

最優秀賞 「季節のめぐみでごちそうさま！」

奈良市立伏見小学校 5年 奥垣 知那美

「おはよう」の母の声かけで一日が始まります。毎日決まって「朝ご飯何食べる？」と母は聞きます。私はなぜ、毎日同じ事を聞くのか不思議でした。我が家では家族の決まり事で毎日、朝と夜の食事は家族全員で食べます。それは家族で一日の出来事や色々な話をするための大切な時間だと思っていました。実はそれだけではありませんでした。

母は毎日の「おはよう」の声と顔色で父や私、弟の体調を見ていたのです。私が風ぜ気味の時は食べやすい野菜リゾットを作ってくれました。母は「体調が悪くても食べないと健康でいけないよ。よくかんで食べなさい。食事をするのは大事、一日3食きちんと食べないと」と言います。そんな母も自分がそうして育ててもらってきたから健康でくらしと話してくれました。

母の実家はお米と野菜を作っています。そんな母も今年の春から田畑へ出かけるようになりました。今まで畑などより付かなかった母は、家族には健康でいてほしいからと安全でおいしいお米と野菜を自分の手で作ろうと思ったようです。私も夏休みに畑の手伝いに行きました。野菜には虫がいっぱいついていました。母に「太陽をいっぱい浴びた野菜はおいしいよ」と言われトマトをもいで食べました。「完熟で甘い！」母は「今は季節に関係なく野菜がスーパーに並んでいるけどやっぱり太陽を浴びて、その時期に取れる野菜が一番」と言います。その野菜を取って帰って早速料理です。我が家では必ず季節の料理と行事に気を付けて献立を考えます。先日の十五夜は「別名、芋名月」と教えてくれました。畑から里芋とさつまいもをほって小芋料理とさつまいもを月に見立てておかしを作ってくれました。いただく前には料理とすすきはぎの花をお月様にお供えしました。翌日の重陽は栗の節句だから栗ご飯を作ってくれました。私はどうしていつも行事を気にするの？と聞くと十五夜と重陽の意味と料理で季節を感じることを教えてくれました。

正直今の私には意味など分かりません。しかし、その時期にとれた食べ物を美味しく頂ける喜びと感謝する気持ちをもつ事を学びました。そのおかげで私は好き嫌がなく毎日健康で暮らせていられる事に気づきました。母もそ母が亡くなり、大切な事が分かったようです。そ母は母に忙しい時も食事は必ず家族全員でいただき、季節の行事を大切に献立を考え、旬の食材を使って料理する事によって季節を感じられる。と教わったようです。先日の彼岸におはぎを作りました。秋の彼岸は萩の花がさくからおはぎ。春の彼岸はぼたんの花の時期だからぼたもちと教えてもらいました。給食の献立表を見ても季節を感じられる事に気づきました。私は親だけでなく、色々な方のおかげで健康で毎日過ごせて「ありがとう」の気持ちでいっぱいです。私もいつかみなさんに色々伝えたいと思います。

今日も残さず頂きました。「ごちそうさま」