

公益社団法人 日本給食サービス協会会長賞

『日本の給食のすばらしさ』

埼玉県さいたま市立宮原小学校 四年 女子 田村 菜々子

私が三年生のころ海外から引っこしてきた友だちがいました。その友だちは毎日のように「日本の給食は最高。」と言っていました。私も給食は大好きですが、毎日なにげなく食べている給食なのでふしぎだなと思いました。

私は早速インターネットで日本の給食について調べてみることにしました。日本の給食は、メニューが豊富で栄養バランスが良く、だれが食べても美味しいと世界から評価されていることが分かりました。その中で、「食育」という言葉が出てきました。食育は、けん全な食生活を実せんする力を育くむという意味があるそうです。私は「少しむずかしいな。」と思いました。その時お母さんが、「毎日の学校の給食でも自然とやっていることだよ。」と教えてくれました。調べていくと、私たちが毎日の給食時間に行なっていることが書かれていました。それは、友だちと一緒に食事を楽しむことや、「いただきます。」「ごちそうさまでした。」のあいさつの大切さ、協力し合って準備やかたづけをすること、そして食べられることへの感謝の気持ちです。毎日学校で当たり前に行なっていたことが、実は私たちが生きていく上でとても大切で、体も心も豊かに育くまれているのだと気がつきました。

私は牛にゆうが苦手です。どく特なにおいが鼻をツーンとしげきするように感じるからです。日本の給食が大好きな友だちは、給食で牛にゆうを三本飲むことがありました。私はとてもしよげきを受けました。食育について調べていくと、牛にゆうも関係が深いことが分かりました。私は牛にゆうが苦手ですが、牛はかわいと思います。牛にゆうはもともと子牛を育てるための食べ物で、私たちは命のめぐみをいただいています。そして、栄養バランスに優れていて、私たちの体の骨を作るカルシウムが豊富にふくまれています。その牛にゆうが私たちの給食に出るまでに本当に多くの人たちが関わっていることが分かりました。牛をはじめ、牧場の人や工場の人、運んでくれる人が関わっていることで私たちに届けられています。私自身これからは、牛にゆうを飲む時に、そうした人たちのことを思いだしながら飲んでみようと思いました。

給食は、農家や畜産、漁業の人々、栄養士さんや調理員さん、そしてそれをいただく私たちと、全ての人たちのコミュニケーションで成り立っていると思います。日本の学校では、給食を通して命の大切さや食べるよろこびを感じて学んでいくことが大切なことだと分かりました。そして、味つけが工夫されていて、とても美味しいということも世界中に伝えていきたいと思いました。

友だちは、今年また海外へ引っこしました。外国でどんな給食を食べているか気になります。いつかまた一緒に給食を食べたいです。