

公益社団法人 日本給食サービス協会会長賞

『ぼくと給食』

茨城県神栖市立横瀬小学校 六年 小林 瑛太

ぼくはアレルギー体质です。0歳の時、食パンを食べて大変なことになりました。身にじんましんが出て、呼吸がおかしくなって、とても大変だったと聞きました。卵、小麦、ナッツなど、色々なアレルギーがあつて、小学校一年生までエビペンという注射を持っていました。

保育園や学校にはお弁当を持っていききました。アレルギーの物を間違えて食べないように、友達とははなれておやつやご飯を食べていました。さみしくて、残念だなっと思つていました。時々友達に「お弁当いいな」つて言われたけど、ぼくはみんなと同じ給食が食べたいなと思つていました。

そんなぼくに、待ちに待った日がきました。食べられる物が増えて、小学校一年生の二期から、「除去食」という給食を食べられるようになりました。初めての給食は、アレルギーの症状が出たらどうしようという不安な気持ちもありました。でも、みんなと食べた給食はとてもおいしくて、うれしい気持ちでいっぱいになりました。

ぼくの給食お気に入りのメニューは、カレーライスとラーメンです。カレーライスは具がたくさん入っていて、特にお肉がおいしいです。時々ぼくの好きなカボチャも入っています。ラーメンは、スープが絶品です。スープがこぼれないように、しんちようにめんを入れていきます。

六年生の今は、完全にみんなと同じ給食を食べています。でもアレルギー体质が直つてはないので、自分の身体は自分で守らないといけません。袋に書いてある原材料をみたり、食べたことのない料理は、一口食べてみて、時間をおいてみます。口の中がかゆくなったり、気持ち悪くならないか確認します。そうやって気をつけていけば、不安よりも、食べることが楽しくなってきました。

アレルギーがあるぼくが、みんなと一緒に給食を食べられるのは、いろんな人の協力があるからです。毎月メニューを確認して見守ってくれてる先生達、おいしい給食を作ってくれる給食センターの人達、ぼくのアレルギーを知って協力してくれる友達、みんなに感謝しています。ありがとう。