

【中学校の部 最優秀賞】

「食べること…それは生きること」

広陵町立真美ヶ丘中学校 2年 池添 希

毎朝起きると「朝何食べる？」と母が聞く。体調等を見て判断してくれる日もあるが、基本的には自分のその日の空腹加減や体調・午前中の運動量によって食べたいメインを選ぶ。

だから母の朝は、一年中大忙しだ。私がピザを選んでも父は和食だったり麺類だったり、私がサンドイッチで父がホットドックだったりする日が多々あるが、母は一切文句を言わずその人その人に合わせて作ってくれる。

ある時、どうして朝ご飯を選べるのか聞いた私に「食べることは生きること。同じ生きるなら健康に生きる。病気になってから薬飲めばいいわじゃ駄目。食事は一年365日×3回でしょ。正しい食生活をしていれば予防できる病気がある。何事もやってしまってからになってしまってからでは遅い。家族の健康は母親次第。愛情があるからどんなに忙しくても食べることには決して手を抜かない。朝食は一日の元気の源だしね。」と言った。

昨年塾で「冷凍食品食べたことのない人手を挙げて。」と言われ手を挙げたのは私一人で恥ずかしくて嫌だった。

でも、母の言葉を聞いてあの時恥ずかしいと思った自分が恥ずかしかった。

食事は、たくさんの命と作った人の想いを一緒にいただいているということなのだ。ただ満腹になれば良いのではないと学んだ。

昨年から中学校も給食になった。少食な兄の為に作る『開けてニコリ笑えるお弁当』をずっと見てきたので、私もあと少しでお弁当だと楽しみにしていただけに悲しかったけれど、母の食に対する心配りを知った今は、給食であれ今まで以上に感謝して食べている。給食もおかわりはしても、絶対に残さない。

私達が病気をしないのは、母の作る食事のおかげだと心底思う。あの日から、私が言う「いただきます。」はただの挨拶ではなくなった。