

し。かりごはんを食べるぞ

志岐市立盈科小学校 三年 古里 律樹

まっ白で、湯気がふわふわと上がっている  
ごはん。その周りには、いろいろな色のおか  
す。それを見て、ぼくは、  
「おいしそうだ。さあ、食べるぞ。」  
と、つぶやきました。

ごはんとおかずがペアになって、最強の工  
ネルギーを生み出します。

ぼくは、ごはんを食べることで、そのエネ  
ルギーをもらって、毎日がんばれます。

でも、本当のことを言うと、ぼくは、ごは  
んがちよつと苦手です。それは、あまり味を  
感じないからです。

そんなぼくですが、ごはんについて、先生  
と話している時に、ごはんはしかりかむと  
甘くなり、おいしくなること、それと何回も  
かもうちに栄養ようもましてくることを聞きま  
した。

そのお話を聞いて、やってみると、たしか

に甘く感じました。きっと栄養ようもましたと思  
い、次からもしかりかんで食べようと思  
いました。

ここで、もう一つ考えたことがあります。

それは、どうして、ごはんが食べる人にエ  
ネルギーを与えるのかということなのです。

もちろんお米自体がもつエネルギーがある  
とは思いますが、ぼくは、そこに、お米を作  
る人たちのがんばりが加わっていると思いま  
す。調べてみると、米という字は、八と十と  
八の文字から出来ていて、お米を作るには、  
八十八もの手間がかかることから、この字が  
つけられたといわれているそうです。

それぐらい大へんな作業をして出来るのが  
お米なのです。お米には、やっぱり、作っ  
ている人のがんばりがふくまれている、それを  
食べることで、ぼくも、そのがんばりをもら  
っているのだと思いました。

よし、今日からも、しっかりごはんを食べ  
るぞ。ぼくは、心に決めました。