

## 農林水産省食料産業局長賞

### 『給食は、私のパワーの源』

栃木県栃木市立栃木第三小学校 五年二組 女子 渡邊 紗季

「んん、いい匂い！今日の給食は何かなあ！」二時間目の休み時間にただよってくる給食の美味しそうな匂いに、いつもお腹がググつとなつてしまいます。朝から、沢山授業や体育をして、四時間目が終わると、私の身体のエネルギーは空っぽになる程です。

学校給食の献立表を見てみると、主に三つの食品の構成でできていることを知りました。「血や肉になる食品」「体の調子を整える食品」「力や熱のもとになる食品」です。この献立の中には、沢山の食材が使われていて、ふるさとメニューとして、旬の産地の食材が使われています。私は、お腹がペコペコの時、考える力や、頑張る力が減ってしまいますが、給食のスープを飲むと、体中にジーンと血液が回る感じがするし、ご飯類を食べると、頭がさえ集中力が出てくる感じがします。また、野菜や肉、魚を食べると、元気な力が出てきて、午後の授業や、部活動まで頑張れます。

こうしてみると、給食の献立を考えている栄養士さんは、私達の身体を考えながら、また、地域の食材を使って地産地消に取り組んでいるんだなあと思いました。

私が好きなメニューは、郷土料理で出た、「かみなり汁」です。かみなり汁とは、水を切った豆ふを、ごま油で炒めて作るみそ汁で、炒めたときに、バリバリツと鳴る音がかみなりに聞こえることから、そう名づけられたそうです。私は、この話を給食の時間に給食委員会からの紹介の放送で初めて知り、おもしろいなあと思いながら食べました。家に帰り、お母さんにかみなり汁の事を話したら、初めて知ったと、おどろいていました。インターネットのレシピサイトで検索したところ、作り方がのっていたので、栃木県の名産である、かんぴょうを入れて一緒にかみなり汁を作ってみました。私は、あまり料理をした事がないので、みんな美味しいと言ってくれるか心配でしたが、家族の事を思いながら、一生けん命作りました。お母さんや、給食を作ってくれる方々も、私達を思っってこんな気持ちでいるのかなあと思いました。家族みんなが、美味しいと食べてくれた時、とてもうれしかったです。

学校の給食は、私達の口に届くまで、多くの人達が関わっていることに、改めて気が付きました。農家の方、ちく産、漁業、そして、献立を考えてくれる栄養士さん。それを美味しく安全に調理してくれる調理員さん。みんなの体調を見守ってくれる学校の先生。まだまだ給食が出来上がるまでに沢山の方々関わっていることに、感謝の気持ちでいっぱいです。

給食は、私のパワーの源です。これからも、給食が食べられる事に感謝しながら、元気な体を作っていきたいと思います。手を合わせて、「ごちそうさまでした！」