

第 50 回

# ざはし・お米とゆたし

## 作文・图画コンクール 入賞作品集

JA群馬中央会・JAグループ群馬



# もくじ

## ●図画部門

### 全国コンクール優秀賞

### 群馬県コンクール金賞作品

群馬県コンクール金賞作品 ..... 2

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

### 全国コンクール優秀賞

### 群馬県コンクール金賞作品

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 ..... 17

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 ..... 40

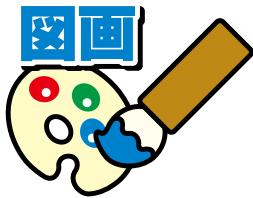
群馬県コンクール銅賞作品 ..... 58

J A別応募数 ..... 58

あいさつ ..... 59

審査評 ..... 60

群馬県審査員 ..... 64



全国コンクール 優秀賞

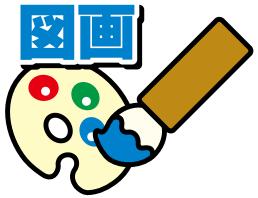
群馬県コンクール 金賞



美しい環境で育つ  
美味しいお米

前橋市立荒牧小学校 6年 宮田茉佳





群馬県コンクール 金賞



お米大すき

高崎市立大類小学校 2年 松原小春

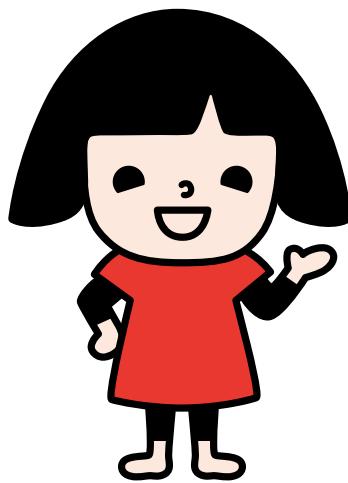
群馬県コンクール 金賞



おにぎりつくったよ

高崎市立南小学校 1年 込山慶

群馬県コンクール 金賞



父ちゃんのお米はうまいぜ

太田市立南小学校 3年 岡崎彪悟

群馬県コンクール 金賞



みんなでいねかり

桐生市立新里中央小学校 4年 水品碧唯

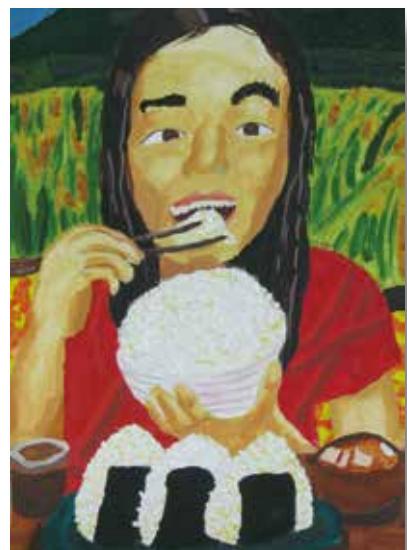
群馬県コンクール 金賞



ごはんお米とわたし

前橋市立元総社中学校 1年 杓井源兜

群馬県コンクール 金賞



努力の結晶

伊勢崎市立境小学校 5年 菊地あかり



群馬県コンクール 金賞



お米に感謝して

みなかみ町立みなかみ中学校 2年 森本和花

群馬県コンクール 金賞



農家さんありがとう

高崎市立第一中学校 3年 田中遼一

群馬県コンクール 銀賞



おいしいお寿し  
いただきます。

ぐんま国際アカデミー初等部 1年 元木さくら

群馬県コンクール 銀賞



おかわり！

前橋市立勝山小学校 1年 島 漣

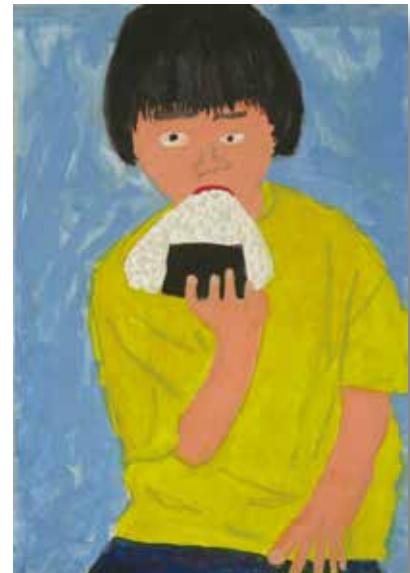
群馬県コンクール 銀賞



家族で楽しくおにぎり

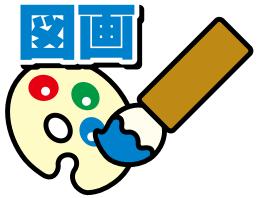
高崎市立北部小学校 2年 矢内大貴

群馬県コンクール 銀賞



大好きなおにぎり

前橋市立勝山小学校 2年 寺口時史



群馬県コンクール 銀賞



おにぎり大好き

太田市立南小学校 3年 高橋あおい

群馬県コンクール 銀賞



おいしいお米をありがとう

伊勢崎市立境剛志小学校 3年 山谷 韶

群馬県コンクール 銀賞



やきおにぎりじけん

高崎市立長野小学校 4年 天野 愛結

群馬県コンクール 銀賞



大好きおにぎり

高崎市立塙沢小学校 4年 上原侑衣太

群馬県コンクール 銀賞



みんな大好き  
おいしいお米で手巻き寿司

伊勢崎市立境小学校 5年 麻生菜々子

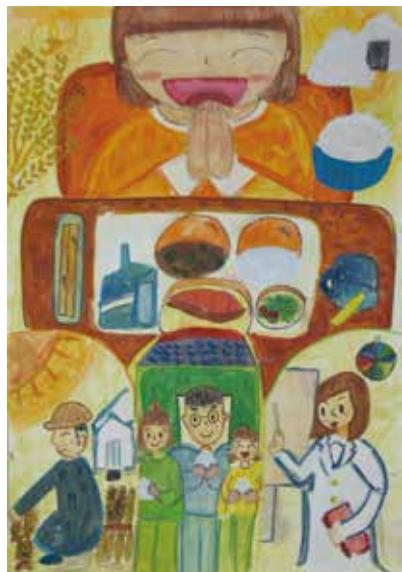
群馬県コンクール 銀賞



田植え体験

前橋市立清里小学校 5年 都丸陽太

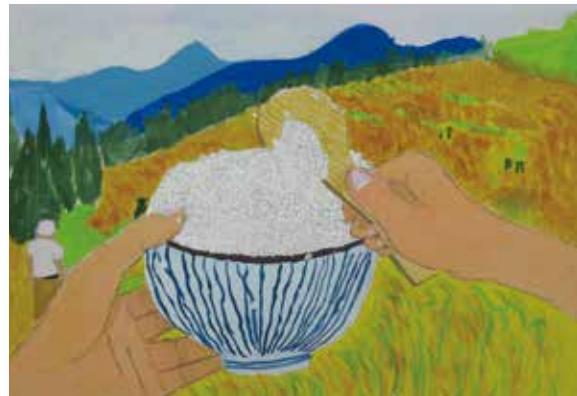
群馬県コンクール 銀賞



一粒一粒に  
みんなの思いがつまってる

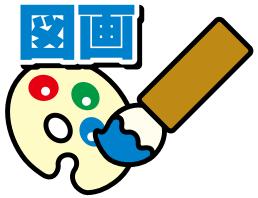
前橋市立城南小学校 6年 江原有咲

群馬県コンクール 銀賞



日本の宝

前橋市立清里小学校 6年 山岸優朔



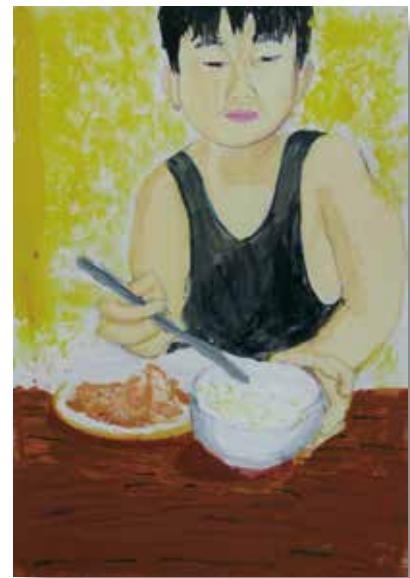
群馬県コンクール 銀賞



感謝をこめて

伊勢崎市立あずま中学校 1年 外谷 唯果

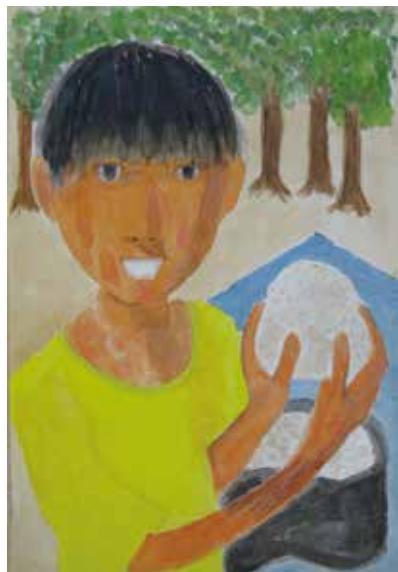
群馬県コンクール 銀賞



美味しい昼食

伊勢崎市立あずま中学校 1年 齋藤 新

群馬県コンクール 銀賞



My best おにぎり

高崎市立吉井中央中学校 2年 松谷龍之介

群馬県コンクール 銀賞



1日の元気が決まる  
朝ごはん

前橋市立桂萱中学校 2年 高橋葉月希

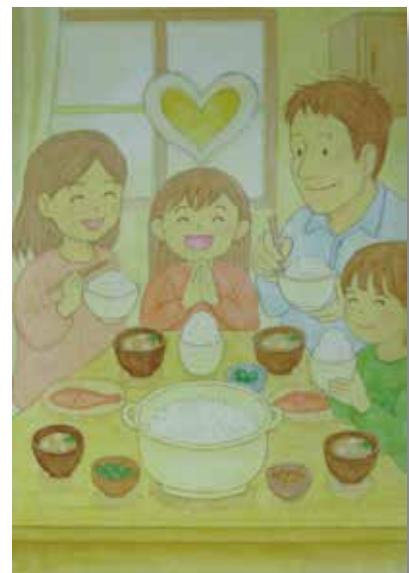
群馬県コンクール 銀賞



だいじに おたべ

高崎市立矢中中学校 3年 三田 茜

群馬県コンクール 銀賞



ごはんがつなぐ、  
家族の笑顔

伊勢崎市立第二中学校 3年 福田彩百合

群馬県コンクール 銀賞



みんなとおこめ

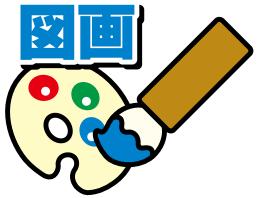
前橋市立荒牧小学校 1年 吉永依央

群馬県コンクール 銀賞



一緒に食べるとおいしいね

前橋市立荒牧小学校 1年 松村心愛



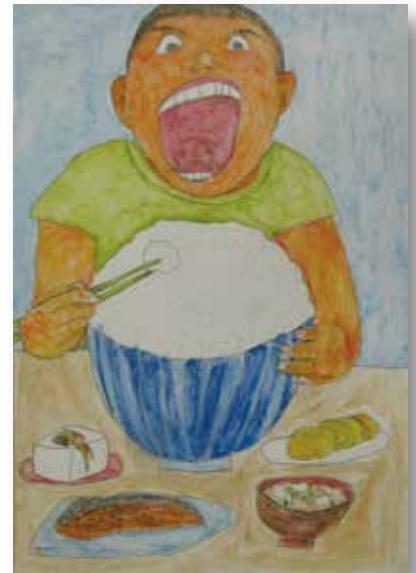
群馬県コンクール 銅賞



川でおにぎりおいしいな

伊勢崎市立境小学校 2年 今野翔太

群馬県コンクール 銅賞



のこさずたべるよ  
おいしいごはん

前橋市立芳賀小学校 2年 福田波瑠

群馬県コンクール 銅賞



みんなでいただきます

太田市立南小学校 3年 斎藤侑初

群馬県コンクール 銅賞



おいしいおにぎり

前橋市立石井小学校 3年 小暮秋奈

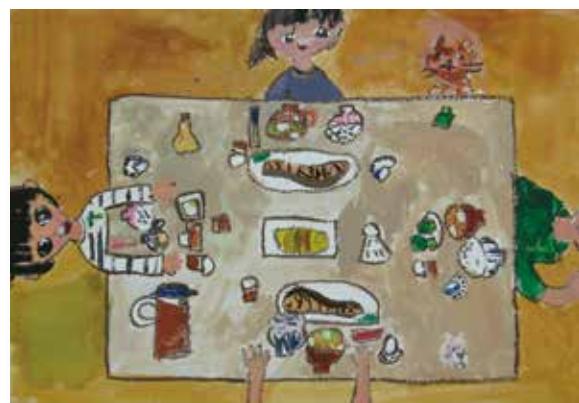
群馬県コンクール 銅賞



おすしとわたし

高崎市立長野小学校 4年 渡辺理乃

群馬県コンクール 銅賞



みんなで朝ご飯

高崎市立塙沢小学校 4年 中嶋鈴乃

群馬県コンクール 銅賞



夕日に照らされる稲

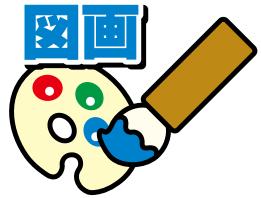
太田市立北の杜学園 5年 吉田陽翔

群馬県コンクール 銅賞



おいしいおにぎり

安中市立安中小学校 5年 油井柊磨



群馬県コンクール 銅賞



ごはんは力

高崎市立長野小学校 6年 渡辺 晴翔

群馬県コンクール 銅賞



私の元気の源・おにぎり

前橋市立石井小学校 6年 須田 紗良

群馬県コンクール 銅賞



おばあちゃんと  
一緒に作ったおにぎり

伊勢崎市立あずま中学校 1年 宮内 心

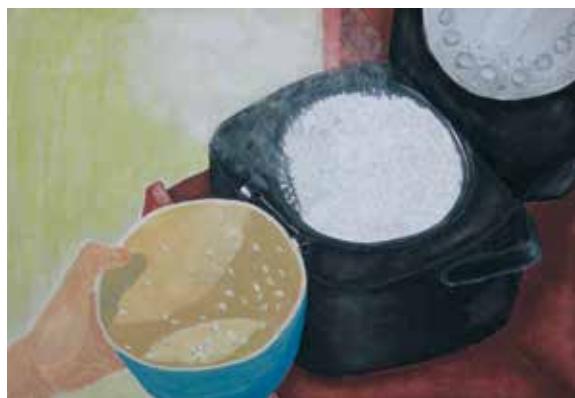
群馬県コンクール 銅賞



お米と女の子

伊勢崎市立あずま中学校 1年 重田 七海

群馬県コンクール 銅賞



「おかわり。」

伊勢崎市立第四中学校 2年 千木 良凪

群馬県コンクール 銅賞



ごはんお米とわたし

伊勢崎市立第四中学校 2年 入澤 勇氣

群馬県コンクール 銅賞



キレイな米

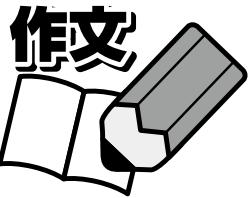
沼田市立沼田東中学校 3年 堤 楓 賀

群馬県コンクール 銅賞



大盛ごはんと一枚のお肉

伊勢崎市立第二中学校 3年 安西郷 将



## 全国コンクール 優秀賞

## 群馬県コンクール 金賞

# かべくばん

高崎市立北部小学校 1年 静野 湊斗

あやめやね、うなぎのくわいのこかじよどわれねこ  
もした。こつわせ、ほくび、ねじりやくねかあわせのやえに  
こじたぐるにくんだなとねやつしこねび、ねかあわせがひこ  
わぬねやうをもつしもつた。

「なにいだ。」

ねひのなかに、こねいとねひつたものがはうつこいせ  
くせういへつこもつた。  
「ねはせ」はそせつうつうぬだよ。もよかうあかねや  
くわじせとたぐるよ。」

と、おかあわせがこらもつた。おかあせが、じはこをねひ  
にこたぐわせと、ねひいとせうへつたかねをつもつたが、  
じはつとのみじとじくわせすつこもつた。

「せくわたぐわせた。」

かぶらーとすくいしじめししながりたぐわせのひ、わらわ  
なぐわせうつしょくわぬじわやくじたぐしらののかわい  
くわい、なんだかうれしかつたです。

ねのわかく、かわくみとんだじはとたぐわよひにこなつまつ  
た。ねじのじのじせても、とくにかうつたつじこなつしやわ

※作文作品は原文のまま掲載。誤りか間違った字を本音で書いた。

いかじせこ」なつて、こまはせくとねなじりはんをたべぬよ  
にこなつもつた。くかこくせこに、じせんをいれてがんばつて  
たべしるかねこくねくわい。ねここねつてこいながらもり  
もつたべぬおとせん。ねこつこじせこをつべつてくれしてみん  
なじめじめだらじめうかとせんがいたぐわおかあさん。よ  
にこじだべぬじせこせ、れんじんでたべぬとせんもたのしへ  
て、といやにわやかになりもつた。ぼくは、たべかたのせんば  
じだかうおじのむしめこになむりにたべるのはすいしき  
えいめいわいわくわくめくわく、みんなどわいこながりはなしな  
がいたぐわじせこせやくせつねじこです。

## 全国コンクール 優秀賞

## 群馬県コンクール 金賞

# お米のワクワクとホカホカ

高崎市立機部小学校 5年 池田 陽葵

私は、五年生になつて総合の授業で、クラスのみんなで稻を  
育て、米作りの実験をしてます。春に代かきや田植えの体験  
をして、稻の成長を觀察しながら、おこしお米がたくさんし  
ゅうかくでめぐらひとび、つくりつくしながり育ててます。ち  
みび、園休みのあゆ日、近くの田んぼにこたおじさんか、

「せ、れ、い、るやにどんぐりの米つぶができるか知つて  
るか? ほーい、回るとか取つて数えてじぶんで。おお、このふ  
わせこつせこつこしてな。」

と瓶をかせて、二ふせ持たせてくれました。私はそれを持つ  
て帰つて、一ふせあつてどうをばらしき数えしめました。やつた  
ひ、一ふせのふせは四十一つぶ、やつた一ふせ四十一つぶ。最後に、  
おじやくがいのふせはこつぱこつこしめんと書いたふせには、  
なとじ四八十六つぶも実つていました。私は、あの一本の細い  
稻に、田つぶ以上の、しかも最後に数えたふせには四八十多  
のつぶが実るなど、びっくりしました。やつて、おじやくは、  
もう一つ面白に話をしてくれました。

「ひなつ回十なんじでれあ、ひいからねれが作つての田つぼだ  
けじ、田つぼに住む生き物がちがつんだよ。不思議だい  
あ。」

と聞くのです。この器は容器に、田つぼの水をすくへしめる  
と、小さな黒い生物が、わよたかよん、ふかふか、すうすう動  
いてくるのがみえました。ひとくじの水の中に、思つたよ  
うに生物がいて、なんだか樂しくなつて、ずっと見つめ  
てしまひました。本当にじなりになつてこる田つぼなのに、  
なんで住んでる生き物にちがひがあるのか不思議です。せつ  
と、好きな土とか、食べ物がちがうのかな。なんだかまた、調  
べたくなりました。

五年生になつてから一つ体験したことあります。それは林  
間学校です。その体験学習の時、名はんでカレーライスを作る  
ことになつて、おきわつをして、火起しをして、初めて  
飯づくり飯をたきました。その時、出来上がつたじ飯がとて

もホカホカして、ほんわかあまくてとてもおこしかったけました。  
私は、飯づくりでたいたじ飯がこんなにおいしかったと感動して、  
この時のおこしかがわからぬせん。ふだんすこい飯器でたい  
じるに飯もねこしこけど、飯づくりでたいたじ飯の味は、特別  
でした。当然の中で、みんなと食べねじ飯つしやつぱつおいし  
いなと感つました。今度、キャンプなどをする機会があつたら、  
また飯づくり飯をたいで、みんなで笑いながらいっぽい食べ  
たいなと感ります。

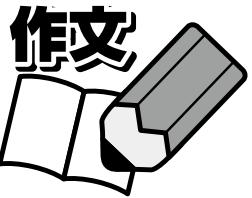
今回、米作りの勉強をしていて、実際作りこむ人と話す機  
会があつて、そして、飯づくりでたいたわすれられないおいしい  
じ飯を食べて、一生かん命育つたお米一つぶ一つぶを大事に食  
べてこましたと感つました。

全国コンクール 優秀賞  
群馬県コンクール 金賞

## お米のある日常

伊勢崎市立田つ葉学園中等教育学校 3年 岡田 咲希

私は田地とともに育めぬ、大のお米好きである。もはやいの世  
で一番好きな食べ物といつても過言ではないかもしない。お  
米は本当に最高の食べ物だと、私はつづいて感想。そのままで



食べてもほんのり甘くて美味しい。おかずと一緒に食べても美味しい。それでいて、おにぎりやお寿司、カレーライスやチャーハン、オムライスやドリアなど、お米を使った料理のバリエーションも豊富だから、毎日飽きないとなおお米の美味しさを味わうことができる。あの素晴らしいお米。こんなにも素晴らしいことができる。あの素晴らしいお米。こんなにも素晴らしいお米を日々食べることから生まれる日本に生まれた私は幸せ者だと思う。

そんなお米好きな私だが、特に好きなお米料理は、ホワイトクリームソースのドリアだ。元ショットである私の祖父の得意料理で、私が長期休みに祖父母の家へ遊びに行くと、祖父は腕をふるつて私に振る舞ってくれるのだ。チーズときのこの香味がぎゅっとつまつたホワイトクリームソースは、優しい甘そのお米と相性抜群で至高の美味しさだ。熱々なつたドリアを頬張りながら祖父と話に花を咲かせるひとは、数少ない私の楽しみである。このように私にとってお米とは、人生に欠かせないといつてもよい存在である。

しかし現在、そんなお米が大きな危機にひっこんでいる。美味しいお米の裏側には、様々な課題が山積みなのだ。

そのことを知ったきっかけは、ある日のトレビュースだつた。ボーッとテレビを眺めていた私は、画面に映る枯れた田んぼを見て大きな衝撃を受けた。私が住む地域は田んぼが多いため、私はほととじ毎日、田んぼを目にしているが、地面が割れると枯れ果ててさらなる田んぼは今まで一度も見たことがなかつたため、その異様な光景に私は驚愕であった。

なぜかのような事態になってしまったのだかつか。私はなんと、あぐらをかいて座りこなして調べてみた。すると、

近年の異常気象の影響で一部の地域では水不足になり、お米が不作になってしまったのだ。また米作りに関する問題は他にもまだあるので、米農家の慢性的な赤字や、近頃話題になつてゐる激しいお米の価格の高騰、農業人口の高齢化、そしてそれに伴う後継者不足といった課題がある。このままだは米作りは衰退の一途をたどつてしまき、近い未来、お米が食べられなくなつてしまつたがいる。お米がある毎日が当たり前だった私にとって、それはこれまで一度も考えもしなかつた未来だった。お米が食べられない日々なんて、想像するだけでシコツクを歴む。この素晴らしい日本のお米を未来にも残していくために、私に何かできるかはあるのだろうか。

消費者の一人ができないことは限られているが、それでもやれることは少なからずある。例えば、安く売られている輸入米よりも、適正な価格で売られている地元のお米を積極的に買って消費したり、国産米が使われたお菓子を買ってみたりすることが勧められる。また間接的ではあるが、地球温暖化を止めるために10%の削減に努めたりとも、異常気象による不作を減らすことができる。

今回出来事から私は、好きなときに好きなだけ美味しいお米が食べられる今の日常は決して当たり前のことではないのだとい、改めて販売された。おいしいお米をこれからも食べ続けていために、私は自分にやめないとを一つ一つ、やつてこなすと感じた。

今日も我が家の中では炊きたての美味しいご飯が並び、きっと私はいつも通りに寝るだけだ。

「ふただめます。」

「大好きなお米を食べる」という言葉に心からの感謝を込めながら。

### 群馬県コンクール 金賞

## えがおの食じ

高崎市立西小学校 2年 長瀬 佳歩

妹が手じゅつをしました。おかあさんは、妹のつまらない入ったもので、つまらないねこのやうな人がつまつまつまつました。つまらない、『せこのじかに』だらりかのおかあさんのほつねの音としたわたしの『はなこの』におこがしてしまいます。そのにおこをがくと妹もわたしもおなかがぐーっとなつて、まちきれなくなつます。『はながでれ』、妹がおいしいにじはなを食べ、たくせにせこし、おかあさんとおどりをします。わざわざわざわざわざ。みんなで今口はなにがあつたか話をします。でもやつ『せ、ねしゃべりばかりしなこ』とくべくの食べなわる、とねじられました。

### 群馬県コンクール 金賞

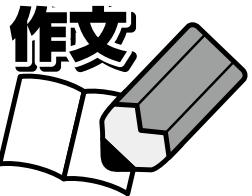
## ぼくのおにぎり

太田市立九合小学校 3年 佐藤 天

ぼくのお父さんの朝じはんは、おにぎりです。4回から、お父さんの出社時間がかわり、家をくどくこなに朝じはんを食べる事ができなくなつました。

毎朝、お母さんがにぎったおにぎりを車の中でも食べていた

つもせんでした。妹とおかあさんがかえつてもました。だいじにのかつたわたしの『はなこの』におこがしました。妹もわたしもおなかがぐーとなりました。元気になつた妹がおいしその『せ』を食べて、たくせにせこしがたを見た。わたしもおかあさんもねこのやうなわいいました。たくさん話をして、早く食べなさとおこられました。たのしへて、うれしくて、おなかもいっぱいになつて、氣もちもいっぱいになりました。おじし『せ』はみんなで食べるともつとおこしへなります。かやくがあつまつて、おじし『せ』をじつしょに食べると、にいのがつながります。これからもかやくみんなのえがおの食じを大せつにしたいです。



「畠口のお父やせのねじゅうわ、ぼくが作った。」

と、叫びました。畠のつくりエーストは、いと畠太やじゅ。のりはなつだいひでじゅ。

朝、お母やせがおなべでたいたたき立いじゅは、お米のあまいこにねら。ほかほかでピカピカ光るお米を、いつねによれこじ、しゃもじでカッカッと畠のよじにまわせじ、いもしおをパラパラとふりかかせじ、またサッサッと畠のよじにまわせじ。お茶わんにラップをかけじ、ルイにほかほかじゅはをよせじ、たねをぬこたうめほしをのせたじ、またじゅはをのせたじ、ラップをキユッヒしめじ、キユッキユッヒにまわせじ。あひへいせがまつ赤になつて水だりやしながり、

「ねじゅわこせなにで平氣なこだい。」

と、思ひました。次は明太やです。明太やの時は、お茶わんでロロロロじゅがしてぬめました。

「せんのじゅわのねじゅわをもひし出社したお父やせ。その日、お父やせが帰つてしまのがまわじゅはつじ、なにじゅわのい車じょりを見にこまました。

「まくのねじゅわのこしきつた。」

と、聞こたう、お父やせ。

「ナコシヒにじゅわのこしきつたよ。」

と、叫びしれました。うれしかつたです。

「休みもまた作るねー。」

と、お父やせ、やべへつました。

## 群馬県コンクール 金賞

### 初めてのおにぎり作り

安中市立松井田小学校 4年 角田 陽太

「ねじゅわ、とつじもおこしきつたよ。」

の日の夜、おじこわやんから電話がありました。おまことに来しらねじこわやんが、夕方に帰るので、夜じ飯

じと、僕は初めてねじきりを作りました。

前に何度も、お母やんやおばあちやんが作つてゐる姿を見じましたが、実際に僕にも、作れるのか不安で、ドキドキしていました。

やつて、初めてのおにぎり作りの開始です。

ねせあちやんが、たまたてのじ飯を、お茶碗によせつけ、少し作つてからラップにのせてくれました。

「川丼でせ、丸でせ、ねじるよじて、こじりつしゆうじだよ。」

ねせあちやんが、二つ二つ、やれつし笑顔で叫びしれました。

僕は、極みながら、二度おじゅわにしきつよひと思ひ、手を山

形にしきギュッギュッヒにじゅわましたが、中々極みの山形にならなか、こぼつなねじゅわが出来ました。

上手く作れかじ、しゃべれつました。

「このじゅわ、おこしきつむおじゅわが出来たじやなこ。」

と、おばあちゃんがほめしてくれました。

「ねにやつせ形じやない、食べしむらひの人の事を教えて作る

と、おじこねにやつしなむよ。」

と、大切な事も教えてくれました。

その言葉で、僕は何だか、温かい気持ちになつました。

僕の家は、おばあちゃんの知り合ひの農家さんから、お米を

貰つています。

その農家さんはおじこねさん、土作りから始まり、田植えや管理、収穫まで、米作りの工程を、ほぼ一人で行つてこなす。僕は、米作りの経験をした事がありませんが、おじこねさんからの話を聞いた時、多くの手間と時間、体力も必要で、大変な苦労があるんだと、想えちゃつれました。

おじこねさんは、たまにしか来えなかれど、会つた時には、決まつてしまひの話をしてくれます。

「米作りは大変だけれど、体力が続く限り、頑張りなくちゃ

ね。」

毎日、当たり前のよのに食べしむらひの米も、おじこねさんの顔や言葉を思つ出さたびに、感謝の『感謝せんじや』になつます。大切に育てられたお米で、今度は、家族全員に、僕が作ったおにぎりを、食べしむらひたじです。

色々な形のおにぎりになるかもしれなかれど、家族の事を

思ひながら、心をいれ、作りたいと思つます。

「ねこねこねにやつを作ねか、まつしれね。」

## 群馬県コンクール 金賞

### 命のつまつたたから物

太田市立沢野小学校 6年 吉江 日日

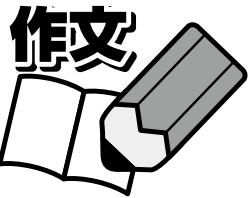
私は、近所のお隣さんの実家があります。おじこねさんがおばあちゃんは昔から、お米を作っています。田植えをする前に、田んぼの土を耕し、苗を植え、水を入れて、大事に育てています。でも、今年の田んぼは、なんだかちょっとちがつて見えます。

去年までは、おじこねさんはおばあちゃんが、一人でお米作りしてました。時々、私達もこっしょに田植えを手伝つていました。

「田植えから4本適切な深さめじ、まつすぐ植えね」とだよ。と田植えのコツを教えてくれました。コツの通りにやると、早じやれぬ、こっしもつかれないし、楽でした。おじこねさんはおじこねさんと田植えが得意で、うれしかったし、樂しい春の思つ出になつました。

でも、去年の十一月におばあちゃんが病氣で亡くなつてしまつました。田んぼの帰り道で、私に「また来年もこっしょにやるね」と言つてたのに、その約束は、叶わなくなつてしまつました。

今年の田植えは、おじこねさんが一人でやつてこます。私達



家族も田んぼのかじり、ねじこかやこの體中がこわやからでいい、  
じいのかわびしこよに見えます。私も田んぼに立つて、おぼんを見た時、風にゆれてるうねの葉っぱが、なんだか泣いてる  
ように見えた時があります

田んぼには、かもやトンボやカエルやたくさんの命が、集ま  
つてしまます。田植えが終わる頃には、カタマジヤクシが泳い  
でいて、カエルがピョンピョンとはなし、かもが水の中をスイ  
スイ泳いで、夏が過れるのにトントボが飛んでいます。カラ  
スも空から見てるのか。小さな虫達もこわばらです。田んぼ  
は、お米を育てるだけじゃなく、命を育てる場所なんだと思  
いました。

昨日は、おじこちやんとおばあちゃんが作ったお米で、おむ  
すびを作りました。一口かじった時に、ピカピカしてて、あ  
まくじ、体の中から力がわいてくるような気がしました。一人  
が育てたお米には、たくさんの命がつまつたる。田んぼの虫  
やカエル、空の雲や風そして、家族の思い出も。

私は、これからも田んぼの手伝いをしたいと感じます。そして、もっとたくさんの事をおじこちやんの體中からおびたらいで  
す。お米は、命のつまつたたから物。田んぼは、命がいきかう  
場所。私もして、ねばあちゃんとの思い出も、その命の中で  
生きてるのだと思いました。

私は自分が世界で一番大嫌いだった。学校に行けない、人と  
関わることが出来ない。こんな自分が大嫌いで、つうには、「も  
う自分なんて活ても役に立たない。家族に迷惑をかけるだけの  
無能なんだ。」といふに活ても活なくても変わらないなり、居ない  
方が良いな」と想えてるようになっていた。部屋にこもり、死ぬ  
事ばかり考えていた。

「なんなんおの田、コレシングから「ド」飯出来たかい、コレシングに  
取りにおいで。」 とこうの声が聞こえてきた。「あ、ドはんか。  
なんで自分のためなんかに作ってくれるのかな。いつも一口し  
か食べずに残すの。」 と思ひながらも、ドはんをコレシングに  
取りに行つた。

おるとコレシングには、たまたてのほかほかはん、ね豆腐の  
お味噌汁、肉汁たっぷりのハンバーグが一つのおぼんにならべ  
られていた。なぜかとも綺麗に見えた。

少しの間見とれていたが、家族が見えたので、おぼんを持つ  
てそれくわと自分の部屋に逃げていつた。

部屋に戻り、机にドはんの乗つたおぼんを静かに置いた。「は  
あ食べるか。」とせつかく作つてくれたドはんを持つてきたか

群馬県コンクール 金賞

## 私の米ヒーロー

太田市立東中学校 1年 遠藤 ひなた

「ここには食べないと困るといつたが、死にたい気持ちでこいつはいの中、頑張って食べる」とした。

あると今回はやけに沢山食べられた。こつむは一口しか食べられない「お」飯も、全て完食した。多分、頭の中で色々な事を考えていたから、体が疲れ、栄養を欲しがったのだな、と思つた。その口はこつもより早く寝られた。

次の日、何故か気持ちが軽くなつていて、あれだけ「死にたい」。ここから消えたい」とこの気持ちがあつたのに、この日は「もうすれは死ぬ以外の選択で、家族を楽な気持ちにしてあげられるのか。今の自分が出来ないとは何なのか」と想えられる。この気持ちの変化がおもじつた。

このような変化は、「死にたい」と思つてになつてからは一度もないことだった。

何故、心にこんな変化が現れたのか。別の考えになれてこのか。気になつたので、一度自分なりに考察をしてみることにした。

しばしばおもつてこない、一つ思つて浮かんだ。まず初めに思い浮かんだことは、こつもふと「お」はんを沢山食べたことだ。以前に家族から「お米には、体が成長する為に必要な栄養が沢山つまつてこねるだよ。」と聞いた事がつた。考え事ばかりして、体のエネルギーが足りなくなつたままの状態から、まずは栄養を摂れたことなのかなと納得できた。

そして、一つ目に睡眠がしっかりと取れたことだ。これも栄養につながつてゐる。「おはんをきちんと食べたい」と、体を休ませる為に必要なエネルギーが補給されて、睡眠につながつたのだと思つた。

二つの事からも、食事から得る栄養で体がきちんと回復し、体が整つた事で気持ちにも変化が表れたのではないかと思つた。

今、自分の中にあの懶みや迷いと葛藤しながら、日々を過ごしていく中で、希望ややりがいを見つけてこないことは中々に難しへ、苦しへ気持ちでこつぱつだつた。

でも、今回のことでも一番感じたのは家族の存在の大きさだつた。どんな時でもこつもと変わらず考えてくれる家族がいる事が、私の気持ちを大きく変化させてくれるのだと思えた。そして、食事はまた家族と私をつないでくれた。

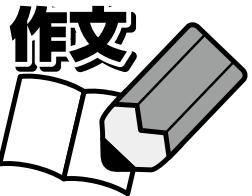
おはんは、お米は私にとっての米ヒーローだ。

### 群馬県コンクール 金賞

## お米の価格高騰を通して

伊勢崎市立四つ葉学園中等教育学校 2年 小暮 統和

最近、ニュースで頻繁に耳にあつる「お米の価格高騰。」いつも朝晩あたり前のように食べていたお米が、少し遠い存在になつたように感じた。そのせいか、これまで何も考えずに食べていた一粒一粒が、少し特別なもののように感じた。「なぜだらう。」僕は、自分の生活の中にある「お米」を一つ一つ思い返してみた。部活が終わり疲れて家に帰つた時のお米が炊ける



「いにじる。あれは僕ことこの「おかげ」と同じだった。食欲があまり無い日でも、お米はたべて食べられた。また、学校に持つて行くお弁当。少し硬く、つめたりはんも、なぜだか無くなると物足りなく感じた。」のよくな出来事から、お米はただの主食ではなく、僕の口元の風景であり、家族との温い思い出の中にこつもあつたことに気がついた。

お米が値段では計れない、かけがえのない価値を持つてゐると思った僕は、なぜお米の値段がこんなにも上がつてゐるのか、と深く考えるようにになつた。ニュースや記事を調べてみると、その背景には、夏の猛暑による不作や、肥料などの価格高騰といつた、様々な問題が関係してゐることが分かつた。」の」とを知つて、僕たちが毎日当たり前前に食べてゐるお米は、農家の方々が天候や病気と闘いながら、いろんな物価が高くなつてゐるこの世の中で、一生懸命に育てた大切な物だとつゝことに気づいた。しかし、その農家の方々の苦労は、お米の価格高騰によって、お米のことについて調べなかつたら、気がつくことは無かつただらう。お米の価格高騰は、単に家計に影響を及ぼすだけでなく、このようにして一般人が農家の方々の苦労、努力に気づくきっかけになつたのだ。フードロスや食料自給率といつた言葉も、これまで遠い世界の話かと思つてたが、お米の価格高騰を通して、身近な問題として感じられるようになった。

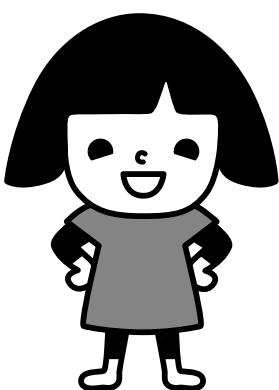
お米の価格が上がつたことは、もしかして家計にとつては痛いことだつたけど、そのおかげで、僕はお米の一粒一粒に込められた「重み」に気づくことができた。これまで当たり前だと思っていたことが、決して当たり前のことではなかつたのだ。だから、これからは、食べ残しをしなじよつて、そして、当た

つ前」の「はんが食べられた」と「感謝しながら生きていこう」と思つ。」の気持ちでは、お米の価格高騰がおさまり、お米の値段が下がつたとしても変わらないと思つ。むしろ、お米の本当の価値や、食卓のありがたさを再認識せしむれただけ。

近年、日本でお米が主食として食べられる割合が下がつてしまつた。しかし、これから時代、お米は感謝の気持ちや当たり前の大きさを認識させてくれる、大切な存在としてまた、日本中の食卓の主食として、食べられるのかもしれない。

僕は、お米の価格高騰を通して、様々なことに気がついた。だから「はんは、僕と「お米」の関係は変わつてしまつた。それは、当たり前の関係ではなく、感謝と敬意を伴つて、新しく関係だ。値段が上がりしちまつても、食卓からお米をなくすことはしたくない。それは、「はんを大切にすること」で、僕たちが向き合わないと云ひたい社会の課題と、それに関わるたくさんの人々の思いを、忘れないようにするためだ。

僕は「これからは、炊きたての「はんを頬張りながら、その一粒一粒に込められた人々の思いと向き合つていただきたい。そして、その「はんがある温かい食卓を、ずっと守つていただき。それが、僕が「お米」から学んだ、一番大切なことなのだ。



# 群馬県コンクール 銀賞

# ぼくのだいすきなごはん

前橋市立元総社北小学校  
1年 高橋 華織

群馬県コンクール銀賞

# ぼくがいたごはん

安中市立安中小学校  
1年  
掛川蓮人

みんなはおひめをたいしたことありますか。ぼくはその「ひめ

じめたやつた。

「おひただこしへね。おじさんたこしへこの」  
ヒマヤがこいたのじかせんせー

ほんばんでたたけてたののしかつたです。

やういのナメラセニは、おむりこがたべたらと、おおこら

「おおした。おおいこかわい。せべのだこいへらつでや。おおは、  
「おたあ?」とねりこおした。いこんなあといおこのはこつた  
おむりこわい。せべがたおじをねつて、おねえちやんがまぜ

レキヤが。井伊は、そのかへ  
しむじなせこへしらが。このわ、たがいのいにかのやい  
らでいひにゆる、ひしのかねをかねが。ドロミをたぐねわ  
い、かくは、からだの、うらへにらこよつりこが。

卷之三

# ぼくがいたごはん

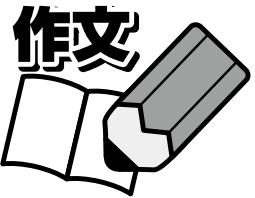
安中市立安中小学校  
1年  
掛川蓮人

みんなはおひめをたいしたことありますか。ぼくはその「ひめ

じめたやつだ。

「おひただこしへね。おじさんたこしへこの」  
ヒマヤがこいたのじかせんせー

といいました。ママがじいのがじいとねば、せぬくじやうやうか  
んやうじくんがねじぬをたじくられま。ぬくせ、うかせくじく



「やめにからやつた」とありますんでした。

ボウルにして、全部の野菜の水をこぼしてしまった。おみやげでケルケルあらこをもらいました。みやげをもらひとくもいました。三月のぬれやつまじみやを貰いました。ねいめはたくまえに一じかんみやづられしおののかねここに「シシ」とママがねづえてくれました。

よるになつて、すいはんきのボタンをおしました。ママがおしえてくれました。

「やめに」なつて、あらせんやのボタへをおしおした。ねこつべ  
じわるかなつてしきせこになつました。ねにめがたけし、ふた  
をあたたかあつてこねがからせこじめおつた。ねいぬのこじ  
におこわしおした。ママがおせりへれたり、おひつのうせん  
にほつてこまつ。

といいました。パパもかえってきたから

じゃらしかたら、

「え、まさか、れんちゃん。」

とわへつかつた。

おのじさんをペペヒマヒマへとひたれかのやよひよひとほほほひみんなでたべました。みんながほほのじさんをたべました。

「ねこーこー。ありがとう。」  
へらへらした。ぼくはとく

# ぼくとお米

高崎市立箕輪小学校 2年 市場 叶都

「ほくの家のちかく」は田んぼがあつます。まい年、田んべをしひらぬのを見ます。おたまじやくしやカエルがいるのを見たりします。イネが大きくなつてひくのをまい日たのしみに見ています。

「ほの家の田へ出でやなうナ」お米がでもぬれ田へ出の  
ねせわをしつらぬじうわやとせ、あら田へ出たまもぬたぬ  
にカラスがしなじゆうじてわゆうをねうたり、風でじぶ鳥をね  
いたりしきらむか。ほのせぬださだけじお米がじわぬれ  
で、あら田へ出を覗いておまか。

「コースでお米がない、ひかへねこ、米がんくとひへたじ、ほへにはわからなかつたからねはおちやんやおかあわんにわら

てみたが「もう口たべてこのお米がおみせに行つてもかえない、のうかの人があんばつといへりしわおつわがねかひたくせんね

した。お米はあたりまえに食べていただけで食べれなくなるかも  
しないからです。ぼくは、お米が大好きなので食べれなくな  
るとかなしいです。だからぼくは田んぼのイネが大きくなつて  
いるか見に行つてらます。カラスがこないか見てらます。つよ

群馬県コンクール銀賞

い風がふいたあとはこなづこになつて、またお米がたいて

のうかの人が、がくぱつひつひつお米がたいて

んじれたらいいなと思つておもむ。いつもおれはみんながおじつ  
いお米を食べれるからです。——コースでもお米のかなしい——  
一スジやなく、われこ——コースになつたからこなづこを思つます。

ねいとがつたわづました。おのじはこをたべてわたしまは、  
「ねいしふねえ。ねいのれどおづがどい。」

「ねづがとく。こいせつたべいね。」

じ聞つてわづひつこおづました。

わたしが、とじわせかほかであつたかく、おじつになりました。  
それからしふねづしておかあさんのが赤ちやんをつれしておうち  
にかえつしもおつた。赤ちやんとおかあさんにおきておれしか  
つたです。赤ちやんは、とじわもわもわしつらしました。

あたのしふかくがでんじだじめのタジはく。とじわわ  
しふりでねじしかつたのをねぼえておもむ。おかあさんのおつ  
ものあつたからじはくも、ねいのれどこいしょくかくおい作  
つたチャーハンやとじわしあわせで心があつたかくなりまし  
た。そんなかくが大きじます。

### 群馬県コンクール 銀賞

## じはんの思い出

太田市立中野原小学校 2年 細川 琴葉

わたしは、おかあさんのじはくが大きじます。学校でしふね  
いしたじもや、じょくすにじもなかつたじももあつたからじは  
んをたべるじ、じはくのよつに心があつたかく、おじつ  
わたしは、のかの時、おかあさんのおなかに赤ちやんがこま  
した。赤ちやんをつむためにびょくふくこにゅひふくとくのじ  
になり、おかあさんにおえなくなつてしまつました。  
わたしは、おかあさんにおえなくなつてしまつたじもかな  
しかつたです。

### 群馬県コンクール 銀賞

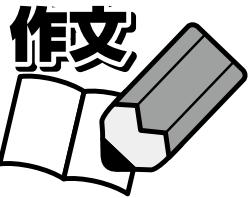
## ぼくのお米作り

前橋市立荒牧小学校 3年 糸井 瑛亮

ねいのれどこ——一人でつむじはくになつたおじはくを  
つむじはくになつた。ねいのれどこ——おじはくを  
つむじはくにしきたかつたです。ねいのれどこ——おじはくをす  
や——にしきつれました。ねいのれどこ——おじはくをすや——

ぼくは、お米を作つておもむ。お父さんとこいしょに作つて  
います。

お米の作り方は、三回にお米のたねをとぎりとから、始ま



# 作文

ります。やこしょに、たねに水分をあげたり、ひつみやせをします。田に、たねをまきます。それと、同時に田に水の土を作ります。五田に、田に水を入れ、なべを植えます。六田は、田に土をかく理します。七田に、田に土をひつみをあげます。八田は、じいに、虫やひょうのいをなべをあげます。九田に、こねをかつてお米ができます。

ぼくが、いの中でおひつだいしておひつは、たねに水をあげるのと、なべを田に、植えかえの事です。その時なべを田に運ぶのが重くてひくんです。でも、せかうでなべを植えるのは、楽です。したお米は、家へやお壺の先生にあげます。ぼくが作ったお米は、おこしだけ。ひとつみなんが、ぼくが作ったお米をおこしおべぐれのがひとつもいれです。今ぼくのおじこやは、ひょうのいですが、今年もぼくが作るお米を楽しむにまつしてます。お米をこつぼじ食べて元気になります。ひとつ、来年もや来年もかつとりお米でねこしほ米を食べてしまふです。

お父さんはこつぼね米を作るときに、ぼくに一つ大切な事があります。一つ目は、天候をよく見て作る事があることです。二つ目は、計画を立てる田の土をあげる事です。だからぼくがやることの事をこつぼねむつといわれたりもします。

ぼくは、おこしおべぐれの土を作ります。ぼくはお肉もお魚もやせこせ大好きです。お肉や魚が作つてねるところをかきのせせじます。二回ほどこねかわりをします。三年生になつてからは、おかわりは自分でよみいにしこあります。ぼくがおかわりをすると、お肉やおせりねしこじ、お父さんもせめてくれます。

たまには、こがてなおかわやおのせね、おひつは一口だけあります。やつぱりがしだと悪いおかずもあるから、ねこしこものおもねのや、おひつはせめてください。

群馬県コンクール 銀賞

## かぞくで食べるごはん

太田市立城西小学校 3年 片柳 伊織

お父さんはいつも、

「お母さんが作ったごはんが一番大事なんだよ。しつかり食

べようね。」

と書っています。お母さんは、ぼくと弟が大きくなれるようにと  
思つて、こゝしょいからぬじおじじうじはこを作つてくれていて  
ゐるだと思ひます。弟がうはこを食べなつておひたでしまひ時

にも、お父さんが「」の話をすると、ちゃんと食べます。  
「」は、かわくみんなでうつしょに食べる「」はんが大好きです。  
これからもお母さんが作つてくれた「」はんをたべて食べ  
て大きくなりたいです。

## 群馬県コンクール銀賞

気持ちがこもつたお米

渋川市立豊秋小学校 4年 町田 七海

「お手伝いしたい。」

しゃかしゃか、ジャー。わたしは、時々お米とのお手伝いをします。お米をはかつて水を入れて、しゃかしゃか、ジャー。すい飯器のスイッチを入れて、しばらく待ちます。出来上がりふたを開ければ、つやつやてかこか真っ白のお米。一口食べれば、ほんほんあつあつでおこしてお米。自分でたべとれり。

「七海がたゞひとおこしでよ。あつがとね。」

「でも、お米を食べないと元気が出来ない

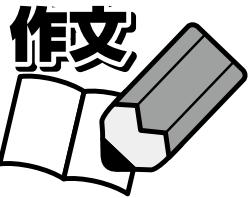
わたしが今まで一番元気が出たのは、ワグビーの試合の時にね、お姉さんが作ってくれたおにぎりです。お姉さん、

「ねえ」せつべつ食べて、諂ひがんばつてね。」

と愛情をじめていたくせにいつしかれました。試合の後、おな  
かがすいていたわたしは、そのおにぎりを大きな口でパックン、  
パックン、お米のわざかな甘みとわざかなおしおがたまりな  
いで、しゃけもお米とマッチしてしまおじかってます。や  
つもおじのつかれもじんで、パワーアップしての後の試合も  
がんばれました。

「じんなねうこうお米せむりやつて作られるのかな。  
氣にな  
ねな。」

わたしはお米を食べぬといけない、農家でたまのやせっこ飯抜



ちがいもつてか、お米まいとなくおこつてんだなと眺つたが、心までほかほかしあもした。

「おまえ、すい飯器のふたを開けよ、お米には真っ白のお米たち。農家たちが愛情をこめて一生かくねついてくれたお米たれは、やせこじ顔で一つも一つもがわたしに」口うど笑いかけてくるみたいで、なんだかかわいくみえしかもした。

「お米たれ、ひとつもおこじよ、ひとつも力をくれしあつが

ひとつ。お米たれのおかげでお米がおじやにならぬよ。」おこじよお米をたくさん食べ、今日おわたしはおこじよな事に挑戦し、がんばります。

「おまえ、おこじよお米の入ったカートを笑顔でおしていまし。わたしの家も列になつてお米を貰ひと父と母も笑顔になつておこじよ。そんな一人を見てなんだかわたしも笑顔になりました。

わたしは

### 群馬県コンクール銀賞

## わたしのおにぎり

太田市立中央小学校 4年 角田 美奈

わたしは塙おにぎりが大好きです。なぜならわたしでも塙おにぎりはかんたんに作れるし、ひとつもおこじよからじです。たまにふりかけをまぜたり味を変えるとおまなこので毎日朝はおにぎりを一つ作つしわります。

そんなわたしの家に事けんが起つりました。朝ははるにパンが出来ました。パンもまだかぎ、ぬはペフもつける

の方が力が出るといつておこじよしたのかなと思いました。

「おまえ、トレンを貰ふとお米が高くなかなか買えないと」ユースがやつてこました。もしかしてと思ひ母に聞くと、

「おまえは因人様へじお姉ちゃんのおべん当も作るからお米がすくじよになつちゃつといまつてこねんだよ。」

と教えてくれました。わたしはお米がおれから食べられなくなつたやうのかなとくじやく心配になりました。

「おまえ、おこじよお米の入ったカートを笑顔でおしていまし。わたしの家も列になつてお米を貰ひと父と母も笑顔になつておこじよ。そんな一人を見てなんだかわたしも笑顔になりました。

わたしは、毎日はおにぎりを食べられるのがあたり前だと思つてこたがじやない事を知りました。お米を作つてくれるのい家さんがない、みんなが食べられるくらいたくさん作つしやうわないとわたしは毎日おにぎりが食べられなくなつてしまつます。お姉ちゃんのおぐん当も作れなくなつてしまつます。だからわたしはお米のい家さんのががんばつてお米を作れるようにかんしゃをしながりおひべんをしようと思つました。

「おまえ、わたしにじむの事は何かないかなと想つてこました。おまえとぬはは里で家庭菜園をしてこねのですが、来年は畑でお米を作ねるとぬは出しました。田んぼじやなくともお米を育てられるいねがあらわいです。わたしはぬはにじょにやりたいと言つました。わたしもぬははをしつのい家さんのようにおこ

しじお米を作りたいなと思いました。来年は育てたお米を使つしむにぎりを作つて家族みんなで食べたいです。

### 群馬県コンクール 銀賞

## 大切なたからもの

前橋市立桃川小学校 5年 久保 璃紗

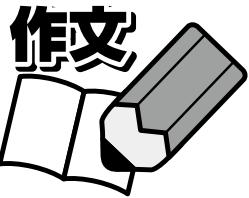
私にとってお赤飯は、人と人との「ぬくもり」を感じさせてくれる大切な食べ物です。我家では、お祝いの日や特別な日には必ずお赤飯を食べます。私は、そのやさしさにおいや味が大好きで、食べると家族や地域の人たちひとつながつてつながりな、とてもあたたかい気持ちになります。

お赤飯は、家族だけでなく地域の人たちもつながります。私の町では、毎年敬老の日にお赤飯が配られます。今はお弁当屋さんのお赤飯ですが、以前は町内会の人たちが朝早くから集まり、お赤飯をたいてきれいなおおり箱につめて、届けてくれてくださいです。お赤飯には、「いつもお元気で長生きして、ください」というあたたかい気持ちが込められていました。おばあちゃんは「地域の人たちが」「してお祝いしてくれたんですね」。ほほえみながら、そのお赤飯を味わつてもらいました。それを見てわたしは、お赤飯は、お祝いの気持ちを届けるだけではなく、人と人との心を結びつけ、幸せな気持ちにしてくれる食べ物なのだとと思いました。

わたしたちの生活の中で、お赤飯はいつも大切なときにはあります。白いご飯はふだんのくらしに必要ですが、お赤飯は赤い色が特別で、「悪い」とはね飛ばし、「幸せ」をよんでもれる」と昔から言われてこねねのです。おばあちゃんがたいてくれるお赤飯も、町からおくるれるお赤飯も、「とても大切に思つてます」というあたたかい気持ちをあらわしてもらいました。お米を通して、人と人はつながり、思いやりを分け合つてもらいました。

私もじつか、おばあちゃんのようにお赤飯をたけるようになりたいです。そして、大切な人の成長やその喜びをお赤飯でお祝いしたいです。私にとってお赤飯は、家族や地域の人たちとのまなざを強くし、その大切さを未来につなげてくれる「たかうらの」です。

しじお米を作りたいなと思いました。来年は育てたお米を使つしむにぎりを作つて家族みんなで食べたいです。



群馬県コンクール 銀賞

## お米の大切さと人の優しさ

高崎市立天中小学校 5年 秋山 魁星

「あの日、ぼくはスーパーなどからお米が消えたと聞いて、一人で調べた。ぼくはお米が大好きだから、お米がなくなつてしまふと困る」と、供給不足を調べてみた。調べてみると、通電や台風などにより、供給不足を引き起こしたらしい。また消費量と生産量を合わせて、最も多くお米が消費されたため、米不足になつてしまつたと聞く。それを知つたぼくは、お米がなくなつてしまえば、ぼくも困るし、家族も困つてしまふと思い、スーパーなどにお米をひがすことにした。お母さんは団子さんに事情を説明した。

「お母さん、大変だよ!! お米が無いのよ。」

「いいいこねー。お母さんも最近気にはしてたけれど、そんなに深刻だとは思つてもいなかつたわ。もうお母さんのお米は無くなつたのよ。」

ぼくとお母さんは、スーパーにお米を探して行った。

家の近くには、スーパーが二軒ほどある。一軒目のスーパーは、お米コーナーにお米が一つも無い状態だったので、とてもびつくりした。一軒目に行つてみた。お米があると思ったら、もたる米だったので、ものすくべ悲しかった。二軒目に行つた。

「三軒も行ったのに一つもなし!!」

お母さんはびっくりした様子で聞いた。ぼくは冷凍食品コーナーにある、焼きおにぎりつて、お米なのでは、といつて事に嵌つて、冷凍食品コーナーを見たといふ、焼きおにぎりがあつたので、

「どうあでやか、これを買つて帰るわ。」

「ぼくは、お母さんに聞いた。それから、電子レンジで温めて食べられるレトルトご飯があつたので、それも買つて家に帰つた。

しおりへ経つて、お米がなくなつたな時に、ぼくのおじいちゃんや、親戚の人が、お米を探して持つてきてくれた。ぼくもお母さんも、とっても感謝した。

それから数ヶ用が経つた。少しずつ、スーパーにお米が売られる様になつた。だんだん米不足が解消してくる様だな、と思つた。

あの日、お母さんといっしょに行つた。おこしにステーキがある所で、ぼくが大好きでよく行くお店。ぼくはお米をたくさん食べるので、ライスおかわり無料なのが嬉しい。ぼくはいつも通りおかわりをしようと思ったのだが、できなかつた。おかわりが無料ではなくつたのだ!! まだまだ米不足は解消されていなかつた。

この様に米不足になると、スーパーにお米がなくなり買えなくなつたり、おかわり無料ではなくつたり、お米好きにいつも悲しい気持ちになつたりする。しかし、おじいちゃんや親戚は、お米を分けてくれた。ありがたい気持ちでこつぱこにな

つた。『ほんは、今回の出来事で、人の優しさに触れる経験をした。

### 群馬県コンクール 銀賞

## おばあちゃんを元気づけた 私のおにぎり

前橋市立東小学校 6年 阿久津 琉那

「お米」と聞くと、私はホカホカ白米のおにぎりが大好きです。私にとっておにぎりは、大切な思い出の一つでもあります。

夏休みが始まりました。今年の夏も沢山のおにぎりを食べて元気に過りましたと感つてこみました。私の両親は共働きのため、おばあちゃんと一緒に過ごすことが多いです。お腹が空いた時、おばあちゃんは私の好きな具材と白米でねにぎりを作ってくれます。もちろん、おばあちゃんも白米おにぎりが大好きです。おばあちゃんと一緒に食べるホカホカおにぎりは、お腹だけでなく、心も満たされました。そんなお腹も心も満たされ楽しい夏休みを今年も過ごせると感つてこみました。

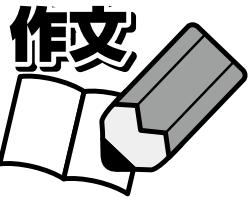
しかし、夏休みが始まつて直ぐに、おばあちゃんは体調が悪くなり入院してしまいました。いつもなら、おばあちゃんのホカホカおにぎりを沢山食べられるのに、今年の夏は、その楽しい時間がありませんでした。おばあちゃんが仕事にでかかる前に作つて貰ったおにぎりを、時にはおばあちゃんのことを思

い出しながら、わざわざ食べね日々を毎日も過ごしました。おばあちゃん大丈夫かな、早く良くなつて欲しくなと毎日お祈つかる中、お祖の顔におばあちゃんはやつと遠隔でもありました。

退院しておたおばあちゃんは、体力も食欲も落ちてしまつて、かなつやかにしました。私はおばあちゃんに早く元気になつてしまつたと感つて、何ができたか勧えました。外を歩く時は優しく手を取つてあげる、家事をお手伝つてあげるなど、自分が出来ることをしました。

こんなおねり、おばあちゃんは白米おにぎりが好きだったので、おにぎりをつきました。炊きたてのホカホカ白米をおにぎりにして、おばあちゃんへ渡しました。おばあちゃんが作ってくれるおにぎりは、なかなかたれず、おばあちゃんはおにぎりを食べました。すると体力も元気が無かつたおばあちゃんが、笑顔になつて、「おにぎり、おこしこよ。長生きでせりよう、これからも頑張るね」と感つてくれました。おばあちゃんの言葉は本当にうれしかつたです。私の作ったおにぎりがおばあちゃんを元気づけたのです。私はおじいちゃんがいましたが、小学一年生の時に亡くなりました。おばあちゃんが作つたおにぎりが、おじいちゃんを笑顔にしてましたと感つました。これから私が作つたおにぎりで、おばあちゃんを笑顔にして、おじいちゃんの分まで長生きしたいです。私も日々を沢山食べて心も体も成長するので、優しく見守つて欲しこと感つてます。

誰かが作ったおにぎりが、誰かを元気へするひとがいる、お米には、そんな不思議な力があるのかもしがれません。



## 群馬県コンクール 銀賞

# 日本のおいしいお米の未来

高崎市立北部小学校 6年 浅見 千尋

現在、お米の価格高騰と米不足が問題になつており、連日新聞やニュースで取り上げられています。私は、お米が大好きで、毎日たくさん食べていたのに、知らないことが多いくことに気付いたので、米作りをしている祖父に話を聞くことにしました。

最初に、米作りを始めたきっかけを聞きました。祖父は、ご先祖様が頑張つて残してくれた田んぼを守つていきたいから続けているんだと話していました。祖父が耕す田んぼは、遠い昔から代々受け継がれていて、そのおかげでおいしいお米を食べられていました。

また、米作りでうれしいことにひいて聞くと、初めて収穫した時に、お米を貰つてくれた人から美味しいと聞いてくれたことだと話していました。私は、誰かのために作った物をほめてもらひつと、うれしい気持ちになるのは、みんな同じなんだなと思いました。私も祖父の作るお米は、もちろんおいしいと大好きです。

特に大変なことを聞くと、田んぼの水の管理や草刈りが大変だと話していました。また、田植えや稻刈りで機械が故障して、祖父にもありがと直接伝えたいです。

最後に、現在のお米にまつわる問題について、どのように感じているか聞くと、米農家がお米を作つても安く売られているので、農家が生活が出来ず、米を作る人が減り、お米の生産量が少なくなつてしまつた。だから、農家の人が安心してお米を作ることが出来ぬ環境にしてもらいたいと話していました。祖父は休耕田が増えた中でも、今作つてある田んぼを体の続く限り米作りを続けたと話していました。いつまでも元気で、美味しいお米を作つてほしいと私は思います。

今回、祖父と話をして、米作りをしている人とお米を作らずにスーパーなどで買つて食べている人の気持ちは、少し異なつてゐることに気付きました。お米は、日本の主食なので価格を安く買つて食べたいといつ消費者の気持ちも分かります。しかし、このまま価格でお米が売られると、農家の人が生活出来ず、農家を辞めることになり、休耕田がますます増えてしまいます。そして、お米の生産量が減り、ますます米不足が加速してしまいます。消費者は、八十八回手間をかけて、ねばり強く米作りをしている生産者の気持ちをもつと知ることが大切だと思います。また、生産者を増やすためにも、米作りの環境の見直しも必要です。私がでもないとは限りますが、毎日の食事で農家の人に感謝をしながら残さず食べたいと思います。そして、祖父にもありがと直接伝えたいです。

## じはんがつなぐもの

前橋市立元総社中学校 1年 新井 逞斗

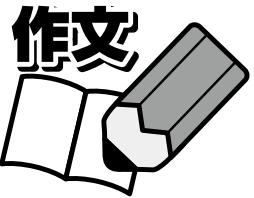
「じはんがつなぐもの」や「いつの炊きたての田んぼ」、「お米が不足しちゃう」とか「値段が上がりちる」などの語を耳にします。夏の暑いや天候不順で収穫が減つちこな」とが原因のこだわる。国が備蓄してお米を放出して値段をおさえておこなう、といふコースもありました。正直、やどもの田分には経済のことはよくわかりません。でも、もし本当にお米が手に入りにこなつたら、私たちの食卓はどうなつてしまひだらうと考えます。

「じはんがつなぐもの」を感じる瞬間にかたは田々あります。特に田んぼに伸びるかずがあるいは田んぼであります。たとえば、朝に焼き鰯をのせたときや、夜にカレーが出たじや。たまごかけじやや納豆じやのよひに、ありふれていぬかれじやもなし組み合わせも大好きです。おかずが主役のように見えても、それを凌ぐのはじはんなのだじがつあまか。

家族との会話も、じはんの時間に自然と生まれます。学校のじと話をしたり、「トレンジの話題で笑つたり。ふだんはあまり口数が多くなる父でも、食卓では「今日のじはんせいもこな」と言つたりします。そんな一朝一夕がなじみます。食事はお腹を満たすだけでなく家族のつながりをつくるのだと感じます。

せれども最近「コースを覗いてる」「お米が不足しちゃう」とか「値段が上がりちる」という語を耳にします。夏の暑いや天候不順で収穫が減つちこな」とが原因のこだわる。国が備蓄してお米を放出して値段をおさえておこなう、といふコースもありました。正直、やどもの田分には経済のことはよくわかりません。でも、もし本当にお米が手に入りにこなつたら、私たちの食卓はどうなつてしまひだらうと考えます。パンや麺に置かれたじがつがおもなかもせん。しかし、日本の食事にじはんがないと何か大事なものが欠けてしまつ城がします。どんな料理にも合つて、食べるときちんと。こんな「当たり前」がなくなるのは、想像しただけでもうじやです。自分は田んぼに入つた」ともないし、稻刈りも経験したことあります。だから、農家の人が毎日じれだけ手間をかけて米を育ててらるのかは想像するしかありません。でも、それを思つて、普段の一口がじつも大切に感じられます。雨の日も暑い日や、長い時間かけて作業してくれる人がいることを考えると食べるものを残さず大事にしようといつぱい気持ちが自然とわいてきます。炊きたての香りをかぐと、今にたどり着くまでの苦勞や努力も一緒に感じられるよつて思えてしまふ。

じはんはただのエネルギー源ではなく、思い出をつなぐものもあると感じます。友達との食事の楽しさ、家族そろつて食卓を囲んだじやの安心感。じはんはいいこいつの場面にこつもあつました。食べねたびに「ありがたうな」という気持ちが少しづつ大きくなつてらるのです。だから、じはんを残さず食べないと、農家さんや家族への小さな感謝の表し方だと考え



ぬものになりました。

「僕はこれを食べるとき、「まだやめやめ」と聞く、「どうやつもね」と聞く。このおじやつは少やうにからぬたら前のよいにしきもしたが、今やうし県方が変わりました。「いただきまわ」には、農家さんが種したお米や料理を作ってくれた家族への感謝がこもるのです。「どうやつも」には、食べ終わつた満足と同時に、「あた明日も元気に食べられまますように」という気持ちもあると感ります。感謝にあります。自分の中の感謝の心がはつきり形になつてはやわらのだと感ります。これから先も、ねこしい由いはんを当たり前になつて食べられる日が続いてほしです。そのためには、農家さんの努力や自然の恵みを思い出しながら、残わす食べないことが自分にできたら感謝の形だと思います。

お米や田んぼをもっと大切にしないといつぱりになりました。私は、保育園のときに米を種したいことがあります。ぬかるんだ土の中に、手を入れて一つ一つ植えるのは、大変でした。でも、農家の人は「上手だね」と優しく声をかけてくれました。泥だらけになつたけれど、樂しく植えたい」といふでも嬉しいです。あのとき初めて、「お米はいいやつて育だつんだ」と知りました。

「ママ「下町ロケット」で、台風の中、無人コンバインで必死に稻を収穫する場面を見ました。大雨や強風の中でも「なんとか稻を守つた」と努力する姿がとてもかっこよく見えました。そのシーンから、農家の人たちがどれほどお米を大事にしているのかを強く感じました。

実際に魚沼市に訪れたとき、一面に広がる田んぼの美しさに感動しました。緑に波打つ稻穂はまるで海のようだ、見ているだけで、心が温かくなりました。その景色から「農家の人人が毎日大切に育ててやねんだ」と実感しました。田んぼはただお米を育てる場所ではなく、日本の美しい風景そのものだと思いました。

田んぼには他にも役割があります。雨が多く降ったときに水をため洪水を防ぐたり、カエルやトンボなど生き物のすみになつたりします。私が田んぼのそばを歩くと、赤いんぼがあるからいふ声が聞これるのです。

私たち日本人にとって大切なものは、お米や田んぼです。お米は、毎日の食事に欠せないもので、食べると元気になります。スーパーに行けば当たり前のように並んでいます。お米は農家の人人が手間をかけて育てたものだす。いつも想ふと、

伊勢崎市立四つ葉学園中等教育学校 1年 小林 龍生

## 大切なものを守る

群馬県コンクール 銀賞

じるのだと感じます。

けれど今の日本では、お米を食べる人は減っています。朝はパンやシリアルで済ませる人が多くなったり、ラーメンやパスタを食べる人が増えたりしているからです。私の友達にも「朝はパンのほうが早いから」と聞きます。私も忙しどもはパンを食べることがあるのと同時に持ちはよく分かります。でも、お米を食べる人が減る、農家の人が茹でて育てたお米が売れなくなり、田んぼも減つてしまひかもせん。それがなにか、美しい風景やないかとおも生きた物たちもなくなつてしまひのです。

お米を食べるひとは、自分の体を元気にするだけではあります。農家の人たちの努力を応援するひとにもなります。そして、田んぼを守るひと、日本の文化や自然を守るひとにもなります。そして、田んぼを作るひと、日本の文化や自然を守るひとにもなります。だから私は、これからも、お米を大切に食べたいと感じます。

これから私のじいじは、おおじ飯を残さず食べないとです。パンや麺もおこしごたれど、じ飯を食べる習慣を大切にしたいです。もし学校や地域で農業体験の機会があれば参加し、むつと遊びたと感じます。将来大人になつたじいじは、やぶもたたに「じ飯のおこしや」と「田んぼの大切さ」を伝えたいです。

私にとって「大切なものを守る」ことは、身近なものを守り前に思わず、そのありがたさに感動し感謝するひとです。自分は裏でたくさんの人たちに支えられて生きてきたことを忘れてはいけません。今、本当に自分のやるべきことに感謝つかれました。

## 群馬県コンクール 銀賞

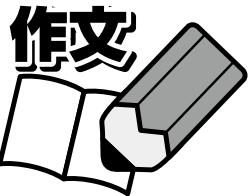
### パワーの源

前橋市立高城中学校 2年 鹿田 紗未

このや頑張って盛ったお米、ミネストローネ、卵やし豚しゃぶ。これが私の大会前の勝負飯です。これを食べた次の日は、普段の練習の倍のパワーがいる気がします。そして、いつも頑張れるのです。

私は、陸上競技の中・長距離をしています。練習はキツいし、心が折れそうになる時もあります。ぐくぐくになつて帰つてしまつた時、私の家で待つてくれててらるのせ、あたたかうじ飯です。疲れつらぬ時に食べるじ飯は、「頑張つてしまひよかつた」と思えるほどの幸せな気持ちになれます。

実は、私は去年、あまり食に興味がありませんでした。主食を食べない、バランスを整えない。じ飯を三食しつかり食べない日もありました。周りの田が気になつて、お米を食べないタイミングもしました。そのせいで、去年は怪我続きで、思ひよに走れない日々が続きました。記録会ではワーストの記録を出すことが多いなり、好きだった陸上を辞めようと勧める田もありました。そのことを家族に相談すると、「流れで辞めよの」としない。おおむか、何が必要なのかよく勧えなさい。」と聞かれ、今、本当に自分のやるべきことに感謝つかれました。



私の目標は、全国大会に出場するいじ。そのため、まずは食べ物から見直すいじ。日々の食生活を改善するいじしました。三大栄養素をしっかりとり、お米を多く食べるよう心がけました。すると、今まで怪我続きだったのが嘘のように変わりました。怪我を全くしなくなり、体の調子も良くなり、睡眠の練習ができたよいになつてきました。それから、睡眠、休養、練習など、様々なことに気を使つよいになつました。食に意識を置いてから約七か月後。私の目標である「全国大会」の切符を掴むいじがきました。去年、県十二位だった私は、今年、大幅に自己ベストを更新し、県四位という順位を手に入れました。周りからも、「じつにこんな調子が上がつたの」と驚かれました。

「じつに調子が良くなつたのはじいだだけ。」と不思議に思い、困と並ぶみると、やはり、これがまさに「食」でした。私の思い、これがこのパワーの源は、お米だと思つます。ほかでつやつやなお米が、私の畠田のパワーになつてくれていると思つます。調べてみると、お米には、体や脳を動かすためのエネルギー源が多く含まれてつるいじ、疲労回復をしてくれるいじ、心が安定するいじなど、たくさんの効果があるいじです。私が思つてつる以上に、お米のパワーは素晴らしいのです。このいじを知つてから、私は大会前の勝負飯を決めるいじにしました。コーチや家族、インスターネットなど知識を得て、決まった勝負飯は、「お米、ミネストローネ、鶏やし豚しゃぶ」です。お米はつやつやと盛る、これも私の中のマイルールです。これを食べる口と食べなふ口は、パフォーマンスが全く違つます。

お米を全く食べなかつた去年、振り返つてみると、疲れやすく、エネルギーが足りなく感じつしました。また、イラライラしやすく、精神的にも不安定な毎日を過ぐつしました。ですが、それを改善した今、厳しく練習も乗り越えていたりねし、去年の何倍も陸上が樂しいと思えます。

陸上競技は、たぐれと練習をし、体力やスピードをつかむいじも大切ですが、何よりも大切なことは、お米を食べねいじです。お米のパワーを借りて、練習も大会も頑張れば、私たちはもつと強くなれるねいじ。

私の体は、バランスの良つおかげ、そしてお米でできつています。「じつやよつめで盛つたお米、ミネストローネ、冷やし豚しゃぶ」を食べて、お米のパワーを最大限に發揮して、全国大会も頑張つて走りたいです。

## おむすびがむすぶもの

群馬県コンクール 銀賞

伊勢崎市立四ツ葉学園中等教育学校 2年 川島 蒼生

私が好きなお米を使った料理は、おむすびです。部活の時や出かけるときに手軽で、小腹を満たしてつれぬ、お米の優しい味がするおむすびは、私にじつて大切なものです。同じものは一つとなつて思つてしまい、一つひとつに個性があると思つます。

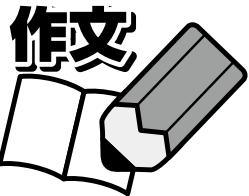
その中でも私にとつて特に思ひ出に残るおむすびがあるも。それは、祖父がつべつたおむすびだ。

私の祖父の家は近く、幼い頃も今もよく行きます。両親が共働きであるため、小学生の頃は学校から帰ると祖父母の家で過りましたがほとどりました。祖母は遊びでくれたりおやつを出してくれたりしました。一方、祖父はいつも一人で黙々と缶やギター、毛鉤など趣味を楽しんでいました。祖父は無口で怒ることでも怖かったです。本当にとても優しかったです。よく、つりや登山をし、とても元気でした。

しかし、4年前、祖父は大病を患い入退院を繰り返すようになりました。そして、その年の春休み、一週間ほど退院した祖父とマスカラに行きました。軽トロにのつ、途中は向こしゃべりとなく静かでした。祖父のお手製の毛鉤でつをしました。お皿になると祖父は車に戻りキャンプ道具を一式出した準備を始めました。「何もしなくていいから、待つてね。」と聞かれた私はただ待っていました。祖父がクーラーボックスから飯の入ったパックとカップ麺を取り出し、パックを開けました。その瞬間、じつもい香りがしました。お湯を沸かした後、コップに網を置き、むすんだご飯に醤油をつけて焼き始めました。そして、焼けた後、祖父と食べました。このおむすびには信じられない意味があつてねじこつたのです。色も見た田も普段家でみるものと変わらないのに別物でした。私はレシピを教えてほしく、何度も頼みましたが、教えてもらわせませんでした。その後も何度も頼みましたが、教えてもらわせました。次の日、祖父は再び入院しました。その年の夏祖父は亡くなりました。五ヶ月ほど経たず、連絡もつてこなかつたため、突然の訃報に驚きました。ま

たずぐに駆けぬけひたのと本物に悲しかつたです。お葬式などせしめ、おむすびのことは忘れてしましました。そして、お正月、遠方から帰つてきました。アルバムを見ると、中には祖父と最後に行つたマスカラの写真がありました。スクロールしていくと、お皿の写真もあり、あのおむすびも写つていました。見た瞬間、あのおむすびの味が蘇つてしましました。祖父に聞いたところ、作り方は知らないことじつついましたが、祖父がつりや登山でつけておもつてつた定番のものだったのです。祖父は、あのおむすびには「玉子」を使つていたと聞きました。あの時の味と「玉子」とこのヒントを頼りに、まずは炊いたご飯に顆粒の出汁を混ぜて作りました。ですが全く味が違いました。次にだしを卵のように液体を使おうと思つて、出汁でご飯を炊きました。これを焼きおむすびにかけると以前よりおじしくされました。あの時の味とは遠いものでした。それから自分で出来たと、何度も挑戦しましたが、同じ味にはなりませんでした。

あのおむすびは、祖父との最後の一縷に過ぎず、話した日の大切な思い出です。祖父のあの味はもう誰にも教えてもらひたいとはじめません。ですが、私は私なりの焼きおむすびを作り、今では私の田舎料理の一つです。そして、毎年祖父の命日に私流にアレンジしたものを持つてこべになり、今年も持つていきました。このおむすびは、私と祖父の思い出をむすんでくれる大切なものです。だからこそ、おむすびは一つひとつに個性があり、じ飯をむすぶだけで完成ですが、人の心をむすぶものでもあると感づます。



群馬県コンクール 銀賞

## グルテンフリーに出会つて

伊勢崎市立四ツ葉学園中等教育学校 3年 鳴川 優乃

私は、元々白い小麦粉があまり好きではありませんでした。当たり前のようすに毎日の食卓に並んでいましたが、正直「おかずだけでもいいかな」と感じていました。パンの方がたくさん種類がありますが、どうせ小麦粉の単調に思えてつらかったです。

そんな私の「お米」への印象が変わりはじめたのは、学校の探究活動がきっかけでした。個人で自由にテーマを設定できるこの活動で私はのこのじよく見かたいた「グルテンフード」とこの言葉に興味を持ち、調べてみました。調べてみると、グルテンとは小麦などに含まれたとされる質の一種で、体质によつては健康や美容のために接種を控えた方がよいことが分かりました。そして、私自身もグルテンフリーの食生活を実践していく中で、小麦の代わりに使われるものが「米粉」の存在を知りました。米粉とは、その名の通りお米を粉状にしたもので、パンやお菓子、揚げ物の衣など、様々な料理に使えます。これを知り、とても驚きました。「どうせ」としか意識してこなかつたお米が、まったく別の姿で活用われていることに気がつきました。私は強く惹かれました。

日本は昔からお米が主食の国です。けれども、食の多様化やパン食の広がりにより、お米の消費量が年々減つているのが現状です。こんな中で、米粉との新しい使い方がもっと広がれば、食べ物にとつてもいれてしまい、お米を生産している農家の方々にとっても、大きな支えになるのではないかと思つます。しかし、日本の食料自給率を上げるにもつながる

のではないかと感じています。外国で作られた食べ物に頼るのではなく、自分たちの国で作った食べ物をもっと身近にしているべきだと思います。みんなでお米や米粉で作られたものを食べる」と、日本の未来にも良い影響があるかもしません。

私は、学校の探究活動をきっかけに「ただの主食」だと思っていたお米に、たくさんの可能性があることに気づくことができました。「はんが苦手な私が米粉に出会ってお米の魅力を見つけ、趣味ができたことは、自分にとって大きな変化でした。そして、私の探究活動はまだ続いている。これからもっと色々な米粉レシピを試して、お米のことをもっと深く知りたいです。そして、日本中のみんなにお米の魅力や可能性を知つてしまいたい」と云々お話をききました。

（お米が足りなくなつて本当に）  
と思ひながらモテレジを見ていたら、ニュースで「米不足」という言葉を耳にしました。僕はその原因が気になり詳しく調べてみた事にしました。すると、天候の異常や農家の高齢化、輸入にたよる食生活の変化など、いろいろな理由がある事がわかりました。特に最近の気温の変化や台風の被害でお米がうまく育たなかつた年もあつたのです。僕たちの食卓にあるのは実はとても大切に時間をかけて育てられたものというのを知り、考え方があつらいました。

### 群馬県コンクール 銀賞

## こめの現状

沼田市立薄根中学校 3年 佐藤 美生

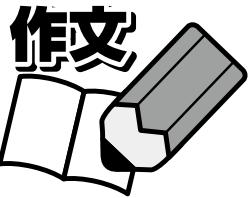
僕の家では、毎年祖父の知り合いかつてお米を買つておきます。価格は安定してて、味もとてもおいしいと感じます。なのでスーパーで売つてあるお米は買った事がないし、これからも買ひの必要はないと思つていました。

しかし今年は農家さんから秋までお米の在庫が持たないと

当たり前にあるものほど、大切にしつくらかもしれません。僕もまたその大切さがわかつていないけど、もしそれがなくなつたときははじめてその大切さがわかるのだと僕は思います。お米も今、言つたようなもの一つだと思います。

米不足がこのまま続けば、お米の値段がどんどん上がつていくかもしません。そのなれば今までのよつに気軽に「はんを食べる」とはできなくなつると思います。おにぎりやお弁当も値上がりし、毎日の食事が苦しくなるとこり大きな影響が出てくる可能性もあるのです。お米がなくなり、高くなればお米を使わず他の食材を使った食事が増えていき、日本の食文化が変わつてしまつのではないか不安になります。

そして何よりも、お米を作つてくれててる農家さんの数が年々減つていることがとても大きな問題だと知りました。農業をやる若く人がいなじから、田んぼがそのまま使われなくなつ



てしまい」ともあつて聞きました。せいかく田んぼがあるのに、作る人がいなくなるのはもったいなし、やがてこゝへす。

僕が「やでわぬ」とは、おもつめくはなこと黙り立てる。おまかせ「食べ物のをねだりこなす」ことだ。お米を残せよ食べよへじかる。おかげの時は食べ切れる分だけにあつ。おひこひ小さな」とでも、続けることに意味があると感じます。

それから、家族や友達に「お米は大事だよね」と話す。お米も大切です。お米に興味をもつてくれる人が増えたら立派をやつしみたいと思つたり、応援したいと思つて人が出していくと思います。

わし田植え体験ややつらいたイベントがあれば、やわらかくてみほほしこ、自分もこつこみたいですね。実際に田んぼに入つて苗を植えることがどれば、わいお米のことを知れる気がします。おこしれを「お米を大事にしつゝ」と思つて人が世の中に増えてくれた「おもいわせつ」と思つてます。

毎日の食事で「飯を食べる」のは当たり前のように黙りかれじたくやこの人の努力や苦労によつて生み出されたことを忘れないようにしたいです。お米を大切に食べる、食べられた環境に感謝をす。これを続けてこなすよいじられたうしなど思ひます。

## 群馬県コンクール銅賞

### じはんはたいせつ

高崎市立藤部小学校 1年 新井 蘭子

おこしれ十田のおおのせは、だらりかなじかんです。おこしれは、おじりとおもむりかにこなすので、しょりまつかえつしれいれぬじがあつたり、さうたまかとのねばあわやこちでみんなでじはんをたべられぬからです。くじつおかあさんと一人でたべるおぬのはくも、もかうてたいせつなじかんじす。おかあさんのつべぬりよつもだいすきだし、たくさんがつじのいとなんじ、おせなししながらたべるのは、たのしきです。じもやつぱり、かわくみんなそんじとまが、いちばんうれしきです。わたしが、かわくじかじかんがじねばんじす。みんなじつしょがよいです。みんなそんじと、おひちでたべるじはんも、がじしょくじ、えがおがひやくばいになります。おこしれのむじおばあかやんも「みんなでじはんをたべぬじが、うわばくしあわせ」とこつもこつてます。けんじのながいきのじはんは、みんなでたのじくしょくじをするじのなかな、じねもじます。そのためおじのじはんは、いつも一人でじはんをたべつづねじらじらので、わちんじたべつづねのか? わみしくないのかな? じつじぱくじします。だから、なかなかあえなじこおだたじはん、かわくがんじの十田の

しょくじのじかんをだごじこしたことひねわらわす。  
やわらやねじぬを、つべついてくれるのつかのみなむと、りよ  
ひつをつべついてくれるおかあさんやおみせの人、えがおじたの  
しごじかんをつべついてくれるかんくく、  
「うわ、あつがとく。」

わたしがたべたのは、さういにねらしかったじゆ。そ  
のじゆ、うながつたべたのは、さういにねらしかったじゆ。

わたしが、せぬこへつるをした。そのじゆは、あめうじは  
んがたべれなべし、元のまかうだも引きがでませでじた。  
一人じうせんをたべたじゆ、じしわせらしきもかになつて、  
しょくよくがなくなつもじた。でも、たべててかくでわ  
らじながつたべたのは、さういにねらしかつたじゆ。そ  
のじゆ、うながつたべたのは、さういにねらしかつたじゆ。

### 群馬県コンクール 銅賞

## じはんのパワー

坂中中学校 横野小学校 1年 羽鳥 結愛華

わたしが、じはんが大きです。あたたかうじはんをたべる

じ、じいじのゆまじまかほかしじれい、元もがわらしきもす。  
わたしのねじらわやんはお米をつべついて、わたしのじい  
ではそのお米をたべてじま。おじらわやんが田んぼでがんば  
つしんだしてくれたお米だから、わたしは一つ一つ大せつ  
にたべてらま。

わたしは、うわこいのかうじはんがすせじつた。おべとじいの  
じはんも、うつもひかひかにたべてかえつしゆるじ、おかあさん  
はうれしゆるじおべんといせじみてつらまつた。そのえがおを  
みゆる、わたしわいれつこわわになつた。じはんはかねば  
かねほじお米のあまみがついたのじこじゅ。じこはおかすじせ  
白うじはんじつよにたべる、やうにねらしかくじま。

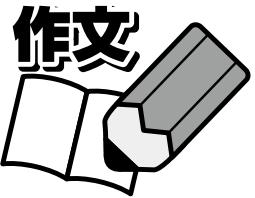
### 群馬県コンクール 銅賞

## おこめがある生かつ

高崎市立鹿川小学校 2年 渡邊 那南

じはんがおもいをこめついてくれたお米で、かぞくが元き  
になつます。わたしは、れからも、かんじやのあもむかにたいせ  
つじはんをたべてらあたつです。

わたしは、あこあせ、ねじはんじでねじぬを食べます。じん  
なねかくじもあいねじぬ、一口の元氣のよいじ、ねじぬを食



「ハロウ | 田がえせねえ。」 と呟く。すると、

今年、おじめのねだんが高くなつたと一コースでもよく聞くようになりました。そして、高くなつただけでなく、お店でいつもおじめがすぐなくなつりました。わたしがよく行くスーパーでは、おじめいちばだったといつてリーメンがないぢゃありませんでした。おじめさんとおかあさんも

「十キロのおこめがほしかったのに、五キロのふくらしかなかつたよ。」

「五キロで四千円だったよ。」

卷之三

わたしは、ほごくさんのいひに、おじめをつべつた」とがります。なえまいへりや田ひえ、いねかりやだつこなどのやあよひは、どれも大くんだつたのをねせんじらまか。おじめの家やへは、土曜日や日曜日などかんせうなく、まい日おじめをつくつしてれじらます。この畠やあつじ田がつてらたり、雨がすくなかったりして、たらせくじくねりしてらねじとも、一コースで見ました。大へんなどが多ひので、おじめのう家やへにならうとするわかい人たちがいなうじとや、もんだいになつてらねじと、本で読みました。

おじめのう家さんのたぐわんのくわいじど力でわたしたちの  
わざはじむかわるおじめなので、ひとつひとつふにかんし  
やして、いれからも大切に、ねじしゃべぐたじと思ひます。

# ごはんとわたし

太田市立木崎小学校  
2年  
岸  
燈

岸

燈

わたしはごはんが大好きです。  
とってもおいしいから大好きです。

ママがつづいたおひらくおかげとさうしたぐねといたぐわ

おかれでをしかやしむる

ゆきやめた。

わたしも大きなおこめがたべれなくて、まつてあります。

ママがいました。

たべてみるじ、やつぱりおこめはおいしかったです。  
でも、日本でつくりたおこめとはちがつてきたてなのにサ  
ンカラしてバサバサして少しだくべ、あまりいいにおいがし

ませんでした。

なんで日本のねいぬはなくなつたりやつたんだか。

だれかがひとりじめをしたのかな?

あつくておいぬがつかれちゃつたのかな?

雨が少なくて大きくなれないのかな?

早く日本のねいぬをおなかにぱいたべたいから、のつかの

人にガンバつてほしいです。

だけど、わたしあむだなねいぬでも大せつにねこしつたべよ

いと思つます。

### 群馬県コンクール 銅賞

## 弟のはじめてのごはん

安中市立安中小学校 3年 田村 藍子

去年の春、まちにまつた一番田の弟が生まれました。さうしては体が小さくて、だつむをすむのもうしきわかつたです。そんな弟もだんだん成長していき、秋になりました。

「うょいじいじの作った新米ができるもんかうつこつう食を始めよつか。」

と、母が言いました。そこで、すぐれたの弟とおかゆ作りをやつだいました。

お米にぬいて、十倍の水を入れて、たきました。そのあと、

じいじのじいじのじいじもました。

じいじがつたおかゆを弟に食べさせようとしたのも、今ま

じいじのねいぬしかのんでしなかつた弟は、おかゆが何なのか

も分からなじし、食べよとしもしてくわませてでした。だから、

口を開けたときにうわいでおかゆを入れました。やつとのこと

で弟の口におかゆを入れたのにねこしつなわせにたくわん

いていました。私はせつかくのじいじの新米がもつたいないと

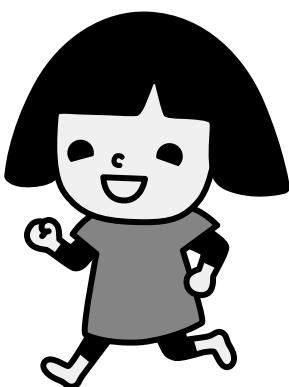
思いました。しかし囁き、

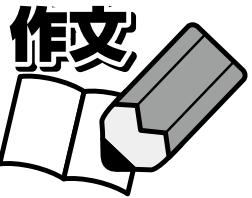
「せつかくねじいじのねいぬのだから口に入れる練習だけでも

いいんだよ。」

じいじつこました。赤ちゃんの一番やうしょのうにゅうの食は、おかゆなのだわりです。お米はえいよつがあり、消化もよくアレルギーが出ないので、赤ちゃんが食べても安心だからです。アレルギーが出ない食べ物を知らなかつたのにおどりもました。

はじめはあんなにいやがつていたのにやがつて食べるやつも、二つの間にか三食食べぐるよつになり、私たちと同じよつはんを食べて、家をくみなんで食事とかじめぬよつになりました。弟も私たちもお米を食べない口はあります。これからも家をくでたくせんお米を食べて元気によくしました。





## 群馬県コンクール 銅賞

### やさしい、うれしいお米

太田市立太田小学校 3年 高崎 あかり

わたしの家には、毎日、お米がほしいです。みやざめさんにおね、おばあちゃんの家からじいちゃんが、お父さんの親せきが作った物がとどくんだそうじ。

毎日とじいお米は、わたしやお姉さん、お父さん、妹や弟にひとつも、うれしい物。お姉さんは、

「今はお米が高いから、とじやたすかる。」

と、聞いていました。でも、本当に、そのお米を作つてらる田さんは、わたしのお父さんがあったのに、今のわたしのお母さんとじいさんするために、じいさんに来たかつたから、その田さんはもう売つてしまつたのです。お米がとどかないのは悲しいけれど、お父さんとじいさんに来なかつたら、わたしは生まれていなかつた事になるから、何とも言えなかつた。でも、今のわたしのゆめは、大人になつたが、その田さんはつづつとです。夏休みに、おばあちゃんの家に行つた時に、「大人になつたら田さんはつづく。」

と、いつてあげたいです。せつと、おばあちゃんたちがしようとつてしまふと思つからず。

わたしはお米に思つ出があります。わたしのもう一人のおじ

じいちゃんは、鳥のすすめの友だちがいて、そのすすめは、毎朝おじいちゃんの家の庭に来て、お米をもひこに来ます。せいしょのまつはカリカリでとてもやせていたとおじいちゃんは言つてしまつた。でも花に水をやるために、わたしがじょうひをかりにいくと、いつもすずめが来ていました。見てみると、毎日、少しあつたじつじつと、か皿せじかべと、そのすすめは、友だちをつれで、毎日来るようになつて、わたしもなんとなく、うれしくなります。今は、わたしも友だちになりたいです。

わたしは、かんきょのじめをくせつして、お姉さんが、うれしくなつて、お米がやかくなつてじやないかな、と考えました。

## 群馬県コンクール 銅賞

### ぼくとお米

富岡市立額部小学校 4年 落合 奏太

ぼくことじい、お米はただの主食ではなく、日々の生活の中で大切な存在です。お米がなければ、ぼくの食卓はやがしくなつてしまつますし、その背景には日本の文化や歴史も深く関わつてしまます。小さじいから、家族といつしょにお米をたき、食べる事は、家族の温かさや安心感をもたらしてくれるものでした。

ぼくの家では、毎日の食事に欠かせないのがお米です。朝は、

おにぎりやお茶漬け、晩はカレーや弁当にご飯がそそられ、夜は家族みんなで団む食たぐに必ずお米があります。お米が炊けた香りがただようだけで、自然とお腹が空いて笑顔になれるのです。ぼくにとって、お米は家族のきずなを深める役割も果たしています。お米を食べながら、家族みんなで今日の出来事を話し合ったり、感謝の気持ちを伝え合つたりする時間は何にも代えがたい大切な時間です。

また、お米には様々な種類や調理法がありますの奥深さもみ力の一つです。白米だけではなく、玄米や雑穀米、もち米なども楽しむことができます。季節や地域によつても、味や風味がちがうのも面白い点です。例えば、秋には新米が出回り、その新鮮さと味を味わうのがとても楽しみです。おにぎりやお米のケーキ、いろいろな形のおにぎりなど、工夫次第でいろいろな食べ方が楽しめます。

美味しくて何回もおかわりしてしまいました。

お米は、日本だけでなく世界中で食べられている重要な食材です。アジアを中心に様々な料理や文化と結びついています。田植えの時にじつしょだったのはエチオピアなどアフリカの人気が多かったです。お米を通じて国や文化を超えた交流ができたと感じました。

最後に、お米はぼくの生活にとってなくてはならない存在です。食べる事でエネルギーを得るだけでなく、心も豊かになります。これからもお米の持つあまいしさを大切にし、おいしいお米が食べられる感謝の気持ちを忘れずに日々を過ごしていきたいと思います。

### 群馬県コンクール 銅賞

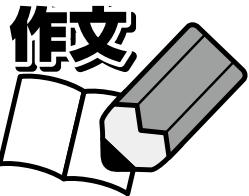
## 父の言葉を忘れずに

太田市立休泊小学校 4年 石川 志優

「お米が高値。」

この一コースが、毎日のようにトレーリから流れています。今まで当たり前のように食べてきたお米が、じつは高くなつてしまつたんだから。ぼくは、気になり調べてみた。

原因は、暑さや雨が少ないなどの異常気象や、お米作りに必要な料の値上がり、お米作りをする人達が高齢になつて



辞めてしまひ、その土地が建て物に変わり、田んぼがへつてしまひぬからだそうだ。

ぼくは、小さじつかい父に、

「お米一つでも残さず、大事に食べねんだよ。農家さんのが手間ひまかわい、一生かん命作つてくれたんだ。無駄にしつは、じかなかよ。」

と語られてきた。父もそ父にそう語られたみたいだ。いつも

父は、お米も野菜も作つていただらしいが、そ父の代でお米作りは辞め、野菜作りだけになつた。たまに父とぼくは、畑のお手伝いに行く。じゃがいもを植える時には、種いもに灰をつけて植える。それいに植えるのは難しい。しゅうかくは、こもをキズつけなじように、そ父と父が万能じうの道具でこもを掘り起し、いもを拾うのがぼくの仕事だ。いつも仕事の後は、あせじ泥まみれでぐとぐとになる。そ父は、

「お米を作るのはもつと難しくて、長く期間天候を心配したり、大変なんだよ。」

お米作りは、ぼくがぐとぐとになるのもつと長い期間大変な思いをして作られてくるのだと知つた。当たり前の様に食べてきたお米も野菜も、値段じうめつけるだけではなく、農家の方への感しやじうけいを決して忘れはしないかないと強く思つた。

未来の食卓を支えるために、ぼくは、そ父の農業の手伝いをしつ、いつかそ父の畑を自分の代でも守れる大人になりたい。そして、今のぼくには、お米作りはできないけれど、お米を大切にあらうとはやむ。だから、一つも残さずきちんと食べ

たい。父の言葉を忘れない」。

## 群馬県コンクール 銅賞

### 田植えの体験

高崎市立真籠小学校 5年 村川 日和

「はあ、田植えなれてやつたくないよ。」

田植えをする日の朝日、私の心は不安とこや味でこいつぱいだつた。

「大丈夫だよ。」

と語つてた。私の気持ちを落ち着かせようとした。でも、私の気持ちは落ち着かなかつた。

自分の席に座つてたら、友達に

「田植え楽しみ?」

と、きかれた。私は、

「余然樂しみじやない。私、じ飯好きだけじ田植えいやかな。じゆに足入れるのつじやじやん。何か楽しみになる方法ないかな。」

と、語つたの友達がいいアイディアをくれたので、それを元にいろいろと教えてみた。そしたら少しやる気が出た。

田植えの時間、私は「失敗しなじうらな」などこのくない

とを考えながら先生や、農業委員の人の話をきいていた。そのせいで、話の内容があまり入ってこなかつた。

田んぼに足を入れる前、私は、

（いやだけじ、しつかりやらないとみんなこめいわくだよね。がんばつなきやー）

と、思った。でも本当に頑張れるか不安だつた。

足入れて、「気持ち悪い」と思いながら前へ進んだ。かえるや水ぐもがいたので「ふまないよに氣をつけないと」と、思いながら苗を植えていた。

休けい時間「前半は失敗しなかつたけど、後半も失敗しないといいな。」などいろいろな事を考えていた私。まわりの音が聞えないくらい頭の中は不安でいっぱいだつた。そのとせ、朝に友達がてき案してくれたこと、「未来のことを考える」というのを思い出した。その言葉のとおりにいろいろ考えてしまつと、したときに休けいがおわつた。足位置に向かつてらるともとに考えてみた。これから植える苗が成長してからのこと、それを食べられる」と、いろいろ考えてみた。そしたら朝と同じようにやる気が出た。その後、苗を植えてみると田植えが楽しく感じた。

田植えが終わり、私は、もつとしだけやりたかつたと思いながら着がえをしていた。

私は、アドバイスをくれた友達に感謝してゐる。これからもいやなことがあつたら、「未来のことを考える」ようにしようと、みんなで植えた苗が元気に育つてほしとthoughtた。お米を食べるのが楽しみだ。

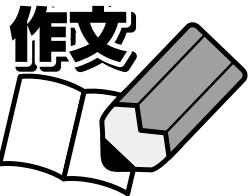
## 群馬県コンクール銅賞

太田市立中央小学校 5年 小野 景大

僕が小学1年生の夏、父の仕事の関係で家族でアメリカに引っ越しことになつた。初めての外国での生活で英語もまったく分からず、不安が大きかつた。しかもそのころの僕は好き嫌いがまだあり、食べられるものがとても少なかつた。学校の給食すり、ほじとじ食べずと云ふことわざあつた。食べられたのは、ご飯やみそ汁くらいだつた。

そんな僕がアメリカでちやんと食べていけるのか、両親はとても心配したのだと思つ。日本から持つていいくースーツケースには、ふりかけやかつお節、インスタントみそ汁がぎりぎり入つていた。

その時流行していたコロナウイルスの影響もあつて、アメリカに着いた僕たち家族はホテルで暮らした。外食はできず、シリアルやレトルトの料理ばかり。どれも味が濃く慣れない匂いがして、なかなか食べられなかつた。おなかは空いているのに。ある日、母が「ご飯を見つけたよー」とうれしそうに持つてきたのは、ドラッグストアで売つていてお米だつた。炊飯器がなかつたので電子レンジで炊いてみることにした。米と水を同じ量入れてレンジにかけると、炊きたてのご飯のような匂いが



部屋に広がった。その匂いを吸い込みながら、僕はかつお節の袋を握りしめて、チンという音を待った。

できあがったご飯は水が少なかつたからか少しぼろぼろとしていた。けれど、僕はそのご飯から口を離せなかつた。かつお節をかけて食べるが、最高のごちそうだった。家族と一緒にテーブルで、僕はお腹いっぱいになるまで何度もおかわりをした。家族全員が久しぶりに笑顔になれた楽しい食事だった。

アメリカでもご飯が食べられる安心感はとても大きかつた。

気づけば僕は好き嫌いがほとんど無くなり、学校のランチでも何でも食べられるようになつていて。もし「アメリカで一番おいしいしかつたものは?」と聞かれたら迷わずあの日のレンジで炊いた少し硬いご飯と答える。なぜならアメリカに行つて初めて「おなかいっぱい」になれた味だったからだ。知らない国で言葉は分からなくとも、家族で「おこしおね」と笑い合えた時間だつた。日本に帰国してからしばらく経つたれど、今もでも台所から炊きたての匂いが漂うと、あの時の気持ちがよみがえる。お米は、ここにいても家族をつなぐ大切な味だと思つ。

最近、日本で米不足のニュースが続いている。高温や水不足からお米が少くなり、値段も上がつていて驚いた。日本にいればいつでもお米が食べられると思つていていたけれど、それではないのだ。アメリカで初めて食べたあの時のご飯の味を忘れずに、これからも毎日お茶わんによそられるお米の一粒一粒を残さず、大切に食べたい。これからも家族と一緒に、お米を作つてくれる人達に感謝しながら、味わつていきたい。

群馬県コンクール銅賞

## お米作りから 米農家になる気持ちへ

太田市立沢野小学校 6年 佐々木 裕修

私は、お米がとても大好きです。毎日三食お米が出ないと悲しくなります。なぜ今まで好きなのかといふと、祖父が真心をこめて育してくれて、それを毎日送つてくれていてるからです。毎日食べたり、毎回農業のお手伝いをしてくる間でだんだんとお米作りに興味がわきました。そこで、祖父に田植えをしたいと、お願いしたら、初めて畑の一部を私専用の田んぼにしてもらいました。

私が、最初に田植えと稻刈りを体験したのは、小学三年生の時です。祖父に色々とやり方を教えてもらひながら行いました。小学校四年生になつた頃には、ほぼ自分で出来るようになつていきました。しかし、地面が見えなくてわかつたり、足がすべつて転びやすくなつたりと、とても大変でつかれました。小学六年生の時は、祖父がこしをいためながらも、孫のために田んぼを作つてくれました。また、田植えが終わつた後も、毎日朝早くから田んぼの水をくみに何往復もしてくれました。私も全部一人で田植えをして、祖父はこんなに大変なことをやつしたのかと、とてもおどろきました。そして、これを毎年

れをもちました。

今年の七田下じゅん、祖父の家にこどまりに行つた時、稻が大きく育つていました。私一人で田植えを行つていたからか、今まで以上に稻かりが楽しみです。私は、いつも遊んでしまつことをやめようと思います。そして、秋に行われる稻かりで、小学校三年生から五年生でやつたことを活かして、一人で全て行つてみたいです。

それから私は、お米のことをもつと知りたくなりました。インターネットや本など調べたり、祖父にお米のことなどをインタビューしたりして具体的なことを知りたいです。

八田に私は、インターネットでお米作りの一年間の流れを調べてみました。あるといいのよつなどが分かりました。三月は、なえ作りやその水やりを行つます。五月は、田植えや除草をします。六月から八月は、稻の管理を行います。九月では、稻かりを行います。このように米農家は、一年中お米のことを管理したり、見守つたりしていることが分かつました。やがて私は、米農家の大変な所も調べました。あると、水質の管理や害虫の駆除など、経験が無ことわざなつことが多くありました。また、天候でも品質やしきりかへ量などが大きく左右するなども分かりました。私は、こんなに大変なことをあつひやつてゐる、米農家の人にそんかいの念をもちました。

私は、祖父の後をひきつづり、米農家になりました。苦しさとや大変でやつたくなくなつたこともあるかもしません。しかし、そんな時は、祖父の言葉や決意したことなどを思い出しじ、前向きにやつてこなつと思つます。

## 群馬県コンクール銅賞

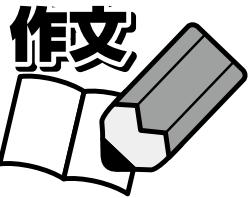
### ごはん・お米とわたし

千代田町立東小学校 6年 間仲 奏太

ぼくは、小学校からお米が大好きです。朝はおにぎり、昼のチャーハン、夜の白いごはん。どれもぼくの元気のものですね。だから、この夏、日本でお米が足りないと知ったとき、本当にショックでした。

スーパーに行つても、いつもお米の棚は空っぽ。代わりに並んでいたのは海外から来たお米でした。お母さんが「しばらくはこれしかないとだつて。」と書いて買つてしまつたけれど、炊きたての香りも、食感も、いつものお米とは全然ちがつていました。正直、「なにで日本で日本のお米を食べられないんだ」と悔しくなつました。ある日、スーパーで、まだお米が売り切れになつたとき、弟が「じゃあパンでいいじゃん」と軽く言いました。ぼくはつづいて、「パンでいいじゃんつて、そんな簡単なことじやないんだよ。」と声を震ひながらしました。弟はきょとんとしていましたが、ぼくにひとつはとても大事なことがつたのです。

ニコースや本で調べてみると、去年の天候不順や高温でお米の収穫量が減つたこと、農家さんの数が減つていること、そして海外からの輸入に頼りぬけをえない状況にあることがわかり



## 群馬県コンクール銅賞

ました。やいに、お米はよく保存でいいので、国は「備蓄米」。いつとも知りました。つまり、今まが食べたい国産米は、倉庫の中で眠つてゐるわけです。それを聞いて、「じゃあ少しも出しつれればいいのにー」とまた悔しくなりました。でも、自然や天気に左右されながら作りれたお米は、急に増やせないと、ともわかりました。ぼくは、お米を当たり前に食べられる日常が、実はとてもありました。

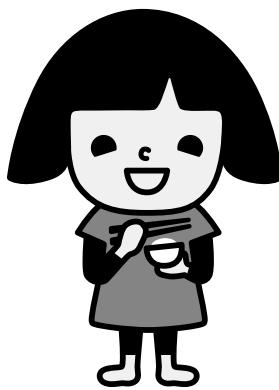
最近は、海外米でもおいしく食べられるように、お母さんが水加減を工夫して炊いたりチャーハンやカレーに使つたりしています。先日、弟の畠さんが作ったおにぎりを食べたとき、弟が「パンもいっか、お米もおいしいね。」と喜ったのを聞いて、ちょっとだけれど喜びました。

この夏の出来事で、お米は日本の宝物だと思いよつとなりました。大人になつたら、もっとお米を大事にするの社会になつて、いつまでも、のために自分ができることがあります。

私は、家族で「ミユニケーションをとれる場だ」といふな友達と遊んだり、趣味や好きなことに没頭する時間も大切で、大好きです。ですが、もっと大切な時間があります。それは、家族みんなでじつしょにご飯を食べている時間です。

私は、一番の時間が大切な理由が二つあります。一つは、家族で「ミユニケーションをとれる場だ」といふとです。私の両親は共働きで朝から夜まで働いてくれています。そのため、私が学校から帰つても、もちろん両親は家にはいません。ですが、そんな忙しい中でも外食にたよる」とをせず、手伝いで、おこしに夕食を用意してくれます。そして、家族みんなが集まつてご飯を食べながら、他愛のない話をして笑い合います。学校で食べるお弁当もねこつて大好きですが、みんなで食べる夕食の方がちがつたおこしやがあります。こんなくだらない会話が家族のあいだを深め、「ミユニケーションをとる大事な場所であり、時間です。

一つ目の理由は、去年の「四年の夏頃から、現在も続いている「令和の米騒動」として知られている米不足を経験したからです。



## 私の大切な時間

伊勢崎市立図書学園中等教育学校 1年 小池 あかり

私の家では、小さい時からパンよりも、『飯の方が食卓に並ぶ』ことが多かったです。そのため、私達家族にとって「令和の米騒動」は、とても厳しへ、つらい状況でした。私は、自分が食べたい分を十分に食べられないことが当たり前だと思っていました。両親は、

「飯にせずに、食べたい分だけ、必要なだけ食べなさいよ。」

と、叫びてくれていましたが買い物の時に、

「お米、まだ高いな。」

と不安な声をつづやこしていた事が忘れない限り、自分で中ではじてじて不安な気持ちが募つてしましました。今まで当たり前だったことが当たり前のではなくなる事がすこく怖くて心配でした。今まで、私が米ではなく、パンや麺類など、他の食べ物ばかりを好んでいたことを、この、お米が手に入らないかも知れないと、この状況に直面して、初めてお米のありがたさを感じられました。今まで当たり前だったことのありがたさを知ることができました。今は、備蓄米なども少し、おわづかきましたが、当時の様子は忘れないとのない、私にとって少しも印象強い出来事でした。

これらの経験から、食は「ヨリヨリケーション」との大重要な場所だと気づくとともに、家族のやかなを深められる時間だつてことを学べました。また、普段当たり前な存在で身近なものほど大切にする必要があるとも知り、出来ました。これらの経験から学んだことを生かしていきたいです。

これからは、ヨリヨリケーションの場を大切にし、周りにも広める必要があると思います。そして、当たり前を当たり前だと思わず、身近なことを大切に感謝しながら過ごすことをして

られたじです。視野を広げ持つこと意識しておもたこと思います。

「これからは、お米のありがたさを忘れないに、日本の食文化である「米」をこれからも大切に、そして周りの人々に広めたいからよくなりたい」と、今回の発觸を通して、思いました。

### 群馬県コンクール 銅賞

## 2つの時間を味わつて

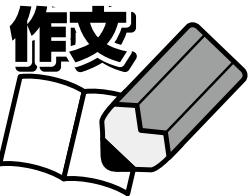
太田市立北の杜学園 1年 椿 更 紗

おねり、お座りで近くの薬局で備蓄米を買つてきました。袋には「穀用米（ごくようめい）」と書かれていて、「長期保管の特性上、においや食感が通常に比べて異なる場合があります」と注意書きがありました。私はちょっと心配になつた。「古くお米なのかな、おこしくなつかも」と思つた。

調べてみると、これは備蓄米（ごくようめい）ところのや、災害や食糧不足になると、国が倉庫で大切に保管していたお米だと分かった。このお米は、令和4年産。つまり、2年前にされたお米だつた。

「ほんとうにおこしくるの？」

と不安になつながら、タジはんに炊いてやつた。炊飯器のふたをあけねど、匂わづらう香り。ひと口食べてみたら、



びつい。ふつい、こや、それ以上におこしかった。少しかための食感があつて、おかずとの相性もばつた。」「これが2年前のお米なの？」とねむいた。

そのすいしあと、畠田に住んでいたお隣りの友人から、「新米がとれたから送ねね」と書いた、新米の状態でお米が届いた。箱を開けると、袋の外からでもお米のこじ香りがして、「炊く前に精米してみたい！」と私はすぐに書いた。そこで家で精米機を使って、ぴかぴかの白米にして炊いた。

その日の夕方、新米を炊いてやった。炊飯器のふたを開けた瞬間、白い湯気とこじ香りがふわっと広がった。お茶わんによどつひとつ口食べたら、ふんわりやわらかく、かむたびに甘みが広がった。どれたての「旬」の味がした。

そのあと、もう一度備蓄米を炊いて、食べ比べをしてみた。新米はやわらかく、ふつい。備蓄米は、しっかりとした粒で、あつせりとしつぶれがわかる。「ひかりもせんぜんちがつて、でもどちらもおこしかった。

新米には、農家の人たちが気温や雨とたたかって育じた、まつすぐな努力の味がある。備蓄米には、時間をこえておいしむを守つしてくれる、安心と工夫の力がある。においや食感が少しがつても、私はむづむづに「歴史」や「かうれしきた時間」を感じた。

こんなふうに、ちがう時間を生きたお米を、同じ食卓で食べられるつじあつじだと感づ。お米は、ただの食べものじゃなく、「ぐ」と「わくも」をつなげてくれる存在だ。それに気がついた、「はてこれを食べるひとの」「こただれもす」がちやんといつた。

なげ、「あつがとい」、「こただれもす」が、ちやんといつてみた。

これからも、お茶わんを手に取る間に、少しだけ想像してみたい。  
このお米はじつとれたんだいい。ぶりで育つたんだいい。そして、だれがどんな思いで私に届けられたんだいい。  
じはんは、私のお腹を満たすだけじゃなくて、心まであたたかくしてやね。

新米のうれしさと、備蓄米の安心感。

じかうせ、私のひとつの大切な「飯」だ。

群馬県コンクール銅賞

## お米の魅力

前橋市立木瀬中学校 2年 本間 理恵

私は朝じはんにはいつもお米を食べる。たまにパンを食べるのもあるが、結局、飽きてしまってお米に戻つてしまつ。なにいつも私は、朝じはんにはお米を食べている。でも、最近は若者の米離れや、令和の米騒動などの影響で、お米を食べる人が少なくなつてつるのだといつ。そんな中、もう一度、お米の魅力について知る必要があるのではないかと思つた。主食が米からパンや麺に少しづつ移り変わつてしまつた。でも、お

米にはパンや麺ではない魅力がある。だから、今一度お米の魅力や大切さを知るべきではないだらうか。

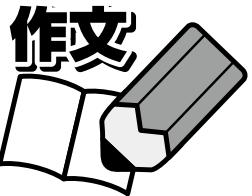
まあ、お米の魅力一つ目は、パンや麺に比べて、太りにくいところだ。でも、炭水化物との点で見ると、パンも麺も米も、太りやすいうことには変わりないのではないかと思つた人もいるだらう。だが、炭水化物をとるところとは人が活動する上でとても大切なことなのだ。だから、いかに太りにくい主食を選び、適した量を食べるかこれが大切になつてゐる。お米は主食の中でも、血糖値の上昇が緩やかである。よつて、太りにくいのだ。しかも、パンは作るときに、バターやマーガリンなどの高カロリーな物が使われているのに対し、お米は水を入れて炊飯器で炊けば食べることができる。よつて、お米の方が健康によいのだ。適した量を食べれば、太るゝことはなく、糖質抜きダイエットをするよりずっと良いのだ。

お米の魅力二つ目は、色々なものに変身することができるところだ。米を蒸したり、ついたりすれば、もりたんぼやもちに、焼けばせんべいに、発酵させれば日本酒やみりんに盃を変えることができる。これは、主食界の役者と聞いても良らのではないだらうか。昔の人々が知恵を働かせ、こんなにも多くの食べ物を生み出してくれたおかげで、私たちはもつと、お米を色々な形で楽しむことができる。昔の人々はもからくすりが、米も同じくすりがよいのだ。

お米の魅力三つ目は、何にでも合つてこないところだ。和食はもからく、洋食にだつてお米は合つ。おかずの恋人のようなものである。イングリッシュではナンで食べられていたカレーもお米はつくりにつつまつのだ。

お米の魅力四つ目は、心を温めてくれるみんなのヒーローだところだ。私は惱み事がついていても眠れなかつたとき、母がおにぎりを作つてくれたことがある。優しく温かいおにぎりを頬張つてみると、涙があふれていた。あれと同時に、惱みがスーと消えていくことに感じた。おにぎりには、不思議と包みこまれるような優しさがある。それは、他の食べ物を食べても、同じようには感じないとのできないような、お米特有のものだと感づる。惱んでらるときは、苦しことも、悲しことも、どこかとも離つてしまふ第1の親のような存在だと私は感じてゐる。

このようにお米にはたくさんの魅力がある。日本では弥生時代に稻作が始まって以来、一千年間ずっとお米が主食として食べられてきた。近代、パンや麺の需要が高まつてはいるが、今もなお、多くの家庭でお米が日常的に食べられていることには変わらない。衣食住の中で食のお米を食べるところ文化だけは変わらなかつたのだ。それはお米の魅力を知つて食べ始めたからなのではないだらうか。私は、もつと多くの人々がお米の魅力について再認識し、お米の大切さについて知るべきだと思つ。私もお米に助けられ、いかにお米が大切かを知つた。だからもつと多くの人々にお米の力で笑顔になつてほし。お米はこんなにも素晴らしい食べ物だったのだと知つてほし。だから、このお米という食べ物を未来に残していくべきだと思つ。



## 群馬県コンクール 銅賞

# 「いただきます」のその先に

伊勢崎市立四ツ葉学園中等教育学校 2年 松本 紗和

近年、テレビやインターネットのニュースで「米不足」との言葉を頻繁に耳にするたび不安を覚えるようになりました。米不足という報道を見るたび、また実際にスーパー・マーケットの米売り場の光景を目にするとこれまでの昔のよい思い出が並んでいた棚にぽつかりと残った時間の田の跡たちに、私たちはお米の豊かな恵みを永遠に忘れないことをじめなうだとわかりました。

私の家では、これまで食卓に並ぶお米はほとんどが祖父が丹精込めて作ってくれたものでした。幼い頃、祖父の家を訪れると広がる田んぼの中に汗を流しながら作業する祖父の姿がありました。お正月になると、お達が祖父の家に集まり、みんなで賑やかに餅つきをしました。石臼にこねぱら入ったもち米を杵で祖父と父、叔父たちが声をかけ合いながらついたお餅はつきたての柔らかな温かさとぬみが口いっぱいに広がり、みんなが笑顔になれるものでした。

しかし、祖父が七十歳後半を迎える次第に農業を続けることが難しくなったとき私たちの食卓はどのようにだらうかといつ不安が家族の間に広がりました。そのとき、父と叔父が祖父の思

いを継いで米作りを続けないとを決意しました。慣れない作業に苦労しながらも祖父と祖父の仲間の指導のもと泥だらけになりながら田んぼに向かう姿を見て私はこれまで「田の前」だと思つていただのお米が、どれほどの苦労とじれほどの思いやりの上に成り立つているのかをあらためて知ることができました。

この経験から、日本人にとってお米は単なる栄養源に留まらない特別な食べ物であると強く感じます。お米は、私たちの文化や歴史と深く結びついています。お正月には鏡餅を飾り新しい年の始まりを祝います。祭りや祝事の時には、家族や地域の人々が集まり赤飯やたらし寿司といった米を中心とした食事が食卓を囲みます。そして米から作られる味噌や醤油、日本酒は和食という世界に誇れる食文化を支えてきました。私たちの食文化の根幹には常にお米があり、生活の節田節田に米がそつと寄り添つてくれます。食卓に白いご飯が並ぶことが当たり前の光景であるからこそ、もしそれが失われたならば私たちの食文化は大きく変化し和食という歴史あるものが次第に減っていくことになると感じます。お米は単に空腹を満たすものだけではなく、私たちの食文化の歴史そのものであると感じられました。

このようにおじいさんから、私自身に何ができるのか教えてみました。まずはお米を、そして豊かな資源を大切にすること、最も基本的な行動です。たとえ苦手なものが食卓に出しきたとしても決して無駄にせず、全てを食べるよいにあることです。それは心を込めて作ってくれた祖父やお父さん、全国の生産者の方々への感謝を伝えること、絶対にそのよいを忘れないということです。

食事の前に手を合わせ「いただきます」とその中に呟くと、それは単なる習慣ではなく、命を頂くひとの生産者と田畠の恵みに心から敬意を払うひとの表明としてひとを栄養士の方に教えてもらいました。直接会うひとができない方々にも、「ありがとう」とこういふ気持ちを胸にながら一粒残らず大切に食べたこと思つます。

### 群馬県コンクール銅賞

## お米が教えてくれたこと

忍田市立薄根中学校 3年 高橋 百華

最近、日本では、「米不足」が話題になつています。私の食卓でも、米不足の影響もあり、麺類などが多くなつてしまふ。米不足の原因としては、天候不順による不作、需給の増加、そして、供給体制の課題など、複数の要因が複合的に影響していると、お伝えしてきました。

そんな中でも、やつぱり私は、お米が恋しいです。お米は、私にとって、小さいときから食卓に並ぶないはずがないのです。

今年度から、学校での給食では、お米の出る確率が大いに上がりました。米不足の中、給食も無料となつてしまふから少し心配もありました。ですが、正直などいり、お米の出る確率

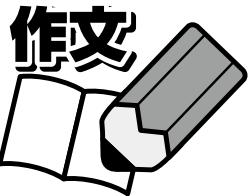
が上がったことは、とても嬉しかったです。その理由は、単純にお米が好きだからです。私は、朝ごはんで、お米を食べない分、学校でのお米は、いつも桌上におこして感じます。また、四時間目授業が体育であるときは、もつとおこして感じます。そのような感情は、もがくと家でも同じです。初めて、書いたように、米不足の今、私の食卓では、麺類が多くなつてしまふ。だからこそ、麺類じやなく、お米が食卓に並ぶとも、私は、じいじも嬉しい気持ちになります。

米不足は、私は、悲しい気持ちがあつました。しかし、米を食べる機会が少なづからじいじも同じですが、嬉しいもあつたのです。私にとって「米不足」は、不幸中の幸いだったのです。

そして、私が米を好む理由としては、まず、第一に、米と合わせたのだけれどペーパーハニーがあることです。お米と他の副食や食材はとても多くのです。例えば、肉・卵・魚・のりなど。沢山あります。米と他の食材が多いからこそ、米は一生あきなさうのです。米と卵の食材が多いからこそ、米は一生あきなさうのです。

第一と二つ目は、とても栄養価が高くなります。米は、エネルギー源である、炭水化物が豊富であり、栄養バランスが良いことから、米は、バランスを取るのにとても良いのです。

最後に、第三とつめは、かめばかむほどぬみが増していくことです。それは、お米のでんぶんが唾液に含まれる消化酵素によつて、麦芽糖に分解されるからだそうです。かめばかむほどぬみが増し、おこつやせが増していくと、やはり、米はやめられないのである。



この二つが私が好む理由なのです。

また、私が食事をするとき、一番おいしく食べるための「ツ」は、ただ一つだと思います。それは、家族や友達など、みんなと一緒に食べたいのです。たとえ、自分があまり好んでいないものだとしても、みんなで食べれば、私は、おいしく感じてしまうものだと思います。

米不足であつても、私の大好きなお米が十分に食べたいことができなことしかも、一番大切なことは、みんなで仲良しく、楽しんで食べたいのです。それが、米不足の現状で、「お米が私に教えてくれた」と。これからも、私の大好きな家族や友達と、大好きなお米が食べられるのを願っています。

当たり前のようになつていたこと当たり前ではないと気づいたから、色々なことへの感謝も忘れないようにしたいと思います。



群馬県コンクール銅賞

## ごはんと笑顔の時間

館林市立第一中学校 3年 菅原 美愛子

私は「ごはん」は、家族と一緒に週末があつたかい時間そのもの。食べるだけでなく、ホットしたり笑つたりできる大切なひとじまだ。日本を離れてドイツで暮らしたとき、そのことをもつとしつかり感じた。

小学校の年生の終わり、家族みんなでドイツにひつひつた。わたしには兄が1人と妹が2人、父母がいるから毎日すゞしきやかだった。でも言葉や文化が全然ちがつて、最初はドイツ語が通じて少し安心できた。そんな中でも、一番変わらなかつたのが、「日本のごはん」だった。ドイツではパンが主食で、日本のお米は少し高かつたけれど、母ががんばつて毎日炊いてくれていた。炊きたてのごはんのふわっと広がる香りをかぐと、「これが家なんだな」と思えた。ドイツでは卵は生で食べられなかつた。だからたまごかけごはんが大好きな私は、正直ショックだった。いつも当たり前のように食べていたのに、それが急にでもなくなると日本の味がどれだけありがたかったのかに気づかされた。ドイツには「ミルヒライス」といふミルクで炊いた甘いお米のデザートもあつて、日本のお米に

ちよと匂ひてゐる聞こたから食べてしまつた。でも、わたしの口にはあまりあわなくて、それ以来ほとんどの食べながつた。だからわが家ではすいと日本のお米を炊いてくれていた。兄妹と両親、わたしの家族みんなで食卓を囲んで、「(い)田舎で(い)んなことがあったよ」とか「あつた(雨)りしきよ」とか、たわいない話をしながら(い)なを食べ(い)時間がすゞく好きだつた。たまに兄妹が修学旅行で向田かいなかつたり、父が出張で居なかつたりすると食卓の雰囲気が少し変わる。いつも同じ(い)なでもなんだか少しもしない余詫の量も減つたりする。そんなときには(い)ぱり家族みんなで食べ(い)なが一番いいなとしみじみ思つた。今、私たちは日本に帰つてやつたが、父だけは仕事の関係でまだ(い)でに住んでゐる。母の食卓に父がいないのは、やつぱりさみしい。(い)なを食べながら「父は今(い)な(い)なを食べ(い)な」とか「ややんとお米炊け(い)なかな」などと思つて(い)わる。父も日本のお米を炊いて食べ(い)るじやないかなと思つて、ちよつと迷つてゐる。回(い)なを食べて(い)るつて思つたが、遠く離れて(い)しもつながら(い)なの氣がするから不思議だ。食卓に父の席が空(い)て(い)な、みんな(い)なといふと(い)わぬか(い)、「(い)で(い)で父も一人(い)なを食べ(い)るだ(い)なつて(い)なぞ」「あたみんなで食べ(い)なつて(い)なが(い)普通の口を圓(い)せた(い)なだけだ十分だ。朝「おはよ(い)ながり(い)な」(い)の中(い)つぱりやつたりもある。

「ハ」ヒトシながら食べぬ田口さん。夜は「おかげで」ヒロセの  
れてから、あたたかいおみせしゆじらついたお米。田口さん  
な何気ない日々の中に、安心や元気がぎゅうとつまつしゆ氣が  
する。田口さんを通して家族が自然と顔を合わせて気持ちを伝えて  
合える時間が生まれる。もし自分の子どもが、今日学校であつ  
たこと話を話しながらもつむづく田口さんを食べててくれたのきっとと  
れだけで「がんばつしよかつたな」つて思ふゆ氣がある。わた  
しも、母がそうだったように、田口さんとおじいじはんを炊いて  
あげたい、家族みんなが笑つて、みんなならつの日が一番  
幸せなんだなつてわたしはそう思つ。



これから先、もし私が大人になって家族を持つことがあつたらきっとじはんを中心としたあつたかい食卓を作りたい。特別なおかげなんていらない。みんなで温かいじはんを囲んで、笑いながら普通の口を過ごせたらそれだけで十分だ。朝「おはよ

## 第50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	49	49	0
前 橋 市	789	575	214
佐 波 伊 勢 崎	440	273	167
た か さ き	702	579	123
は ぐ く み	66	62	4
た の ふ じ	54	33	21
甘 楽 富 岡	84	73	11
碓 氷 安 中	245	150	95

JA名	作文	図画	計
北 群 渋 川	136	103	33
あ が つ ま	4	1	3
嬬 恋 村	25	12	13
利 根 沼 田	168	141	27
に った み ど り	406	337	69
太 田 市	973	882	91
邑 楽 館 林	564	270	294
合 計	3540	1165	4705

# あいさつ

## 林 康夫

J A群馬中央会代表理事長

第50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3,540点、図画部門1,165点、合計4,705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、感銘を受けました。

全国のJAグループで実施しているこのコンクールは、日本の食卓を支える稲作や農業の大切さ、お米・ごはん食が健康やコミュニケーションに果たす役割を、次世代の皆さんに伝えることを目的としています。記念すべき第50回を迎えたことを大変うれしく思います。

近年、日本の食料・農業を巡っては、依然として食料自給率がカロリーベースで38%と低い状況が続いています。さらに一昨年からは、天候不順や世界情勢の影響などが重なり、全国的にお米の収穫量が減少し、一部では「令和の米騒動」とも呼ばれるような、お米の品薄や価格高騰が話題となりました。普段当たり前に食べているごはんが、実は多くの人の努力や自然の恵みに支えられていることを、改めて実感された方も多かったのではないでしようか。実際に、今回の応募作品では、この出来事に触れた作品が多く見受けられました。こうした出来事を通じて、私たちの食卓を守るためには、国内の農業を大切にし、食料自給率を高めていくことが重要であると、再認識する機会となりました。

J Aグループでは、「国民が必要として消費する食料は、できるだけその国で生産する」という「国消国産」をキーワードに、様々なイベントを通じて情報発信をしてまいりました。本県では、昨年9月28日に「JAグループ群馬収穫感謝祭」を開催し、多くの方々にご来場いただき、県産農畜産物の即売会や国消国産スタンプラリーの実施などJAグループの活動を一般消費者にPRしました。今後も「国消国産」を実践することと、農業を継続可能なものとし、食料自給率の向上をはかり、私たちの食卓を未来につないでまいります。

また、JAグループでは農業体験や料理教室、バケツ稲づくり、各種コンクールなどの食農教育活動を通じて、食への興味・関心を高め、食の大切さや農業の役割、地域の食文化への理解を広めています。今後も行政や学校と連携し、こうした活動の支援に努めてまいります。

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のとなる栄養がたくさん含まれています。また、水田や農業は、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。今回の作品づくりを通して、皆さんが自然や家族を大切に思う心を感じ取り、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つたのではないでしようか。

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るとともに、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、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

内山 仁

今年もたくさんの子供たちが「ごはん・お米とわたし」をテーマに作文に取り組んでくれました。寄せられた作品には子どもたちの「ごはん・お米」に対する素直な思いが綴られ、読み応えのあるものとなっていました。

今年度の特徴として、「家族で囲む食卓」のよろこびや大きさを訴える作品が多くなったように思います。

お米の炊けるにおい、炊き立てのお米の様子、食感、味といった「五感」を働かせた発見が子どもたちの言葉で豊かに表現されていました。そこに家族の温もりのある会話が重なり、家族に囲まれてうれしそうにごはんをほおばる子どもたちの姿が目に浮かびます。子どもたちは「ごはん」が大好きなこと、そして「家族で囲む食卓」が大好きなことがよくわかります。

また、田植えや稲刈りの体験、農家のおじいちゃんやおばあちゃんとの触れ合い等を通して、米作りに携わる方々への感謝の念を抱いたり、将来の自分が出来ることに思いを馳せたりする等、多面的にごはんとお米について考えられた作品も多数ありました。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す。

◆作文で伝えたいことは何かをはつきりとさせ、ふさわしい場面を選んで書きましょう。

せっかく魅力的な体験を取り上げたのに、体験したことや見聞きしたことの羅列となってしまうと、自分が伝えたかったことがぼやけてしまいます。適切な場面を絞り込むことが大切です。伝えたいことをはつきりとさせ、場面を絞り込むことで、書き込む内容が明確になります。

◆自分の体験したことや思ったことを自分の言葉で書きましょう。

自分が感じたことを自分の言葉で伝えるということは難しいことですが、楽しいことでもあります。自分の思いを正確に伝えるためには、ふさわしい言葉を見つけていかねばなりません。いろいろ苦労して自分の思いに最も近い言葉を見つけられたときのうれしさは格別です。それが言葉を紡ぎ出すということだと思います。自分で紡ぎ出した言葉は相手の心にも響くことでしょう。

◆作品を書くとき伝えたかったことが終末にしつかりと書かれているか読み返しましょう。

自分が伝えたかったことを確認して、書き終えた作品を読み返してみましょう。伝えたいことが終末部分でしつかりと表記されていることで作品が整理されます。そして読み手は作品への理解を深めることができます。

来年も感性にあふれた作品に出会えることを楽しみにしています。

# 作文部門小学校高学年審査評

猿谷 端

今年はお米についてのニュースが連日流れました。その影響で  
どうか、作品の中には「コメ不足」に関する内容がたくさん目  
につきました。例えば、次のように。

…毎日、毎日ごはんを食べる時に必ず言う「いただきます。」  
という言葉。あたり前に言っていたけれど、最近ニュースでお  
米がどこにも売っていないというのを見て、ぼくは、あたり前  
に毎日食べているお米がないんだ、ということにびっくりした。  
たしかに、ぼくが買い物に行くとスーパーやドラッグストアに  
「お米売り切れ」と書いてあった。…

みなさんは本当にお米が大好きで、お米に大変関心が高いこと  
がよくわかります。作品には、友達や家族と楽しく食事をしたり  
田植えで苦労したこと、ご飯を炊いたりおにぎりを作つたことなど、  
さまざまな体験を通して、感じたことや考えたこと、気づいたことなどがつづられています。

さらに、お米の大切さや感謝の気持ちを実感しながらも、これから  
の米作りの課題を考えたり、安心してお米が食べられること  
を願つたりしている様子もみられます。

また読んでいると、「ほつ」と心が温かくなるようなこんな場  
面もみられます。

…ぼくにも作れるのか不安で、ドキドキしていました。…うまく  
作れずにしょんぼりしていると、「心のこもったおいしそう

なおにぎりができるじゃない。」と、おばあちゃんがほめてくれました。「おにぎりは形じゃなく、食べてもらう人のことを  
考えて作ると、おいしいおにぎりになるよ。」と、大切なことを  
教えてくれました。その言葉で、ぼくはなんだか、温かい気  
持ちになりました。…

作文には、自分が体験したことを通して、感じたことや考えた  
こと、気づいたこと、「こうやってみたいな。」ということなどが、  
読み手によく伝わるよう書かれています。

みなさんの作品は、どれも「ごはん・お米」としつかり向き合  
い、伝えたい思いが書かれていて、思わず「うんうん」とうなず  
きながら読んでしまいました。

さらに、作文を書く時に次のような工夫をしたら、いつそ読  
み手の心に届くよい作品になると思います。

●あれもこれも書かない。…いろいろある中から一番書きたいこ  
とを選んで、それをくわしく書いたらどうでしょう。

●説明は少なめにする。…その場面での出来事や会話などから、  
その時の様子、みんなの表情や気持ちなどを伝えようと思つて  
書いたらどうでしょう。

●もう一度、題名について考える。…一目で書かれている内容が  
見えるような題名にしたらどうでしょう。

作文はこう書かなければいけないというきまりはありません  
が、読んでいて「なるほど」とか、「そうなんだ」と思えるよう  
な作品になつたらすばらしいと思います。

これからも「ごはん・お米」に関心を持つて、自分の感じたこ  
とや考えたことを作品にまとめてみましょう。

# 作文部門中学校審査評

上原 広行

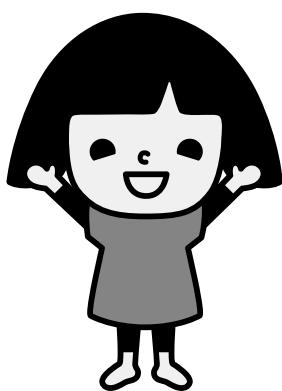
またその時には、自分の思いがしつかり伝わるよう表現を工夫してみましょう。具体的なエピソードなどは、そのときの情景や表情や言葉などを具体的に書き込むことで、自分の感じた思いがよりよく伝わって読み手の心を動かします。

今年も大変な猛暑が続く中、ニュース等では、昨年から続く米不足そして米価格の高騰、備蓄米の放出、それに伴う日本の農業が抱える課題に関するなど連日のように報道されました。私たちの食卓を襲つた危機に関して多くの皆さんのが関心を寄せ、改めてお米の価値や素晴らしいに目を向けて考えた作文が大変多く見られました。

その傾向としては、なぜ米不足になつてているのか、なぜ価格が高騰しているのかという問題などに對して、課題意識をもつてインターネットなどを利用して調べたものが多かったです。自分で課題意識をもつて、自分から調べようとする姿勢は大変素晴らしいことですし、お米や農業に対する関心の高まりを感じました。しかし、調べたことのまとめが中心となつてしまつた作文も多く、惜しいと感じました。家族や農家の方への感謝、米不足への危機感、お米や日本文化の素晴らしいなどの良い気づきを、通り一辺倒の表現だけで済ませるのではなく、自分の体験を重ねて考えたり、自分の気づきを一歩深めたりすることで、読み手も納得する充実した作文となります。

さらに、全体として何をどの順番でどのくらいの分量を書くと効果になるかを考えて構成を工夫してください。特にまとめの部分は、全体を通して自分の伝えたかったことをもう一度しつかり書き込むことで、作文全体の統一感が生まれ、構成のしつかりした作品に仕上ります。本コンクールは「ごはん・お米と私」というテーマですから、「私」の思いや考えを存分に表現した作文を目指します。

今年もそれぞれの作文が、お米やごはんに関わる自分なりの気づきを一生懸命まとめてくれていて大変うれしく思いました。これからもその気づきを大切にし、ごはんやお米の素晴らしいを大人になつても伝えていくつてくれる」と願っています。



## 図画部門小学校・中学校審査評

井田 健一  
清水 弘己

今回は中学生の作品点数が前回よりも七十点程減となり、総計で昨年を若干下回る結果となりました。全体的な印象としては、中学生の作品に力作が多いように感じました。

本年はお米に関する話題が毎日のようにニュースに取り上げられたのでその方面での関心もあつたのですが、これをテーマにした作品は三点ほどに留まりました。

例年に倣つて、左記のような審査目安を立てて一点一点慎重に拝見させていただきました。

- ★何を表したいかがはつきりしている（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

今回もテーマに関してあまり広がりは見られませんでした。全学年に渡り、おむすびを頬張つている絵が目立ちました。その多くは、人物の顔や衣服や動作等の表現方法に工夫が見られ

ませんでした。なお、どの学年も顔の描き方にこづつている様子が伺えました。それぞれの学年、発達段階に応じて見た通り、見えた通りに形作ることを心がけて欲しいと思いました。田植えの作品は数点ありましたが、給食の風景などはほとんど見られなくなりました。

力作を一堂に並べたところでいよいよ入賞作品選びに入りました。どの学年も、最優秀作品はさすがにインパクトがあり早々と決まる場合が多いのですが、次の作品となると甲乙つけがたく、常に悩んだ末の決定となります。差はほとんど無いと言つてよいでしょう。

入賞作品は、いずれも各学年に相応しい誠実さや明快さあるいは美しさが感じられました。バランス良く色や形や空間などが力強く画面に収まり感心させられました。

終わりに、以前にも記しましたが、普段からお米やごはんに一層の関心をもつてその上で描画に取り組んで欲しいと願つて講評とします。



## 第50回 「じはん・お米とわたし」

### 作文・图画コンクール群馬県審査員

#### 作文部門

内山 仁

元前橋市立天川小学校長

猿谷 端

元安中市立松井東中学校長

上原 広行

元前橋市立第五中学校長

#### 图画部門

井田 健一

一般財団法人群馬県教育振興会専務理事  
群馬県美術会副会長・県展審査員  
元高崎市立第一中学校長

清水 弘己

一般財団法人群馬県教育振興会専務理事  
群馬県美術会準会員  
元共愛学園前橋国際大学客員教授

知ってましたか?  
お米の話



# お米って、実は コスパがいい!

JAグループサポーター 林修



## 他の食品と比べてみよう



ご飯茶碗1杯分のお米の値段は約49円です。ふだん口にする他の食品などと比べたのが下の図です。高くなつたと感じていたお米ですが、こうして比べてみると、経済的なことが分かります。



ご飯茶碗1杯  
約49円



菓子パン  
231円



カップ麺  
187円



水  
128円

※令和6年10月時点の総務省小売物価統計調査結果に基づく。※ご飯茶碗1杯は150g、菓子パンは100g、カップ麺は1個、水は2Lの値段。※ご飯茶碗1杯の値段は、150gのご飯を炊く前の精米を65gとして計算



## お米は体に良いこと、いっぱい!

お米は腹持ちが良く、必須アミノ酸が豊富で免疫機能・代謝に貢献します。そして、お米に含まれる糖質は脳を活性化させる栄養源になり、さらに、でんぶん質が食物繊維のように働いて、腸内環境を整えてくれることが分かっています。



## お米をもっと食べて、日本の農業を応援しよう。

JAグループは、お米をはじめとする、私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産する「国消国産」を進めています。

こく  
国消  
こく  
國產  
しょう  
さん



耕そう、大地と地域のみらい。JAグループ群馬



耕そう、大地と地域のみらい。JAグループ群馬