

お米を食べること

木更津市太田中学校

一年

三宮

大輝

一番好きな食べ物は何？

そう聞かれたら

僕は迷わずこう答える。

お米です！

僕は本当にお米が好きだ。自他共に認める

お米好きで、修学旅行の夕飯でお米をお茶碗

十杯分をペロリと平らげ、周囲を驚かした事

もある。しかし、実は僕はお米が嫌いだった

事がある。それが一転、僕はある出来事から

大のお米好きとなったのである。

僕の家では、昔から主食はお米だった。小

さいころの僕にとってそれは当たり前で、

毎日お米を食べて生活していた。ところが小

学五年生のある日、仲の良い四人グループで

「お米とパンどっちが好き？」という話題に

なった。僕は「お米が好きだ」と伝えた時

驚く事が起こった。僕を除く三人が口々に

「僕は絶対にパン！パンの方が美味しい。」

「僕も。なんかお米とか古いよね。」
「毎日パン食べてるよ。」
「と言ったのである。なんだかお米を食べて
いる事が恥ずかしくな。た僕は、お米が好き
な事を口にせず、口にしかけていた声も込ん
だ。」
次の日から、僕は朝食や夕食のときにパン
を食べるようになった。別にお米が嫌いにな
った訳ではなかったが、僕の中で「お米は古
いんだ。ダサイんだ。」と言う感情が生まれて
きて、段々本当に嫌いになった。
パンを食べ始めて半年。少しの変化だった
が、僕の野球の成績が落ちはじめた。原因は
特にバあたりはなかったが、何となく空腹を
感じる事が多くなっていた。朝食を食べてい
てもお腹がすくようになり、お腹が鳴るので
はないかと、勉強にも集中する事ができなく
なっていたのだ。
何故、そんな風にな。たのか。考えるう
ちに、一つ、これではないかと思うことが出

てきた。お米を食べなくなっ
てから、よくお
腹がすくようになった気が
したのだ。そのこ
とがとても気になっ
て、お米とパンの腹もち
の違いを調べてみると、
明らかにお米の方が
腹もちが良いところだ。

そのことを知った僕は、
さっそうくパン食を
やめて、お米食にもどした。
すると、パン食
の時と比べて格段に腹もち
が良く、授業に集中できる
ようになった。今まで二時
間目くらいにはお腹がすい
ていたのがうそのようだった。

もちろん野球の成績も上
がり出し、いい事
ばっかだった。
また、しばらくお米を食
べていなかっただ
せいか、お米の美味しさを
発見することができ
た。不自然な甘さや濃
い味つけはないけれど、
素朴で優しい甘み。か
めばかむほど美味し
さを実感した。

この出来事を通して、僕
はお米の良さを知
り、大のお米好きとなっ
た。今では朝からご
飯を三杯食べなくては、
一日が始まらない。

毎日お米を食べている僕は、自己評価では
野球の成績も良い感じだ。
これからお米に助けられる事も多いので、
自分も人を助けるような事をしていきたい。