

私のエネルギー源

新潟大学教育学部附属新潟中学校

二年 高野 真衣

私のおやつは幼いころからおにぎりだった。さけ、梅干し、こんぶ、たらこ。おにぎりは何でも好きだった。

年長のときにボトイスカウトに入団したが、一日活動することが多く、そのときの昼食は「カブ弁」とよばれる梅干しおにぎりと決められていた。それを知った私は、少し物足り

全国納税貯蓄組合連合会・国税庁

なく感じていた。なぜ、カブ弁だけなんだろうと、始めた頃は不満と疑問をもっていた。ボトイスカウトは野外活動が多く、夏の暑いときも雪が降っている寒いときも、外で活動することが多かった。そんな中で疲れて、何も食べる気がしないときもあった。それでも母がにぎってくれたカブ弁を一口ほおぼると食欲がわいてきた。のりに包まれたご飯がふわふわと口の中に広がる、お米の甘味も体中にしみわたって、なかつた食欲がもりもりとわ

いてきた。食べ終わると、へとへとだったはずの私は、不思議と元気になった。お米にパワーをもらった私は、午後からも元気いっぱい活動できるようになった。

お米の中にはタンパク質、ビタミンなどたくさん栄養素が含まれている。カブ弁は梅干しおにぎりだけであつたが、それだけでもたくさんの栄養がたっぷりついていたのだと、今になつてわかつた。また、おにぎりには、汗を流して手間暇かけてお米を育てて下さつてい

全国納税貯蓄組合連合会・国税庁

る農家の方や、朝早く起きておにぎりをにぎつてくれた母の愛情もたっぷりついているのだと思う。私は、ボイスカウトの活動の中で、おにぎりを食べて、農家の方や母に感謝の気持ちを感じる事ができた。

ボイスカウトの活動の昼食時にカブ弁を食べてきた友達がいて、自分のおにぎりを分けてあげたことがあつた。その友達の「ありがたう」という言葉とおいしそうに食べる顔をみて嬉しくなつた。その子とはさらに仲良

くなつたことを覚えていゝる。また、幼稚園の
 ときは、家に帰ると母がつかつかとくれたおに
 ぎりが私をむかえ、すぐに私はおにぎりをほ
 うばった。おにぎりが口に入っているのに、
 一生懸命その日にあつたことを母に話した。
 おにぎりを食べながらだと、不思議に話がは
 ずんだ。おにぎりは、私にとつて心にも体にも
 力を与えてくれるエネルギー源で、お腹だ
 けでなく心も満たす、特別な食べ物だと思つ
 た。

全国納税貯蓄組合連合会・国税庁

ボーイスカウトを退団した今もお米は大好
 きで、ほぼ毎日食べていゝる。学校からの帰り
 道、夕飯の時間が待ち遠しく、毎日おなかを
 ならしながら帰っている。待ちに待った夕飯
 では、最初に大好きなお米を平らげてしまふ。
 最近グローバル化が進み、日本以外の国々
 でも和食が盛んに食べられるようになってき
 た。一方で、日本人も洋食を好む人が増え、
 お米よりもパンを食べる人が増えてきている。
 また、ダイエットで炭水化物を減量するたぐ

にお米の食べる量を極端に減らす人も増えてきていくという。昔から、日本人はお米を主食とし、お米と共に暮らしてきた。私自身も家での食卓というところ、おかずの横には必ずと言っていいほど白いご飯があり、おやつにもおにぎりやがでしてきた。それこそ、お米と共に暮らし、お米に育ってもらったようなものである。お米を食べる人が減ってきている日本の現状を知って、私は寂しく感じる。

私はこれからもお米を食べていきたいと思

全国納税貯蓄組合連合会・国税庁

う。私が母親になったら、私の子供にも愛情をこめておにぎりをにぎってあげたい。