

私の中のごはん

加茂市立石川小学校

6年

小林

佳代

「あ、米が無い。お手伝いで米をとい
で。と頼まれたけれど米が無い。次の日、満
タニになつた米びつを見て安心した。私は米
が大好きなので空になつたままだと不安にな
る。ある日、母がいろんな種類のお米を食
てみようと言ひ出した。まずは「あきたこま
ち」を食べた。米の粒が大きく甘い香りがし
た。歯ごたえがしつかりしている。だからな

のか筋子との相性が悪かつた。次の日は「ゆ
めぴりか」を食べた。水分が多くてすぐも
ちりしていた。炊き上がった時は香りも薄
くツヤも少なかつた。ねばねばしていたので
カレシやチヤ、ハニには合わないな。と思つ
た。3日目は「つや姫」を食べた。とぐ前は
米の粒が真、白だ。た、といた後の水もすご
く真、白ににごつてビツクワリした。米の粒が
小さいとも感じた。私が普段食べているお米
は「加茂産コシヒカリ」普段食べている時は

何にも考えずにただ「美味しい」としか思
ていなか、たけれど食べ比べてみると大
きさ、香り、味、炊き上がり、ご飯になっ
時のつやの全てが違っていた。夏休みに入り
日本の食文化の話、料亭の方からしてもらい
和食のマナー、作法、本当の美味しさを料亭
で体験する学習会に参加した。そこで使われ
ていた米は「佐渡産コシヒカリ」だった。普
段食べているコシヒカリよりもコメの粒が大
きくた、ていて形もピツワリするぐらい揃、

ていた。出されたのは、普段食べている量の
半分位だったけれどかむたびに味が出てきて
すごく満足できた。その時に美味しい米は米
だけでなく炊くときの水も重要だ。秋田で作
った米を新潟で炊いてもイマイチなのは米と
水の産地が違うから。と教えてもらった。そ
の土地で作られている米と水で炊いたご飯が
一番おいしい。と感じるんだなと思った。だ
から食べ比べをしても私が普段食べているお
米の方が美味しい。と思うんだなと感じた。

たまに自分の体調が悪くてご飯が食べられな
い時もある。治ってからご飯を食べるといっ
も食べているご飯よりもおいしく感じられる。
だからご飯そのものが美味しいのも大切だけ
ど自分が健康であることが何よりも大切だと
思う。健康を保つにはやはりご飯が必要だと
も思う。米粒の中には7人の神様がいる。と
聞いたことがある。ご飯を食べるとパワーが
出たり幸せな気持ちになるのは神様からパワ
ーをもらっているからではないだろうか。私

の家のすぐそばには田んぼが広がっている。
風が吹いた時にはワサワサと波を打って稲
たちが歌っているような雰囲気になる。普段
見ているそんな風景もご飯の美味しさにつな
がっているんじゃないかと思う。自分のおな
かの中に入るまでにたくさんの人や事がつな
がって私の体を作っていると思うと普段から
ご飯を食べることをこれから大切にしたい
と思った。