

作文部門3部 —中1～中3—

・優秀賞

心を込めて

下長中学校（八戸市）

二年後村友見恵

朝五時。お弁当の日。私は、家族全員のおにぎりを作ります。

お弁当が必要な日は私がおにぎりを作る役割です。

手を水でぬらし、塩を付けます。手のひらに炊きたてほかほかのご飯を乗せ、梅干しを入れます。お米が固くならないように、優しく包み込むようにして、形を整えます。最後にパリパリしたのりで巻いたら完成です。これを何個も作っていきます。父のおにぎりは大きめに、弟のは小さめに、と考えながら作っていくのを意外と大変です。形が少し変になることがありますが、母が

「お母さんも最初は上手くいかなくて、型に入れて作っていたから、だんだん友見恵も上手くなるよ。今でも十分美味しいよ。」

と言つてくれました。おかげでモチベーションが上がり、何個でも作りたくなります。家族が職場や学校でおいしく食べているのを想像するだけでもうれしくなります。

またその日は、時間があつたので卵焼きも作りました。卵焼きを作るのはとても得意で休日によく作っています。私の家では砂糖を多めに入れ、だしも少し入れます。丁寧に弱火で焼いていきます。きれいな黄色の卵焼きを作ることができました。今まで一番上手に作れた卵焼きでした。母が作ったおかずをお弁当箱に

詰め、出来上がったお弁当を家族に渡しました。自分が作ったものがお弁当の中に入っているだけで、遠足に行く前日のようにわくわくします。

その日の夕食、家族そろって食べました。そのとき、弟が

「今日のお弁当のおにぎりと卵焼き、姉ちゃんが作つたんでしょ。前作つたときよりも、おいしかった。次、俺が作つてみたい。」

と言いました。弟が私をほめてくれました。普段、正直に言わない弟に言われ、驚きました。自分が作ったものを喜んでくれたのがとてもうれしかったです。また作つて喜んでもらいたいと思いました。

もともと、私がお弁当の日におにぎりを作ることになった理由は、二つあります。一つ目は母の負担を少しでも減らそうと思つたからです。母は夜遅くまで家事をしたり、仕事で疲れていります。今まで何も手伝わずに過ごしていましたが、中学生になつてたくさんのことが出来るようになつたので、母の役に立ちたいと思いました。そこで思いついたのが、おにぎりを作つたり、卵焼きを作つたりして、母の作業を少しでも減らすことでした。

母に

「お弁当のおにぎり、私が作る！」

と言つたとき、母は

「本当、うれしい。」

と言つてくれました。そのときの母の喜んだ顔を見て、私もうれしく思いました。

二つ目は、小さな頃から好きだったおにぎりを、自分の手でさらにおいしく作りたかったからです。母からにぎり方のコツを教えてもらい、その教えてもらったことを、きわめていきたいと思いました。

これからも、家族にもっと喜んで味わつてもらえるよう、心を込めてお弁当を作つていきたいと思います。

作文部門3部 —中1～中3—

・優秀賞

食事の大切さ

古川中学校（青森市）

三年工藤翔太

私は毎日、おいしいお米を食べている。しかし、産まれてから今まで、私の家族はスーパーなどでお米を買ったことがない。それは祖父やその兄弟などで毎年お米を作っているからだ。

私は、昨年の五月に人生で初めて祖父が所有している田んぼでの田植えを手伝いに行つた。一日目は、田んぼに植える苗をトラ

ックに積み、田んぼに運ぶ作業を行つた。作業前は単純な作業だと思っていたがそうではなかつた。苗の植えられたトレーは予想以上にとても重く、一つのトレーをトラックに積むだけで疲れがどんどん溜まつていく。しかし、あと数年で九十歳を迎える祖父は、軽々と持ち上げ、トラックに積んでいく。そんな祖父の姿が普段より何倍もかつこよかつた。また、おいしいお米が作られる過程には、たくさんの人々の努力があるということを強く感じた。それから、約半分の苗を運び終えたところで祖父の家で昼食をとつた。昼食には、やはり祖父が作ったお米を食べた。午前の疲れを回復させてくれる、そんな味だった。

昼食をとった後に、残りの苗を田んぼに運んだ。午前中はまだ涼しかつたものの、午後はただただ暑かつた。しかし、「おいしいお米をつくるために」という思いで人一倍動いた。また、少し

でも祖父を疲れさせないように一生懸命動いた。たくさんあつた苗のトレーを全て運び終えた。一日目の作業が終わつた時にはもう夕日がたんぽに降り注いでいた。

一日目の作業は、祖父が機械を使って苗を植えて、私はその苗が入つていたトレーを洗う作業だつた。トレーには、苗の根がたくさんついていて、すぐには流れずにとても苦労した。だが、洗つていくうちにコツをつかみ素早く洗えるようになつていて。しかし、単純な作業を長時間行つていくうちに、より疲労が溜まつていつた。また、ずっと太陽が差し込みとても暑く、何度も諦めたくなつたけれど最後まで頑張ることができた。最後の作業を終えたときは、辺りはもう薄暗くなりはじめ、夕日が傾いていた。この日の夕食は祖父の家で食べた。長い間作業していて溜まつた疲れが全てとれたようになると美味しそうな夕食だつた。

帰宅する途中、たくさんの田んぼが広がつているのを見ていると一つの思いが頭をよぎつた。「私が毎日、当たり前のように美味しいお米が食べられているのは祖父のおかげだ」ということだつた。この二日間では、田植えを手伝つた。しかし、田植えをしてから毎日のように田んぼへ行つて、農薬をまいたり田んぼの水量を調整したりしてくれている祖父の作業の方が大切であると思つた。そんなことを考えると、私は祖父への感謝の気持ちでいっぱいになると同時に、お米の大切さを実感させられた。

この二日間で、疲れたのはとても良かつたことだと思うし、初めて田植えを行うことができてとても嬉しく感じられた。また、田植えを通して何より「食事ができることへの感謝」の思いが大切だと思った。これからも、食事前の「いただきます。」や食後の「ごちそうさまでした。」など当たり前のことではあるが大切にしていくべきだと考え、一人でも多くの人に「食事の大切さ」が伝わればいいと思う。

作文部門3部 —中1～中3—

・優秀賞

ご飯の大切さ

板柳中学校（板柳町）

一年野宮晶太

幸せとは何だろう。僕にとつての幸せは、おばあちゃんが作ってくれた、あつたかくておいしいご飯をみんなで一緒に食べることです。おばあちゃんは料理が上手で、その中で僕が一番好きな料理はカレーライスです。

今年七月、梅雨前線が停滞したことから、大雨で土砂被害を受けた地域がありました。農林水産省は、冠水や土砂流入で水稻や野菜などの農作物の被害は一億一千万円、農地などの被害は八億二千万円ほどと発表しました。想像もつかない被害額に、被害にあつた人々はどんなに悲しくつらかったんだろうと思いました。家を失なつた人、家族や大切な人を失つた人、東京オリンピックで盛り上がっている中も、元の生活をとり戻そと、一生懸命頑張っている人がいるはずです。

そういえば、農協で働く人が、コロナで、外食産業が低迷したことが原因で、米が倉庫にまだたくさん残つていると話していたのを思い出しました。それが3月のことです。倉庫に米が残つてゐるのに、今年も農家の人は暑い中、おいしい米を育てようと防除に入っています。この大切に育てられている米の出荷先はきちんとあるのか、みんなに喜んで食べてもらえるのか心配で考

えてしまいます。

僕は、小学校五年生のとき、学校で米作りを体験しました。五ヶ月に田植え、9月に稻かりをして、もち米ができました。おいしいおもちを食べることができました。僕はおいしい米をたくさんつくるために、米づくりの人は、いろいろな工夫をしていると思いました。

コロナの影響で農家の人も飲食店で働く人も僕たちも、みんなダメージを受け苦しい思いをしています。でも僕は被害を受けた地域の人々に、出荷されずに倉庫に残つてゐる米を届けたいです。なぜなら、僕がそうであるように、ご飯を食べると幸せな気持ちになるからです。米だけを届ければいいと思っているわけではありません。お金があれば、コンビニやスーパーで買って食べることはできます。でも、一人で食べるご飯は、さみしいです。おいしくないと私は思います。

僕が部活で遅く帰つた日、家族は夕食を食べるのを待つてくれています。なぜ先に食べないのかを考えました。僕は一人で食べるよりも家族と一緒にご飯を食べるほうが楽しいので、家族も同じ気持ちだと思います。僕の好きな料理を考え、僕の健康を考え、元気が出るようになります。「明日からまたやる気ができるように、今日あつた嫌なことにも負けない気持ちになるように、いろいろな配りよをしてくれています。家族にありがとうございます。」

今の僕にはまだ出来ることは限られています。倉庫にある米を届け、調理して一人一人を笑顔にしてあげることは夢のまた夢です。令和になつて米の消費量はまた減つてきていますが、日本は古くから米を育て、みんなでおいしく食べる文化が心を豊かにしてきたのだと思います。だから、僕の心の豊かさもおじいちゃん、おばあちゃんが育ててくれたと思います。今から自分ができることは、生産者に感謝することです。

この先、何年たつても家族でおいしいご飯を食べたいです。

作文部門3部 —中1～中3—

・優秀賞

米が私を助けてくれた

木ノ下中学校（おいらせ町）

三年 中野咲季

ていた時だった。ジャンプし、着地しようとした時に誰かの足が乗っかってしまい、右足をけがした。その時一番に頭に浮かんだのはライバルでもある友達の顔だった。今まで苦しいことも楽しいことも一緒に過ごしてきた。バスケを素人から始めて辛いことや不安を分かちあえた友達と一緒にコートに出たかった。悔しくて悔しくて涙が止まらなかった。私が足を休めている時、隣に来て

「今まで一緒に頑張ってきたのにさ、」

この言葉で私の泣きやんだ目からもつとたくさんの涙が出た。

「明日は忙しくなるからご飯たくさん食べて早く寝なよ。」

と言われた。

家に帰り、ご飯を食べた。とくに白米をたくさん食べ、元気を体中いっぱいにつめた。

大会翌日の朝も白米を食べた。私は応援しかできないけれど、今自分にできることを全力でやろうと思うことができた。そして、一回戦突破クリア。二回戦突破クリアできず、終わってしまった。悔しい思いもあるが、一番良い試合でもあった。試合が終わり、バスの中でお弁当を食べていたとき、おにぎりの上にメモがあるのを見つけた。

「あなたは今できる目の前のことを全力でやりとげなさい。そして、おにぎりを食べて元気を出して。」

と母からの手紙だった。そして私は大きなおにぎりを頬張った。私は毎日あたりまえのように白米を食べている。それをあたりまえだと考えずに、感謝をして食べるようしている。私に元気とパワーをくれた米に感謝し、これからも元気に過ごしていく「う」と思うことができた。

三年生最後の大会前日、ユニフォームを着て壮行式をし、女子バスケ部全員で写真を撮った。その後、体育館でミニゲームをし

作文部門3部 —中1～中3—

・優秀賞

恵まれた環境

白山台中学校（八戸市）

三年吉田晴音

私の家は、父、母、二つ上の兄、私の四人家族だ。ごく普通の家族構成で、私たちは、朝・昼・晩、何不自由なくごはんを食べている。「これは当たり前のこと。」以前はそう思っていた私の考えは、父の一言でがらりと変わった。

ある日、いつものように四人で食卓を囲み晩ごはんを食べていたときの出来事だ。テレビで、外国の貧しい地域で暮らしている人たちを取り上げたバラエティ番組が流れていた。そこで暮らす人たちの中に一人で暮らす大人だけではなく、まだ小さい子どもがたくさんいる家族もいた。両親の稼ぎだけでは食べていけないため、その小さい子どもたちも不衛生な環境へ働きに出でているらしい。それでも一日にもらえるお金は、家族みんなが充分にごはんを食べるには到底足りず、常に腹を空かせて生活しているとのことだった。また、ある親子は、病気で寝つきの父と、小学校高学年くらいの男の子の二人で暮らしている。寝つきの父を助けるために、男の子はゴミ収集所に行き、ガラスなどのかけらを探していた。それを売って、お金にするためだった。病院で治療を受けることも、薬を買うことも、彼らにとつては容易なことではない。なげなしのお金で買うごはんも、病の父の栄養を補うには不十分で、父の病はだんだんと悪くなる一方だという。私がこれらの話を知つて最初に思ったことは、「世界のどこかでは、こ

んな漫画みたいな出来事が起きているんだ。」という驚きだった。貧しい地域で暮らしている人たちがいるということは知っていたが、その人たちの貧困の背景や、どんなふうに生活しているのかを知らないかったからだ。さらに、自分より何歳も下の年齢の小さい子どもたちが、毎日ひもじい思いに耐えて生活していることが、とてもかわいそうに思えた。すると、私のとなりで観ていた父が、突然口を開いた。

「お前たちは、恵まれているなあ。」

その一言を聞いたとき、私は自分がおかれている環境がどれだけ幸せなものなのか気づいた。自衛官である父は、数年前、アフリカ大陸にある国、ソマリアのジブチというところに派遣されたことがある。

そこでのできごとを父は話してくれた。父が通りを歩いていると、突然小さい子が走ってきて、手をおわん型に差し出してきたというのだ。どうやら彼らは、日本人ならお金をもっていると思つて、お金をせがんできたらしい。護身用の武器をもつ自衛隊にさえちゃんと近く近づいてしまう程、厳しい貧困の中を生きているのだ。

この父の話といい、テレビ番組の特集といい、「貧しさ」こそが子どもたちを苦しめている。そして彼らにとつて一番苦しいことは、学校に通えないことでも、自由に遊べないことでもない。「お腹いっぱいにご飯を食べられないこと」だと私は思う。誰にとつてもご飯を食べることは、身体の成長にも心の成長にも大きな役割を担つていて。それさえも貧しい子どもたちにとつては「特別なこと」。

自分がこれまで思つていた「当たり前」は実は誰かの「特別」だということを知れて本当によかったです。何不自由なく学校に通えて、毎日両親の作つてくれる美味しいごはんを食べることができる。そして何より、家族四人で食卓を囲める時間がある。私はその時間がとても好きだ。食卓を囲むからこそみんなの顔が見えるし、自然と会話が生まれるからだ。今では父のあの一言が痛いほど身にしみる。ごはんの時間は、私たち家族の仲を深め、私に幸せな気持ちを届けてくれる時間。その時間を毎日大切に過ごしていきたい。