

大切に食べよう、おいしいお米

東広島市立中央中学校二年 高瀬莉奈

「ご飯は本当においしいね。」

私は毎日、朝食にお米を食べます。特に明太子やふりかけなどのご飯のお供と食べるの

も良いですが、食事に出てくるお魚やお肉と

食べると、相性抜群でとてもおいしいです。

また、とてちご飯が進みます。お米は腹持ち

がよく、しきりエネルギーになります。そ

れで私は、毎日必ず朝食にお米を食べていま

す。そんなお米は、私たちの主食であり、毎

日の食事で欠かせません。

私の中学校の周りには、多くの田んぼがあり、毎

日の食事で欠かせません。

田んぼは夏にはきれいな緑色

がっていきます。田んぼは広がっており、季節

の苗、秋は黄金色の稻が広がります。

によつて様々な景色が見られてとても美しい

です。

私はあることかきかけで、お米は感謝

して残さず食べることがとても大切だと改め

て思いました。そのきっかけは、小学生の時

は 全て 手作業で 行つたけれど、機械で行うこ
はして作られていくと思いました。そして、私が米は、苦勞してとてもキ、れいだけど、その分お米は、苦勞して、田植えや稻刈りの大きさ、難しさを感じました。また、そこから田んぼが広がる景色を見て、私はこのようないくです。

稻刈りだけだと、その間では草抜きや水の調節までされており、とても手間がかかると感じました。また、その田んぼを管理されていく方

の お 話 に よ る と 、 私 が 行つたこ と は 田植えと し た。ま た 、 そ の 田んぼを管 理 され て い る 方

験をし て み て 、 農 家 の 方 た ち は 每 年 この よ う なこ と を さ れ て い る と 、 改め て よ く 分 か り ま し た。私 は 、 稻刈り体

く、 かま を 使つて 手作業で 剣つて い く の は 、 れしく、 達成感を 感じまし た。稻 は と て も 硬 で 東 ね て い き まし た。田植えが 大変だつたの

に 剣つて い き まし た。ま た 、 剣つた 稻を 、 かま で 丁寧

とが多いと思ひます。けれど、天気の確認をした
 したり、草抜きや水の調節をしたりする二と
 は、機械ではできず必ず行わなければいけない
 ため、より大切だと分かりました。だからこ
 そお米は、大切に食べなければいけないと思
 います。作業が終わってから、用意してくだ
 さっていたおにぎりと豚汁をいただき、みんな
 なで一緒に食べました。大変な作業を頑張っ
 た後だからこそ、お米が上りおいしく感じま
 した。そして、改めて感謝することができた
 ばかり食べることを心がけていきます。これか
 らも、お米一粒一粒に感謝しています。

中学校専用原稿用紙

と思ひました。

と
 うも、お米一粒一粒に感謝しました。

私はこの体験から、改めてお米を残さずし
 かり食べることを心がけていきます。これか
 らして、食事の最初と最後の一粒に感謝して
 いたいと思います。今年も、新米の
 識して行い、お米を食べながら、家族で楽し
 い食事をしたいと思ひます。今年も、新米の
 季節が楽しみです。