてきます。

今、世界中で和食が健康的でおいしいと評価されていますが、日本の食文化をとても誇らしく感じました。

私はローマで食べたおにぎりの味をきつと一生忘れないと思います。帰国してから、白米にみそ汁、お刺身をじっくりと味わいました。私はこの時、日本人に生まれて本当によかったなと、改めて実感しました。

これから、お米のつぶつぶを大事にしていきたいです。そして、欧米化がもっと進んでいき、白米を食べる機会が少なくなってしまうと考えられる未来にも、白米をあまり食べることはない世界中の人たちにも、この白米のおいしさをそのまま届け、感動をより多くの人たちに味わってほしいです。それには、私たちの世代が、積極的に白米を食べ、後世に継承していかねばならないのではないのでしょうか。

群馬県コンクール銅賞

経験することの大変さ

藤岡市立北中学校 2年 小峯 麻央

私は、パンよりごはんが好きです。なぜなら、私の家では食卓に出ているのがほとんどごはんだからです。そして、ごはんにはいろいろなおかずを合わせることで、おいしさのレパートリーがふえ、とてもおいしくなるからです。

私の家族は、毎年一度、静岡にある親せきの家へ田植えをやりに行きます。私達が田植えの手伝いをする頃には、すでに水がひいてあり、稲を田んぼにうる作業が多いです。通常、群馬県や藤岡では、田植えは六月から梅雨前ぐらいに始まりますが、静岡の家は、地域色で田植えが早く、兼業農家ということもあり、長い休みのゴールデンウィーク中に田植えが始まります。なので、家族みんながそろって、ゴールデンウィーク中に田植えの手伝いに出かけます。

静岡に着くと、優しい親せきの人達が待っています。私と弟はまだ子どもなので、あまりたいしたことはさせられていないのでまだ田植えにあきていません。しかし、お父さんやお母さんは毎年行くと、筋肉痛になって群馬に帰ってきます。そして私は、近くで見ているとすごいな、大変だなと思います。私は少ししか手伝っていませんが、重い稲の苗が入っている箱を何枚

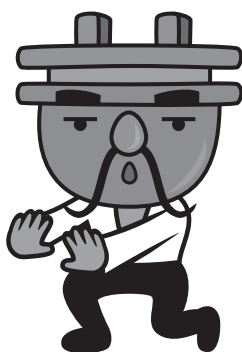
も何十枚も持ち上げ、運んで、それだけでも重労働なのに、あつちやんといっておじさんは楽しいやうな、つらいつらいつら顔をしてお黙々とやっているのを毎年見ます。あつちやんはとても優しく、私と弟を毎回トラクターに乗せてくれ、手伝わせてもらっています。そのあとみんなと田んぼで食べるおにぎりは本当においしんです。

小学校で習った農業と同じ手順ですが、他には使い終わった箱を洗う作業などもあって、思っているよりもはるかにいろいろな作業があり大変です。田植えは楽しい場面もあるけれど、暑い中ずっと体を動かしてすごいと思いました。私の家族は、お父さんの仕事の都合で九月の終わり頃に刈る稲穂の収穫には行けてなくておじいちゃんには「一度は味わったほうがいい。」と言われました。

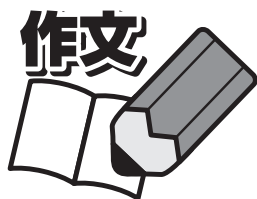
静岡のお米は、御殿産産の「コシヒカリ」で、田んぼの区画整理や農業を辞めてしまう人などがいたり、作る人が減り今は、静岡県内にはしか出回る事がないそうで、県内の人しか食べられていないそうです。なので、とても貴重なお米です。そのお米を親せぎの家からもらって食べている私の家族は、お米に困らず、貴重なお米を食べているとは知らず、今とても幸せなことだと気づきました。私の家の裏には、近所の人の田んぼがあります。裏の田んぼが成長するのを見ると、御殿場の田んぼを思い出します。御殿場へ直接見に行かなくても、裏の田んぼで成長が分かるのでうれしく思います。

毎年行く田植えは経験してみないと分からないことだらけで、ひと家族だけでは田植えや収穫を行うことは大変だとい

うことと、お米を育てるには田んぼの世話も必要だということを知りました。お米の作られる過程を知ったことで、これからはお米を大切に食べていこうと思います。おいしかったごはんがもっとおいしくなることを期待して、毎日の朝・昼・晩のごはんを食べていき、成長する田んぼのお米のように私自身もしっかり成長していきたいと思っています。そして、貴重なお米に対して、「いただきます。」「と」「ごちそうさま。」「を意識して生活していきたいです。



©ごはんちゃん



群馬県コンクール銅賞

「お米、ありがとう」

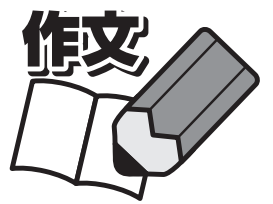
前橋市立粕川中学校 2年 加藤 友暉

「あーもう食べたくない」「きついよ」私は硬式野球のクラブチームに所属しています。私の所属しているチームは、食育講習を聞くほど、食べることに力を入れています。土曜日、日曜日の一日練習では、十時におにぎり二百グラム、お昼には白米七百グラムとおかず、そして三時にもおにぎり二百グラムを食べます。試合の日にも、おにぎり二百グラムを六個持っていきます。小学生の時にはガツガツ食べていたお米も、中学生になってから嫌いになっていました。「なんでこんなに食べなければいけないんだ」と思う自分がありました。しかし、ある日何気なく言っていた監督の言葉が僕の心に突きささりました。「食べられなくて苦しんでいる人もいるのよ、こつやつて食べるのができなくて苦しいのは幸せなことだ」この言葉が僕の気持ちを変えさせてくれました。野球は食べることはとても大切なことであり、体づくりのためにこれだけの量を食べています。将来、野球で活躍するためには、たくさん食べなければいけません。そこで私は今、こんなことを考えてお米を食べています。「これを食べれば試合でヒットを打つことができると」この一口が……と考えるよ、パクパク食べられます。自分の弱さ

にも勝つという意味でも、自分の中で「勝ち飯」と呼んでいます。お米を食べられるということのありがたさに気付いた、もう一つの出来事がありました。それは、去年の中学一年生の時に行われた、「田植え」です。自分は今まで、苗は機械で植えることができるから、簡単だろうと思っていました。ですが、体験したのは手作業でした。苗は列や間隔をきれいに合わせなければいけません。一つ一つ丁寧に心を込めて植えました。終わってみると、とてもきれいに植えられていて、とても達成感がありました。田植えを教えてくださいくださった地域の方々もお褒めの言葉を頂きました。お米を作るのはとても大変な作業なのだと知ることができました。技術の進歩により、機械を使って米づくりなどの農業を行うようになりましたが、昔の人々はこつやつて人の手でお米を作っていたと考えると、「とても大変だな」と思います。

そして、最近、お米を食べられているのは当たり前ではないと感じるようになりました。そう感じている理由の一つに、西日本豪雨災害があります。死者二百人以上に及ぶ甚大な被害を出しました。今もなお、避難所で生活している人たちがいます。そのような人たちは、満足できるくらいのお米はもらっていないと思います。そう考えると、今こつやつてお米を食べられているとこつつことは、当たり前ではないということを改めて実感します。

このようなことを踏まえ、私は最近、今まで以上に心がけていることがあります。それは米粒を一つも残さず食べることです。私は今まで、集めるのが面倒くさいから米粒はいいやと



ちやわんに入れて塩をふって食べてしまつてきてもある。

私は、色々な種類のお米を食べた事がある。新潟の祖父母が食べているこしいぶきやあきたこまち、自分の家で母が買ってくるこしひかりやつがるロマン。そして、親せきのおじさんからお正月にもらった、新発売の新之助。安いものから高いものまで値段は色々あり、調べると、甘いとかさっぱりとかもちもちなど、お米の種類によって味は違つそうだが、私はやっぱり炊きたてのお米なら、どんな種類のお米でも一番おいしいと思う。

私の曾祖父が生きていたとき、曾祖母が田んぼでお米を作っていたそう。曾祖父が亡くなってから、曾祖母はお米を作らなくなったそうだが、畑で色々な野菜を作っていた。毎年夏に遊びに行くが、きゅうりやトマトがとてもおいしかった。私は曾祖母が作っていたお米も、食べてみたかったなと思った。自分でお米を作るといのは、大変そうだが、自分で一から作ったお米だからこそ、買ったお米よりも特別においしいのだろう、特別なのだろーと思つ。

今は、お米を作る農家さんも人が減つてきつてある。それは、若い人が農家に興味がないからではないかと思う。興味があつても大変そう、疲れそうなど手が出しにくいのが現状だ。だから私は、農業の良さ・楽しめることを伝えたい。私が日本の全員に伝える・発信することは限度があるから、まずは周りの人達に伝えていきたい。家族、友達、農業に興味がある人、お米が好きの人など、誰かに伝えることが今私ができる、精一杯のことである。

最後に私の好きなご飯のおかずは、焼いた塩鮭である。焼きたての少し焦げたところと、皮までさくさくの、ぱりぱりしているところや、鮭の身から出る油が特においしい。朝食・夕食のときにご飯と焼いた塩鮭が出ると、特に気分が上がつてうれしい。それと共に汁として豚汁が出ると、そのときのご飯がおいしく楽しく食べられる。

私は、毎日の食事のときに楽しくなれる、楽しくさせてくれるお米を、いつは自分の手で作ってみたい。それを、家族・友達・周りの人達に食べさせてあげたいです。

群馬県コンクール 銅賞

あたり前に感謝

玉村町立玉村中学校 3年 浅香 柚安

私たちは毎日、あたり前のようにご飯を食べている。しかし、今ではあたり前なことも昔はそうでなかったことを知った。それは、祖母からある話を聞いたことがきっかけだった。

かなり前の話ではあるが、小学三年生のときに、戦争について知る宿題がだされたことがあった。それは、インターネットで調べたり、身近な人から話を聞いたりするものだった。私は、戦争体験者である祖母に話を聞いてみることにした。私の頼み

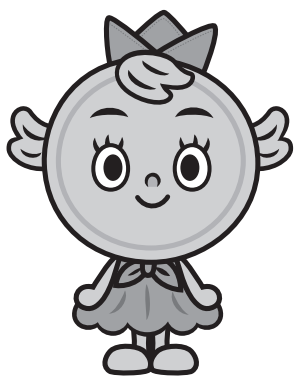
を快く引き受けてくれた祖母が話してくれたのは、食事に関してのことだった。

八人兄妹の末っ子だった祖母は新潟で生まれ育った。米の生産量上位の新潟でも、当時は米など少ししかなく、その少しの米にさつまいもやじゃがいもなどを混ぜて食べていたという。祖母はのご飯が大嫌いで、時々普通の白いご飯が食べられると、とてもうれしかったらしい。八人も兄妹がいるため、食べ物をつばい合いは日常茶飯事だったという。

そんな祖母の話聞いて、今と昔で違うと感じることがいくつかあった。まず一つ目は昔の子供は何か少しでも多くの食料を得ようとしていることだ。今の私たちは、何か食べ物があるかと思えば、近くのスーパーなどに行けばすぐに買える。しかし、戦争当時はそうはいかない。祖母もよく、兄妹と山に行って食料を取ってきたり、米作りの手伝いをしたりしていたという。戦争当時は大人だけでなく、子供も食料を得ることに必死だった。私には一度も食事に関して苦労した経験がない。それはとてもありがたいことなのだと、そのとき改めて感じることができた。二つ目は、昔と今での「米」に対する考え方についてだ。昔の人は満足に米を食べられないこともあり、米は貴重な食料という考えだった。それに対して今現在はどうだろうか。少なくとも昔に比べたら米に対して特別感や貴重だという考えは薄れていると思う。今ではあたり前に食べられるようになったのに、小麦を使ったパンを好む人も多くみられるようになった。調べてみると、実際に日本人の米離れが進んでいることがわかった。国民一人あたりの米の年間消費量は、五十年ほ

ど前がピークで百二十キロ近くあったが、現在は六十キロ以下と半減している。私も私の家族も一緒に住んでいる祖母の影響を受けてか、完全なご飯派だが、もう一度日本人の主食である「米」に対して考えたいと思った。

戦争当時と今では食に対する感じ方も考え方も違う。私の家には一つのルールがある。それは、「必ず家族がそろってから食事をすること」だ。もちろん仕事やそれぞれの用事でそろってできないこともある。しかしそれ以外のときは必ず家族そろって食事をするようにしている。今ではバラバラに食事をする家族も増えていると聞いたことがあるが、私はこの「家族そろっての食事」が好きだ。家族みんなで食べれば、おいしさを共有できているような気がするからだ。これからもこのルールを守り続けていきたいと思う。私たちは毎日、あたり前のようにご飯を食べている。しかし、あたり前だと思っていたそれはあたり前ではなかった。食べ物を得ることに必死だった時代があったということを忘れず、今不自由なくご飯を食べれることに感謝していきたいと思う。



©ごはんちゃん

あいさつ

J A群馬中央会会長

大澤憲一

第43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6,153点、図画部門が1,764点、合計7,917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、お米・ごはん食、稲作など、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。

さて、昨年は度重なる地震や台風などの災害や異常気象により農作物に多大なる被害が出ました。県内でも台風や降雹による農作物への被害が発生しました。また、年末には環太平洋連携協定(T P P I I)が発効し日本の農業をこれまで守っていた関税の引き下げや撤廃、輸入枠の拡大などにより、未知の領域に突入することとなります。また、欧州連合(E U)との経済連携協定(E P A)や、米国との日米貿易物品協定(T A G)交渉など我々生産者の不安は尽きません。J Aグループとしては輸入増加による影響を見極めて、国内農業への影響を極力無くすべく、万全の対策を期すよう、国に求めています。

るところです。

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、私たちにとって非常に大切なものであり、これからも守っていかなければなりません。今回の作品を仕上げるにあたって、自然を大切に作る心、家族を大切に作る心を感じ取り、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。応募作品の中にはご家族が作ったご飯・お米がおいしい、大好きだという作品がたくさんありました。みなさん、ぜひそれを作ってくれた人に声に出して伝えてください。その言葉は料理を作るひとはもちろん、我々生産者の作ってよかった、また作ろうという気持ちに繋がります。

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で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

ごはん、お米は私達の主食であり、心と体を作る大事な食べ物です。そのお米の実る田んぼは、夏は緑、秋は黄金色と大変美しく、農家の方々のご苦労はまことに尊いものです。一方、今年は夏の異常な高温続きと相次ぐ大雨と台風の上陸など、農業にとっても災害の多い年でした。人間の営みと自然の恩恵、脅威について、改めて考えずにはいられません。

そのような中で、今年もたくさんの方が、ごはん・お米とわたしをテーマに作文に取り組みました。寄せられた作品には、ごはんのおいしさや家族のつながり、米作りの大変さや携わる方々への感謝などが素直に綴られています。今年はおにぎりを題材としたものが多くありました。いろいろな種類のおにぎりが作られ、子どもたちが喜んでいることが見てとれます。

ここで、審査を通じて気づいたことをいくつか述べてみましょう。

入賞した作品に共通して見られることは、ごはん、お米と自分との結び付きを、自分の言葉で書いていることです。

体験した事柄を表面的になぞって羅列するだけでは、誰が書いても同じようなものになってしまい、そこに筆者の存在を感じることは困難です。

自分の言葉で書くとは、体験したことや調べたこと、聞いたことなどを自分の中で整理して、自分のこととして書くということです。そこには、他の人では書けない、筆者ならではの

経験に裏付けられた思いや感じ方、考え方がおのずと表現され、読み手の共感を誘い、心を打つのです。

入賞作品をもう一度読んで、筆者の姿や生活を想像してみてください。

題名にも独自性がみられました。

今年は、コンクール名をそのまま表題としたものが少なかったように思います。題名は、主題を表す、いわば作品の顔です。題名によって、書く内容が焦点化され、読み手も興味をもつて読み進めることができます。一読してからもう一度題名に戻り、なるほどと思う作品がいくつかありました。

また、会話を取り入れたたり、視覚や触覚を生かして具体的に描写したりして臨場感のある作品も見受けられました。文の長さや文末表現にも気をつけて、リズムよく書き進めることも大事です。

作文は小手先ではできません。お米と同じで、長い時間の中から生まれるのです。自分をよく見つめ、考える習慣をつけましょう。同時に、それを文字にする言葉の力を養いたいものです。それには読書を勧めます。世界を広げ、言葉の使い方を知ることのできる読書は作文とつながっています。

ごはん、お米に関心をもつことは、生きることに関わる大事なことです。コンクールに応募する折角の機会を大切に、思い存分に書きましょう。そして、書き上がったら、声に出して読むことです。耳から聞くことで、何度も使われている同じ言葉や文末表現のくせ、言葉の整っていないところなどに気づくことができます。

来年もたくさんの方が応募してく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

稲刈りの季節がやってきました。

「そろそろ稲刈りですね。」

「いや、雨ばかり降っていてこまつちゃうよ。三日くらいよい天気が続かないと稲が乾かないので稲刈りができないよ。」

農家の方との会話です。

この時期になるとみなさんから「ごはん・お米とわたし」の作文がたくさん寄せられます。毎年ことですが、みなさんの作文を読ませていただくのがとつても楽しみです。真剣に書かれた作品から、ほほえましい場面やお米への心がこもった思いが伝わってくるからです。また、いつもながらの力作ぞろいで、入賞作品を選ぶのに大変悩みました。どの作品も「ごはん・お米」について真正面から向き合い、自分が感じたことや考えたことが素直に綴られているからです。

こんなにすてきな作品が生まれたのは、みなさんが家族をはじめたくさんの方々との触れ合いを通して、また、さまざまな体験を通して感じたことや気付いたこと、考えたことなどを、自分の言葉で一生懸命に書き表しているからだと思います。

◆各学年を通して、今年の作品からは次のような傾向が見られました。

- ・四年生の作品は、「お米・ごはん」について、家族や米作りをする人々とかかわりの様子がまとめられています。
- ・五年生の作品は、田植えやバケツ稲の栽培、稲作のお手伝い

の様子など、米作りの体験を通して感じたことや考えたこと、お米の大切さに気付いたことなどがまとめられています。

- ・六年生の作品は、米作りの現状や将来への展望など、広い視野に立つてまとめられたものが目につきました。

◆このような作品を読ませていただき、すぐれていると思われる点をいくつか上げてみましょう。

- ・一字一字でいねいに書かれているところです。このような作品からは、みなさんの気持ちがしっかりと伝わってきます。
- ・題名が工夫されているところです。内容が想像できるような題名には興味をそそられて、だれもが読んでみたくなります。
- ・お米のおいしさや食事の楽しさを実感しているところです。笑顔が伝わってくる作品にほっこりさせられました。
- ・田植えや稲刈り、稲作りのお手伝いなどの体験を通して、栽培の大変さを実感したり、お米の大切さや感謝の気持ちに気付いたり考えたりしているところです。

◆ごはん・お米を通して、人々のつながりや笑顔が思い浮かぶ様子が綴られている作品を読んでいると、本当にほほえましく温かな気持ちにさせられます。このように、魅力的な作品がたくさんみられました。次のことも考えてみましょう。

- ・書きたいことがたくさんある中から、特に取り上げたい内容にしぼり、自分の感じたことや考えたことを書いたらどうでしょう。そうすれば、内容もくわしくなり、いつそう読み手の心に届く作品に仕上がると思います。

・カギカッコの使い方に気をつけたらよいと思います。

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などをまとめてみましょう。みなさんからのすてきな作品に出会えるのを楽しみにしています。

作文部門中学校審査評

齋木 雄造

今年の七月、八月は、記録的な猛暑が続きました。また、九月には二つの台風が非常に強い勢力を保ったまま上陸してきました。稲作農家の方々にとっては不安の種が尽きない毎日であったと思います。十月十五日付、水稻の生育概況によりますと、品質・収量は品種によって「平年並みくやや劣る」と群馬県から発表されています。農家の方々のご尽力に心を打たれます。

さて、「ごはん・お米とわたし」の作文に今年も多くのみなさんが取り組みました。自分の思いや考えを作文に書いてまとめるというのは、何を書くのかを決めるだけでも簡単にできることではありません。時間もかかります。それにもかかわらず、今回、みなさんは、一つの「作品」として作文を書き上げたのですから、何よりもその取り組みに心から拍手を送ります。併せて、みなさんの作文を読んで感じたことを、三点、書き記すことにします。

◆書き終えた作文を何度も読み直しましょう。

書き終えた作文を何度も読み直してみると意外な間違いに気付くことができます。

漢字の間違いでは、次のような例が挙げられます。

×急がしい ↓ ○忙しい ×以外な ↓ ○意外な

×情報の発進 ↓ ○情報の発信 ×授助 ↓ 援助

「ら抜き言葉」では、次のような例が挙げられます。

×健康でいれることに ↓ ○健康でいられることに

◆伝えようとした思いや考えが読み取れるか確かめましょう。
作文を書くには、自分の思いや考えを明確にしておかなければなりません。そのためには、普段から物事をよく見つめ、比べたり関連付けたりして考えを深めるよう心掛けることが大切です。また読書や音楽鑑賞、いろいろな体験をすることも大切です。書き終えた作文を読み直し、伝えようとした自分の思いや考えが読み取れるか確かめましょう。

◆構成の工夫など、推敲を重ねましょう。

読み手に興味をもって作文を読み進めてもらい、書き手である自分の思いや考えを的確に読み取ってもらえるようにするためには、文章全体の構成を工夫することが欠かせません。文章全体の構成を工夫するためには、何よりもどのような事柄を取り上げて書けばよいのかを考えなければなりません。そして、取り上げた事柄をどのような順序で、どのように段落を設けて書き進めていけばよいのかを構想しなければなりません。文章全体の設計図を描くのです。その上で書き終えた作文を構成面から読み直してみますと、文章の書き直しが必要になる場合も出てくるはずです。作文を何度も読み直し、推敲を重ねましょう。書き上げた手応えは、まさに格別です。

図画部門小学校・中学校審査評

井田 健一
服部 幸雄

佳い作品というのは、色や形や構図等に特長があり、相当の時間を費やして描いていることが見て取れるものです。テーマに沿って何を描くかを考えることから始まって完成するまでにかかなりの時間がかかります。実は、このような努力が作品に緊張感をもたらすのです。

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を感じられ、緊張感もありました。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。

さて、小学生、特に低学年の児童の作品の多くは今回も元気に溢れ、色や形に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滲刺さが何と言っ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さを感じずにはいられません。

中学生の作品については、力作も何点かありました。概して努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、主題の取り上げ方が安易であったり、一見して手を抜いていると見えたりする作品が多く至極残

念に思います。中学生にはもつともつと力のこもった中学生らしい迫力のある作品を期待します。

審査の目安を参考までに次に記しておきます。

- ★何を表したい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（結果として現れる）
- ★発達段階にふさわしい表現が見られる

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群馬中央会総合企画部の皆様のご苦勞に感謝し、審査講評といたします。

第43回「ごはん・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 元・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43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	9	6	15
前橋市	1,037	204	1,241
佐波伊勢崎	740	284	1,024
たかさき	1,158	170	1,328
はぐくみ	193	26	219
たのふじ	173	82	255
上野村	0	0	0
甘楽富岡	116	15	131
碓氷安中	142	74	216

JA名	作文	図画	計
北群渋川	354	51	405
あがつま	0	8	8
孺恋村	2	65	67
利根沼田	303	35	338
にったみどり	366	41	407
太田市	804	240	1,044
邑楽館林	756	463	1,219
合計	6,153	1,764	7,917



耕そう、大地と地域の未来。  JAグループ群馬