

優秀賞 「食」の大切さ

天理高等学校第二部 2年 伊藤 央

自分は高校に入学して、色々な「食」の大切さを知りました。

まず始めに「食事」の大切さです。高校に入る前は、朝食を食べなかったりする事が多くありました。しかし高校で部活に入り、体を動かす事が増えてからは、朝食を食べないと一日の体力がもたず、授業も部活も集中力がつづかず、「食事」が一日生活をするうえで欠かす事のできないものだと知りました。

次に「食品」の大切さです。自分は高校で農業をしているのですが、きゅうりやなす、トマトを育てるのだけでも、体中が汗だくになるほど動かなければなりません。スーパーマーケットであんなに簡単に買える物が、育てるとなるとあんなに大変だとは思ってもみませんでした。中学時代は好き嫌いが多く嫌いな物は捨てたりもしていましたが、一度育てる大変さを知り、「食品」の大切さを知り、自然と好き嫌いをしなくなり、色々な物をおいしく食べる事ができるようになりました。

最後に「食卓」の大切さです。高校に入り自分は寮生活を始めました。その寮の中で友人と食事をしていると、普段は話さないようなたわいも無い話が自然とでき、さらに友人との仲が深まるような気がします。同じ「食卓」をかこむという事は、一つのコミュニケーションであるという事を知りました。

自分は高校に入るまで朝食を食べなかったり、嫌いな物を捨てたり、一人で食事をしたりと、色々な事をしていましたが、高校に入り、「食事」「食品」「食卓」などの色々な「食」の大切さを知り、この「食」の大切さをもっと多くの人に知ってほしいと思いました。