

(公社)日本給食サービス協会会長賞

『給食を食べながら』

福島県会津若松市立謹教小学校 四年一組 男子 小川 冬凱

「今日の給食はおいしいですか。」

「今日も、ぼくたちの学校の給食の先生は、こう言いながら教室に入ってきます。すぐに、「おいいです。」

と、ぼくもみんなも元気いっぱいに答えます。すると、先生はカードを取り出し、今日の給食のこんだてのお話をしてくれます。ぼくは、このお話が大好きです。お話を聞きながら給食を食べると、いつもの給食が何倍もおいしく感じられて、パワーがわいてくる気がするからです。

七月には、トマトのお話をしてくださりました。

「トマトが赤くなると医者が青くなる。」  
というお話を聞いて、なるほどと思いました。

「トマトには栄養がたくさんふくまれているから、トマトが赤くなってたくさん食べられるようになる、病気になる人がへって、お医者さんがひまになってしまう。」ということでした。ぼくは、トマトってすごいなと思いました。だって、お医者さんにかからなくて良くなるなんて、すごい食べ物だと思ったからです。また、トマトの中には「リコピン」という栄養が多く、生活習慣病予防や老化防止に効果があると聞いて、さっそく家に帰って、おじいちゃんやおばあちゃんに教えました。おじいちゃんたちがいつまでも元気でいられたらいいなと思ったからです。

また、「ひみこの歯がいーせ」というひょう語も教えてくださいました。これは、かむことのおよさを表したひょう語です。中でもぼくがいいと思ったのは、「せ」の「全力投球」です。ぼくはスポーツが大好きで、マラソンや水泳は人に負けたくありません。だから、よくかんで全力が出せるようにしたいと思いました。よくかむだけで、すごい力が出せるなんて、絶対にやらないとそんだと思い、お話を聞いてからは、よくかんで食べるように気をつけています。

さらに、よくかむために、毎月「かみかみデー」と言うこんだての日もあります。「かみかみデー」の約束は、一口二十回かむことです。この日は、よくかむこんだてが工夫されていて、中でも「かりぼりきゅうり」が一番のお気に入りです。大好きなきゅうりが、ぶつ切りになっていて、かじったときの歯ごたえがよく、かめばかむほどいい味になっておいしいからです。

「食べることは生きること」と聞いたことがあります。ぼくにとって、給食の時間は、ただ食べる時間ではありません。食べ物のひみや栄養について知ったり、食べ方も大事だと教えてもらったりと、生きるために大切なことを学ぶ時間でもあるのです。ぼくもいつか大きくなって、一人ぐらしをするかもしれません。今、学んでいることがぼくの「生きる」を支えていくのだと思います。