

・優秀賞

まほうのごはん

根城小学校（八戸市）

三年 佐久間 香好

わたしが、

「お母さんの作ったごはん、とびきりおいしいよ。」

と言うと、お母さんはいつもこう言います。

「作ってよかった。香好や、みんながおいしいと言ってくれるよにねがっているよ。」

今日のごはんはガーリックチャーハンでした。はじめはガーリックチャーハンは、においが気になって、にが手でした。でも、えいようを考えて作ってくれるお母さんのまほうにかかって今はわたしの一番のお気に入りのメニューになりました。

それいらいわたしは朝おきると「今日のごはんは何かな。」と楽しみにになりました。お母さんのまほうの力のおかげで、毎日朝ごはんもしっかり食べられます。家族みんなの目もぱっちり開きます。力がみなぎってきます。お母さんのまほうの言葉がわたしを元気にしてくれるまほうのごはんになりました。

このまほうはつながっていると思います。はじめは農家さんが「みんなが食べてえがおになってほしい。」とまほうの言葉かけます。次は、スーパーマーケットのかたが「子どもたちが、たくさんごはんを食べて元気にそだってほしい。」とまほうの言葉

をかけます。そして次にやっとみんなのところにとどきます。でも、まだこれで、まほうのごはんになったわけではありません。お母さんやみんなが心から「おいしくなあれ。」とまほうの言葉をかけてりよう理を作ります。これであいじょうのたくさんつまったまほうのごはんができました。

これを食べられるわたしはしあわせだと思います。みんなへとどけ。まほうのごはん。



・優秀賞

おじいちゃんのおこめ

おおぞら小学校（三沢市）

一年 最^も上^{がみ}寿^{じゅ}愛^な

わたしがいつもたべているおこめは、とわだのおじいちゃんがつくってくれたおこめです。あきになると、あたらしいおこめができます。

おこめは、はこにつちとたねをいれてハウスでそだてます。みどりのなえができて、五がつになると、おじいちゃんのかぞくがみんなあつまつてたうえをします。パパがトラックでなえをたんぼにはこびます。おじいちゃんがきかいにのってうえていきます。わたしは、きかいにおじいちゃんとのるのがいつもたのしくてわくわくします。

つぎにとわだにあそびに行くころには、たんぼがみどりになっていて、うえたなえがおおきくなっています。いつもだと、なつがおわって、おいしいおこめができます。おじいちゃんは、「たくさんたべておおきくなりなさい。」といいます。だからママは、いつもしろいごはんばかりだします。たまには、パンがいいなつておもうんだけど、おなかがすくとやっぱりおじいちゃんがつくったおこめごはんをみんなでたべるのがおいしいです。

がっこうに行くときは、かならずおこめをたべます。あそんでいるときは、ママがおにぎりをつくってくれます。バーベキュー

のときもおにぎりをやいてたべます。おいしいおこめがあるので、わたしはとてもげんきです。あとすこしで、おじいちゃんのあたらしいおこめができるので、たのしみです。



・優秀賞

お米の力

古間木小学校（三沢市）

二年 四^し木^き 仁^{ひろ} 翔^と

ぼくのおじいちゃんは、三十キロのお米をひよいともってはおびます。三十キロは、ぼくの体じゅうと大体同じです。おもしろいお米をもち上げるおじいちゃんは、とてもかっこいいです。

ぼくは、カレーや牛どんも好きですが、一ばん好きなのは白いごはんです。そして、おばあちゃんがつくってくれるみそしるとの組み合わせは、さい高です。

ぼくは、おじいちゃんとおばあちゃんがそだてたお米をたべて大きくなりました。大きなびよう気をしたこともありません。お米には、ふしぎな力があるのだと思います。

お米のことがしりたくて、いえにある「ごはん」という本をよみました。今までしらなかったことが、たくさん書いてありました。おちゃわん一ぱいには、やく二千つぶのごはんが入っているのだそうです。「そんなにたくさん？」ってびっくりしたので、おかあさんにも教えてあげました。おかあさんもびっくりしていました。

それから、「米」というかん字は、八と十と八のかん字が組み合わさってできているそうです。お米をつくるのには、八十八のおしごとがあるというくらい、大へんなのだそうです。ど

ういうおしごとが大へんなのか、おじいちゃんとおばあちゃんに聞いたら、

「たねまぎと、田うえが大へんだなあ。」と、言っていました。こんど、ぼくが手つだったら少しはらくになるかなあと思いましたが。

お米をそだてるのは、とても大へんそうだけれど、ぼくは、今もこれからも、ずっとごはんが大すきで、たくさんごはんをたべます。お米から、たくさん力をもらって、じてん車やなわとびのれんしゅうをがんばります。



・優秀賞

ありがとう命

岩木小学校（弘前市）

三年 山崎 壹歩

ぼくは、毎日食べているごはんのことについて、色々なことを考えました。

はじめに、ごはんを食べている時に気をつけていることです。口に入れた後、よくかんで食べることを気をつけています。お肉などはのどにつまりやすいので、とくにちゅう意してかみます。他には、すきな物やきらいな物のどちらかだけをのこさないで、バランスよく食べるようにしています。

次に、ぼくはごはんを作ってくれた人に、いつも気もちよくなってもらいたいと思っています。だから、ごはんはできるだけのこしません。お茶わんに米つぶをのこしたり、おさらに野さいだけをのこさないで全部きれいに食べると、ごはんを作ってくれた人がよろこんでくれると思います。

ごはんをのこさずおいしく食べるために、大切なことがあります。ぼくは何回かおやつを食べすぎて、のこしてしまったことがあります。ごはんを食べる前におやつを食べると、おなかがいっぱいになってしまうので、ごはんを食べる前におやつを食べないようにします。

さいごに、「いただきます」と「ごちそうさま」についてです。

「いただきます」や「ごちそうさま」の言葉は、ごはんを作ってくれた人へのかんしゃの気もちだけではなく、お米や野さい肉や魚など、全部の食べ物の命や、その食べ物を育ててくれた人にかんしゃするという意味があると、お父さんお母さんに教えてもらいました。

ぼくはごはんを食べている時、おいしく作ってくれたお母さんにありがとうという気もちがありました。これからは食べ物の命やその食べ物を育ててくれた人に、『ありがとう』という気もちをわすれないで食べたいと思います。



・優秀賞

ごはん、お米とわたし

泉川小学校（青森市）

二年 山^{やま}田^だ彩^さ葵^き

わたしのおとうさんは、お米をはこんでいます。きゅうしょくセンターやいろいろなところにはこんでいます。小学校のきゅうしょくのときいつもわたしはお米をかんしょくしてきます。いつもわたしのおとうさんがはこんでくるお米はおいしいです。とってもおいしいです。おとうさんはいつも百こや百五十こ、おぼんでもはこんでいます。大雨でもはこんでいます。トラックではこんでいます。

夏休みはほとんどなかよし会なのでおかあさんがつくったおべんとうをたべています。わたしは、いつもおいしいからかんしょくしています。わたしのべんとうはこは二だんべんとうです。それをいつも、かんしょくしています。いつもおかあさんはメンコちゃんゼリーをいれてくれます。ゼリーはこおっていてそれはおべんとうがわるくならないためとおかあさんは言っていました。

わたしのよるごはんは、ほとんどなつとうです。それはお米がおいしいからです。どうしてお米がおいしいかなと考えたとき田うえたいけんをしたのを思い出しました。つめたい田んぼの中おとうさんといっしょになん本もなん本もうえました。お米をつくる人は、たいへんだな、だからおいしいと思いました。

わたしがうえたお米は、あきにしゅうかくします。そのお米をおとうさんがはいたつして、わたしがきゅうしょくでたべます。今からとてもたのしみです。これからもお米はのこさずかんしょくしたいと思います。

