

お米への感謝と願い

畑沢小学校

六年

渡邊

心愛

今まで何度となく私はお米に助けられてきた
ただろう。

私は生まれた時から気管支が弱く、今も毎日薬を飲んでいます。風邪から肺炎になってしまっただことも何度かあります。肺炎は本当に本当に苦しい病気です。せきが一日中とまらず、ご飯が全く食べられなくなります。四才の時になった重度の肺炎の時はご飯が全く

2

食べられず、一週間で体重が四キロも減ってしまいました。毎日点滴で栄養を補っていました。点滴だけでは体重は増えません。薬が効いてせきが止まってくると私はおかゆを食べなくなりお母さんに毎日作ってもらいました。そうすると不思議なことに日に日に元気になるし体重も元に戻りました。病気は薬や点滴だけでは治りません。お米を食べるところ本当の健康や元気を取り戻せるのだと思います。私は小さな時から病気になる

るたびに自然とお米のパワーを身をもって感じてきました。だから毎日お米を食べてきたことで今は元気に、体も大きく成長できています。ことに心から感謝しています。

私は卓球をやっています。試合の時は必ずお母さんの手作りおにぎりを持っていきます。おにぎりは忙しい試合の合間にもすぐに食べられるし、手軽にエネルギー補給が出来る優れた食べ物です。おにぎりを食べることで、また試合も頑張れるのです。

私にはひいおばあちゃんがいって今八十六才ですが毎日お米とお味噌汁を食べています。だに病気に知らずで元気に過ごしています。昔は食べるものもほとんどなく、アワやトエ、さつまいもを主食として毎日食べていたそうです。お米はぜいたく品でたまにしか食べる事が出来ないものでした。ひいおばあちゃんの家は農家でお米や野菜作りで生活していました。だからお米を作る過程から食べられることの苦労やありがたみを知っています。

でかける時も必ずおにぎりやてっぽう巻きを作って持っていくます。小腹が空いたときや何かあったときの非常食として持っていくのだそうです。

お米は本当に貴重で、優れた食料です。元気な時は納豆ごはん、試合の時はおにぎり、体調の良くない時はおかゆに変化して、どんな時も私の元気の味方になって助けてくれます。今まで病気の時も、体力回復のために私に力を貸してくれてありがとう。そして今こ

うやって元気に学校に登校出来たり、卓球が出来るのも、昔は当たり前でなかったお米を毎日食べられるからだと思います。毎日食べられるお米に感謝して、そしてこれから私が元気に成長していけるように願いをこめていただきます。