

妹のおかゆ作り

上越市立直江津南小学校4年 佐藤 結

わたしには、生まれて8か月をすぎた妹がいます。妹は、5か月の終わりに「う食」^ゆとして、おかゆを食べ始めています。

ある日、お米が少なくなっただので、地元でとれた農作物を売っているお店に、お米を買いに行きました。お米売り場に行くとき、そこには、お米が14種類も売っていました。コシ

ヒカリなどの品種や育て方によって、ねだんがちかうことも分かりました。特に、かがくひりよ^ゆうや農薬を使わない「有機栽培」^{ゆうきさいばい}や、ふつうの半分しか使わない「特別栽培」^{とくべつさいばい}で育てられたお米の方が高く売られています。わたしは、家族にできるだけ安全・安心なお米を食べしてほしいと思い、特別栽培で育てられたコシヒカリを選びました。

家に帰ってから、お母さんが夕ごはんのしなくを始めたので、わたしは、お米をときま

した。なせ、お米はとがなくてはいけな
か調べてみたら、お米に付いた「ぬか」やよ
ごれを洗い流すためだと分かりました。けれ
ども、お米はとぎすぎると、大事なえいよう
もへってしまうので、水がうすうすうめい
になるくらいまでくり返し水をかえながら、
お米をとぎました。水はつめたくて、お米は
川の中の小石をさわっているみたいで、気持
ちよかったです。

その夜は、わたしがといたごはんを家族で
食べました。家族が「おいしい」と言っ
たので、わたしはうれしかったです。「明
日は、おかゆを作って、妹にも食べさせてあ
げよう」と思いました。

次の日、お母さんといっしょに妹のおかゆ
作りを始めました。妹はまだ下の歯が2本し
か生えていないので、水分が多くてやわらか
い「7倍がゆ」を作ります。りにゅう食を食
べ始めたころは、もつとやわらかい「10倍が
ゆ」でしたが、成長に合わせて、わたし達の

食べているお米の固さに、少しずつ近づけていくそうです。

なべに大さじ1杯のごはん、と大さじ3杯の水を入れて、やわらかくなるまでコトコトにでき上がり、いよいよわたしが初めて作ったおかゆを妹に食べさせてあげる時間です。妹は、小さな口を大きくあけて、ほしそうにして待っています。小さいスプーンでふうふうさましながら、妹の口に少しずつ入れてあげると、妹はニコニコしながら、ペロりとた

いらげてくれました。わたしはうれしくて、妹のことがもっと大好きになりました。わたしが赤ちゃんだったころも、お母さんは同じようにおかゆを食べさせてくれたそうです。

「毎日大変だったろうな」と思うと、感しやの気持ちでいっぱいになりました。

今日も妹が食べている、おかゆ。妹が食べ物を通じて、どんどん好きになるように、わたしはこれからも、おいしいおかゆを作ったり、食べさせてあげたりしていきたいと思えます。