

公益財団法人 **イオンワンパーセントクラブ**

中学生作文コンクール

第2回中学生作文コンクールにご応募、ありがとうございます

公益財団法人
イオンワンパーセントクラブ
横尾 博

私たちが暮らす日本には、食事のたびに口にするととても素晴らしい言葉があります。

「いただきます」と手を合わせて始まる食事。食べることができた感謝の気持ちを表す「ごちそうさま」。

お米や野菜を作ってくれている人に対して、料理してくれる人に対して、あるいは動物や植物の「命」に対してなど、日々食事ができる喜び、おいしくいただける幸せに対する感謝の言葉となっています。

イオンワンパーセントクラブは、この感謝の気持ちを、心に残る食事や料理、大切な人との関わりなどから考えてみようと、昨年、第1回「中学生作文コンクール」を始めました。

そして今回は、募集期間を夏休みから夏休みに変えて第2回を実施しました。

ご応募いただいた作品からは、家族で協力して料理をしたりそろって食卓を囲んだりできる喜び、愛情こもった食事やお弁当を作ってくれる母への思い、祖母、曾祖母などの食を通じた関わりなど



が伝わってきました。また、食物アレルギーについて書かれた作品、病気になった時や病院での食事を通じて「食」について考えた作品もありました。生活の中の各場面に出合った体験から、中学生の視点で「食」に対するさまざまな考察を読み取ることができました。

イオンワンパーセントクラブは、1989年に設立し、2015年には内閣総理大臣の認定を得て「公益財団法人イオンワンパーセントクラブ」となりました。「次代を担う青少年の健全な育成」「諸外国との友好親善の促進」「地域社会の持続的発展」の三つを柱とする社会貢献活動に取り組んでいます。

イオンワンパーセントクラブが実施するさまざまな活動の中には、皆さんが住んでいる地域の環境について学ぶ「イオンチアーズクラブ」があります。メンバーは小学生、中学生で、全国で随時募集を行っています。

また、高齢化や生産者の減少など大きな転換期にある日本の農業の振興をめざして、未来の担い手を応援する「食と農業支援」も行っています。

農業から食へと続く取り組みの環境として、「中学生作文コンクール」はこれからも続けてまいります。次回も多くの中学生からのご応募をお待ちいたします。

大切な人と「ごちそうさま」

金賞 10名
銀賞 10名

※金賞・銀賞とも学校所在地が北から南の順に掲載。



カブのスープ

北海道・札幌日本大学中1年

杉浦 くるみ

茶碗半分的笑顔

岩手県大船渡市立第二中2年

畠山 公

おむすびの思い出

宮城県・古川学園中3年

高橋 輝

祖父とトウモロコシ

茨城県・江戸川学園取手中1年

栗山 大馳

家族で食卓を囲める幸せ

千葉県いすみ市立岬中3年

梶山 亜莉沙

受け継いでゆく戦争の味

東京都・本郷中2年

吉川 朋希

土曜日はオムライス

京都市立岡崎中2年

孔 久美子

ばば食堂 愛のカタチ

大阪府堺市立五箇荘中3年

上阪 千春

食べたいものを

食べるということ

広島市立祇園中2年

坂井 朋華

土曜日の約束

福岡県宗像市立自由ヶ丘中2年

伊賀崎 淳



お母さんごちそうさま

北海道・札幌日本大学中1年

葛西 芯太

感謝の気持ちをこめて

北海道・札幌日本大学中1年

林 紗野華

私を満たす母の味

埼玉県さいたま市立大谷場中2年

瀧野 瑞生

うな重

長野県飯田市立緑ヶ丘中3年

窪田 珠梨

「食」の大切さ

岐阜県笠松町立笠松中1年

浅井 佳音

お母さんからのメッセージ

岐阜県下呂市立金山中1年

北村 心

大好きなエッチャン、ありがとう

奈良県大和郡山立郡山西中1年

藤森 美花

たった三口の食事

大阪府・四天王寺中3年

中川 美桜子

「おいしい」と「ありがとう」

広島県・広島大学付属福山中1年

松本 康汰

一家だんらん

大分県佐伯市立佐伯城南中1年

三輪 有沙

心に残る食事や料理への感謝の気持ちをつづってご応募いただいた「中学生作文コンクール」に、全国から91点の作品が寄せられました。2回目となる今回は、夏休みを含む7月から9月にかけて募集。金賞受賞者は愛知県常滑市で開催された表彰式に出席し、今日（24日）、みりんや酢、豆味噌などの伝統調味料が発達してきた土地をめぐる食育ツアーに参加します。

第2回 中学生作文コンクール 概要

テーマ 「大切な人と「ごちそうさま」
——心に残る食事や料理と感謝の気持ち——

募集期間 2018年7月20日（金）
～2018年9月12日（水）※消印有効

応募資格 日本在住で2018年7月現在、
中学1年生から中学3年生であること

賞品 金賞……賞状、副賞（図書カード3万円分）10名
表彰式・食育ツアー（1泊2日）にご招待

銀賞……賞状、副賞（図書カード1万円分）10名

参加賞……上記入賞者以外のお応募者100名に
図書カード（1000円分）を贈呈

※100名を超えた場合は抽選。

主催：公益財団法人イオンワンパーセントクラブ 後援：毎日小学生新聞、15歳のニュース（毎日学生新聞）



公益財団法人 イオンワンパーセントクラブ

中学生作文コンクール

金賞

カブのスープ

北海道・札幌日本大学中学校1年

杉浦 くるみ



毎年夏になると母が作ってくれる料理の一つに「カブのスープ」があります。軟らかく煮たカブを塩こしょうやコンソメで味つけただけのもとても簡単なものです。

私は小さい頃、とても風邪をひきやすく、特に夏風邪をひくと咳がなかなか取れず、家族を心配させたそうです。その頃は家の近くの年配の女の先生がいる小児科にお世話になっていました。何回か薬を変えてもらっても私の咳は良くなりず、両親はとても心配したそうです。その先生は、

「子供はよく風邪をひくものだよ。この子は根は丈夫だし、そんなに心配することはないよ。薬はこれ以上増やさないで食べるものを変えてみようか。」

と言って、診察室の書棚にあった岩波新書を取り出し、

「ほら、ここに『咳にはカブが良く効く』と書いてあるよ。やわらかく煮てスープでも作って食べさせたらどうだろう。」

と母に教えてくれたそうです。早速病院の帰りにカブを買い、母がスープを作って私に飲ませると、夜になる頃には私の咳は半分良くなったそうです。その時から我が家では私の咳が続くときや、夏のカブの美味しい季節には、そのスープをよく

食べるようになりました。やさしい味がして、とても美味しくて、身体も心も元気になるスープだと思えます。薬や注射だけではなく、食べ物や環境など、生活のいろいろな所から私の健康を考えてくれる先生が大好きでした。

私が年長の時、その先生が体調を崩し、病院がお休みになることが増えました。私は本当は病院は嫌いでしたが、先生には会いたかったのでさびしい気持ちでした。ある日、先生が病院に戻ったというので、母に連れられて病院に行くと、白衣を着て、すっかり痩せてしまった先生が、いつもの席にすわっていました。

「くるみちゃん、よく来てくれたね。」

と先生は言って、私をじっと見つめました。あまり長い時間見つめるので、母は私が泣き出すのではないかと心配したそうです。そして、先生に会えたのは、その日が最後でした。

今、私は中学生になって、時々先生のことを思い出しています。天国から私のことを見てくれるかな、と思っています。小さな私の風邪を治してくれて、おいしいスープを教えてくれて、ありがとうございました。

金賞

茶碗半分の笑顔

岩手県大船渡市立第一中学校2年

はたけ やま

畠山 公



一八四二粒。僕の一昨年の全収穫数だ。

僕は幼いころに様々な食物アレルギーを持つことが分かった。米もそのうちの一つで、正確には米の栽培に使う農薬のアレルギード。だから母は僕にも食べられる無農薬栽培の米を探し、その中で、ある農家の方と仲良くなった。その農家の方は、僕に田植えや稲刈りなどの農業体験をさせてくれて、そのおかげで僕はおぼろげながら、将来は米の研究に関わる仕事をしたいと思うようになった。

そして僕は小六の時に「バケツ稲」に挑戦した。家のベランダに六つのバケツを並べ、農家の方から分けていただいた土と稲もみを入れた。毎日の水やりと草とりが僕の朝の日課となった。水やりと言っても野菜にジョウロで水をかけるのとはわけが違う。バケツ一杯の水を六往復するのはかなり大変だった。

稲が育つてくると、今度は雑草との戦いが始まった。調べたら二十種以上もある雑草が毎日これでもかと生えてきた。バケツ稲ですらこんなに手間がかかるのだから、実際の農家の方はどれほど大変なことだろう。その苦勞を感じ、僕でも食べられる無農薬米を作る農家の方に改めて感謝の気持ちがあった。

そのかいがあって、稲は順調に育っていった。バケツ一つに二本、全部で十二本の稲。うまく育てば一本に千粒の米ができるらしい。ということは一萬二千粒の米が収穫できる。茶碗一杯が約三千粒らしいから、四杯分のごはんができる。そ

れを家族のみんなが笑顔で食べる様子を想像して、自然と頬が緩んだ。

ところが、いつまで経っても米がなる気配がなかった。通学路の田んぼでは稲穂が垂れ下がっているのに。うまく日が当たらなかったせいだろうか。それとも肥料が足りなかったのだろうか。ようやく実がついた時にはほっとしたが、とても垂れ下がるようなほどにはならない。結局、収穫できたのは一八四二粒だった。家族四人で食べるどころか、茶碗一杯分にもならない。とても悲しかった。

だけど一八四二粒の収穫を母はとてもほめてくれた。一年間一生懸命取り組んだこと。農家の方の苦勞を身をもって知ったこと。これからにつながる失敗ができたこと。そのすべてが僕の財産になると言ってくれた。

それから一か月後、父の誕生日に僕の収穫した米を精米して炊いた。茶碗半分のごはんを家族四人で分けて食べた。味だけで言えば農家の方に及ばないやせた味だし、うまくいかなかった苦さも加わった。だけど、父も母も妹も笑顔で食べてくれた。米を育てていた時に想像していた笑顔そのものだった。

この笑顔を日本中、世界中に届けるのが農業の素晴らしさなのだと思えた。今こうして笑顔で食べているごはんが届くまでに生産者の方はいくら苦勞と情熱をもって収穫に結び付けているのだろう。そのことに思いを馳せ、感謝をわすれない自分でありたい。

公益財団法人 **イオンワンパーセントクラブ**

中学生作文コンクール



おむすびの思い出

宮城県・古川学園中学校3年

高橋 輝
たかはし ひかる



「ママが作ってくれるお料理の中で一番好きなのは何ですか？」

保育園の誕生会のインタビューでこう聞かれた私は迷わずに、

「おむすびです。」

と、元気に答えた。遠足や運動会などの行事の時、我が家のお弁当の主役はおむすびだった。両親が共働きで多忙だった我が家は、食事の時に家族三人が揃うことは少なかった。だから行事に両親が来てくれて、外で味わうおむすびの美味しさはおさら格別なものだった。アルバムには、在りし日の父と私がおむすびを笑顔でほおばる写真が残っている。

おむすびには、もう一つ忘れられない思い出がある。それは八年前。東日本大震災の時。

母の職場で炊き出しを行い、職場の皆さん総出でおむすびを作ってくれた。シンプルな塩むすびだったが、丸一日食べ物に口していなかった私は、一口食べただけでその美味しさに感激した。そして、ゆっくりゆっくり一口ずつかみしめて味わいながら、感謝しながらいただいた。食べ終えて、有り難い気持ちでいっぱいになり、その時に初めて心から「ごちそうさま」と言ったような気がする。

食べ物の大切さが理解出来たのも、震災での経験があったからだと思う。これからもあの時の気持ちを忘れることなく変わらず、心から「ごちそうさま」と言い続けようと思う。

中学生になり、私は学校にお弁当を持参して登校するようになった。毎日母が早起きをして、手

作りのお弁当を作ってくれる。お弁当には、必ず一つ小さな三角のおむすびが添えられている。それは、間食用である。朝起きるのが苦手な私は、学校の休み時間に朝食代わりのおむすびを食べる。気の合う仲間たちと一緒に。遠方から通学している友達も、電車やバスの時間の関係もあり、朝食もままならないのだという。休み時間におしゃべりをしながら、おむすびをほおばる時間は本当に楽しい。

ある日友達の一人が、

「輝のおむすび、いつもとってもきれいな三角形をしているよね、美味しそう。」

と言った。私の母の作るおむすびは本当にきれいな形なのだ。握り加減も絶妙で、お店で売られているおむすびよりも美味しいと自信をもって言えるほどだ。具のバリエーションも実に豊富である。中でも私が一番好きなのは、焼きおむすびだ。いつも私もこんなおむすびを握れるようになりたいな。私は中学三年生になった。近頃は多忙を極める毎日である。

「学校は楽しい？」

夕食の時、私の母はいつもこう聞くのだ。

「うん、楽しいよ、もちろん!!」

いつも決まって私は答える。

お母さん、今日も美味しいおむすびとお弁当、どうもありがとう。ごちそうさま。



祖父とトウモロコシ

茨城県・江戸川学園取手中学校1年

栗山 大馳
くりやま だいち



僕は、はっきり言って祖父が苦手だ。みんながなんでもと言われる。僕の祖父はお年玉をニコニコしながらくれるような、やさしいおじいさんでは無い。たぶん、ちょっと違う。どういう事かと言うと、くだらないウソなどを言ってからかってくる。お酒を飲みながら僕が疲れていてもお構い無しにぐしゃぐしゃと頭などをいじってきたり、道理がとれない事を言って、その上、祖父の仕事は農業なのだからと臭う。だからあまり話をしたくない、そう思っていた。

いつもの夕飯、祖父はビールを飲んでテレビに

むかって悪態をつきながら見ている。昭和の風景とはまさにこのことか？と思わせるような事が、目の前で繰り広げられている。おい！と話しかけてきた。うわっ！また何か言われる。面倒だなあと思った。「うちのご飯を食べられるのは幸せなんだぞー」と言われた。僕はまた、恩着せがまし、く、始まったよ！と思った。ご飯くらいゆっくり食べさせてくれよと。でも、なんて返答すれば正解かわからず、からまれるのが面倒臭かったので早く立ち去ろうと黙々とご飯を食べた。

小学校の給食で僕が作った、トウモロコシが出る日のことである。僕は学校にあまり行きなくなかった。食育の地産地消の日である。給食の最中に校内放送で〇〇さんのおじいさんが作ったトウモロコシです！と紹介され、照れ屋な僕は

恥ずかしかった。でもみんな美味しい美味しいと繰り返し言いながら食べていたのを見て、祖父の顔がちらついた。なぜかその顔は笑っていた。そのことを思い出しながらいつものように食卓についた。そんなにおいしいか？いつもの事だけども黙々と食べた。

中学に行くようになり朝早く起きることが増え気がついた。僕は当たり前で見えていなかったのだ。朝早くから仕事しているとは知っていたが、スーパーのバイヤーさんや八百屋さんがうちに来ていることは知らなかった。そのおじいさんたちは競うようにうちの野菜を注文していく。おじいさんと話をしたかった。祖父は立派な作物を育てお客さんに喜ばれているという事を。地元の人や同級生のお母さんにも毎日食べられて幸せねと言われた。当たり前だに思っていたことが間違っていたのか！と気がつかされた。

そんな中学に入ってから夏休みの夕食でまた祖父に同じ事を言われた。その時、僕は「うん」ただだけ答えた。またからんできたか、そこまで嫌と感じなかった。一生懸命作っているから服の色が変わる程の汗をかく。ちょっと寄りたくないのは変わらないが、心の中では、美味しいものを毎日ありがとと感じ、また黙々とご飯を食べた。米粒などを一つ残さず食べながら。

公益財団法人 イオンワンパーセントクラブ

中学生作文コンクール

金賞

家族で食卓を 囲める幸せ

千葉県いすみ市立岬中学校3年
くぬぎやま
棚山 亜莉沙



「えっ、お祖母ちゃん、どうしたの？」塾から母の車で帰ってくると、祖母が真っ赤な顔をして、酷く辛そうだ。母は朝から仕事でそのまま私を塾まで迎えに来てくれたので、祖母の急変を全く知らない。祖母自身は異変に気付いていたのだが、あえて母に連絡しなかった。なぜなら、再入院が怖かったからだ。

祖母は三年前、股関節の手術を受けている。しかも術後、入院中に二度も脱臼してしまい、すぐ再オペに……。だから祖母は日頃「手術はもう懲り懲り。」と言っていた。そう考えると、こんな状態になるまで放っておいたのも合点がいく。心配した母は体温計を差し出し、「股関節じゃないの？傷口は？」と見てみると、傷口の周りは真っ赤に腫れ上がり、大量の膿が出ているではないか。母は「すぐに病院に行かなきゃ。」と祖母を半ば強引に車に乗せた。「亜莉沙も一緒に行く？それとも……」私は「明日も学校だし留守番している。」そう答えたものの内心どうしよう。一人か、怖いなぁ。

病院に着くと、祖母は次から次へと検査を受けた。時計は既に午前二時。外が白々と明ける頃には、祖母は先生から再手術の宣告を受けることに……。死んでもいいから家に帰して。三度目の手術だけは勘弁して。お願い。」と祖母は泣いて懇願した。しかし当然、先生の返事は「ノー。」母も私がいる為、一時帰宅しなければならず、全てを先生に託し、病院を後にした。私は結局、ほとんど眠ることが出来なかった。恐怖心もあったが、何より大きな理由がもう一つあった。六年前に他界した兄も、突然具合が悪くなり、真夜中に母が車で病院へ連れて行き、そのまま還らぬ人に……。あの時と全く同じこの状況に、悪夢が蘇る。不安に押し潰されそうになった時、母が帰宅した。私は恐る恐る「お祖母ちゃん、どうだった？」と尋ねた。母は朝食の準備に取り掛かりながら「再手術だって……。」と声を震わせた。私も、あまりのショックに朝食が喉を通らない。祖母の事も心配だったが、同時に「かぎっ子」生活の再来が足音を立てて私に近付いてくる。

我が家は祖母と母、私の三人暮らし。祖母が入院してしまえば「たたいま。」と言っても誰も「お帰り。」と言ってくれない。あの世界に引き戻されるのだ。夜だって、食事は一人。一人だけの「いただきます。」正直、味なんか分からない。淋しくてテレビをつけるが、その音さえ耳に入っていない。気が付くと「そう言えば、今日も『ごちそうさま。』って言ってないや。」と独り言。一人で摂る食事ほど、孤独感を痛感させられるものはない。食事が美味しかったり、楽しかったりするのには、そこに大好きな大切な人がいてくれるからだ。

先日、祖母がようやく退院してきた。以前より歩行が困難になってしまったが、何はともあれ、元気に過ごせている。それだけでいい。それだけで十分。家族が健康で、一緒に食卓を囲め「いただきます。」「ごちそうさま。」が言える。それだけで、私は十分幸せなのだ。

金賞

受け継いでゆく戦争の味

東京都・本郷中学校2年
よしかわ
吉川 朋希



私の家では毎年八月十五日の終戦記念日に祖母と祖父が作ったすいとんを食べます。

すいとんとは、水でゆるく溶いた小麦粉を湯の中に入れ、団子のように固めたものを入れた汁ものです。これは第二次世界大戦末期から終戦後しばらく食べ物が多かった時代に主食の米に代わって食べられていた代用食です。

当時のすいとんは昆布やかつお節、調味料もなかったで味付けや具もほとんどないものだったそうです。さつまいもの葉など本来は食べずに捨てていた部分を具にしたり、塩味をつけるため海水で作ったこともあるそうです。

そして今年は自分も祖母と一緒に作ってみることにしました。材料は野菜類と豚肉を入れた、当時とは違い、だしや具もしっかり入ったすいとんですが、作るのとても簡単でした。

すいとんができあがった時、テレビでは「全国戦没者追悼式」が放送されていました。正午の黙禱では、祖父は姿勢をただし目を静かに閉じていました。

祖父は戦争体験者です。できあがったすいとんを祖父、祖母と一緒に食べながら祖父から当時の話を聞かせてもらいました。祖父は戦争が終わったとき小学三年生でした。その時の東京は食料難でまともには生きられないと言っていました。だ

から違法な闇といわれるところから食料を買ったり農家の野菜を勝手に食べたりしていたそうです。

さらに戦時中の集団疎開で行った草津でも大変だったそうです。そこで食べたすいとんはとてもおいしかったらしいのですが上級生にとられて全然食べられなかったそうです。

今回祖父に戦争の話聞いて今までテレビや本で知った知識しかなかったけどとてもうれしいものが聞けて、私が思っていたよりも厳しかったんだなと感じました。そして祖父は戦争で食に苦しいことを忘れないように一九七〇年頃から終戦記念日に毎年すいとんを食べることにしたそうです。

私が幼いころから毎年すいとんを作ってくれた祖母と戦争のつらさや平和なことへのありがたさを教えてくれた祖父に感謝したいです。

私は今、平和な時代に生まれてきて食に不自由はしたことがないし、毎日があたりまえだと思っていたがすいとんを通して考えてみると食に対してのありがたさを感じました。

いつも自分が言う「ごちそうさま」はただの言葉にすぎなかったが、今回の「ごちそうさま」は心からありがたうと思えた。

公益財団法人 イオンワンパーセントクラブ

中学生作文コンクール

金賞

土曜日はオムライス

京都市立岡崎中学校2年

孔 久美子



「そんなに頑張らないの。」

オムライスを食べる時は、決まってお母さんに
そう言われる。でも頑張るのはやめられない。な
ぜならオムライスを食べる時は、すごく嬉し
くて幸せで気持ちが高ぶってしまうからである。

お母さんは、家の大黒柱である。体が弱く家事
をするだけでもしんどいはずなのに、私の為に弱
音を吐かず仕事を頑張ってくれている。私を想っ
て働いてくれているお母さんの事が昔から私は大
好きだ。けれどそれ以上に一人でなんでもかかえ
込むお母さんが大嫌いだった。お母さんには無理
をしてほしくない、私にくらい何でも話してほし
いとずっと思っていて、誰にも相談はしなかった
けど小学生の時の唯一の悩み。

「お手伝いするから頼ってね。」
何度そう言っても私を頼ってくれない。でも相
談をしてくれるようになるきっかけは突然訪れ
た。私が中学校に入学した頃くらいから毎週土曜
日に休みが取れるようになって一緒に色々な話を
しながら昼食を食べられるようになったある日、
ポツポツと仕事の話をしてくれたのだ。この時の
嬉しさは言葉では言い表せない。その時に食べて
いたのがオムライス。甘い玉ねぎとジュシーな

チキンライスがトロツと卵に包まれたあのおいし
さがたまらない大好物をそんな嬉しい時に食べて
いたのだ。オムライスを食べる度にこの嬉しさを
思い出して頑張る食べてしまうのはしょうがな
いのだ。これを機に毎週土曜日は母の一週間の愚
痴を聞くことが習慣になった。この頃は、私も少
し愚痴を聞いて貰って前よりさらにお互いの気持
ちが分かるようになって嬉しい。それに、家事も
頼んでくれるようになり、無理をしないようにな
ってくれた。

私の事を想って身を削って仕事をしてくれるお
母さんはカッコいい。だけど、弱い部分も含めて
ありのままを見せてくれるお母さんの方が私は好
きた。普段は本音を言わないお母さんが食事をし
ている時だけは本音を話してくれた。お母さんが
オムライスを作るようになったのは、私の好物だ
からという理由だけではなかったのではないかと
今になって思う。きっと沢山の具が入ったオムラ
イスに沢山の思いを込めたくて作ったのではない
だろうか。私はオムライスの具の量はお母さんの
思いの量と同じだと思う。来週の土曜日のオムラ
イスも楽しみだ。

金賞

ばば食堂 愛のカタチ

大阪府堺市立五箇荘中学校3年

上阪 千春



私たちは、毎日食事をします。食事は、私たちに
活力を与え、体やエネルギーをつくるものになる
がそれだけではない。食事は思い出も生み出す。

誰にでも、記憶に残る味はあるだろう。私にとっ
て、心に残る食事として真っ先に思い浮かぶのが
「ばば食堂」だ。

ばば食堂といっても、店の名前ではない。私た
ち姉妹は祖父のことを「じじ」と、祖母のことを
「ばば」と呼ぶ。母が忙しく食事を作れないとき、
私たちは祖父の家にいき、一緒に食事をします。
私と妹は、それを「ばば食堂」と名付けたのだ。

料理のメニューはいって普通である。豪華な
料理ではないが、私と妹の好物もよく作ってくれ
る。おにぎりは炊きたての米で握る。孫に温かい
おにぎりを食べてほしいと思っていたのだろう。

握り終わり、真っ赤になった祖母の手が印象に残
っている。私たちの好物だったジャーマンポテト
にも、こだわりがある。祖父が畑で収穫したばか
りのじゃがいもを使うのだ。好物を頑張った笑顔
になる二人を見て、祖父も微笑んでいたのを覚え
ている。そして、皿に盛る料理の量は、少し多め
だ。「どんどん食べや。」そう言った二人の顔か
らは、私たちを思う気持ちが滲み出ているようだ
った。嫌いな物も、ばば食堂ではペロリと食べら
れた。グリーンピースも高野豆腐も、ばば食堂で

は好物に変わった。祖父母の愛情が料理に魔法を
かけたのかもしれない。そんなとき、愛のカタチ
が見えたと感じる。

食事のあいさつにも、ばば食堂ならではの流儀
がある。私たちが「ごちそうさま。」と言うと、
祖父母はきまって声をそろえて「よろしゅうおあが
り。」というのだ。米一粒ないピカピカの皿を見
て、祖父母は笑顔になる。おいしい食事をお腹い
っぱい食べた私たちも、満足そうな笑顔になる。
ばば食堂は、料理を食べるだけの場所ではない。
笑顔の花が次々と咲く場所なのだ。

しかし、中学生になり忙しくなった私は、ばば
食堂に行かなくなってしまった。祖父母と話す機
会さえ減ってきている。だが、ばば食堂の料理の
味は、今も舌が鮮明に覚えている。勉強が辛いと
きや部活で疲れたときに、おにぎりを、炒め物を
食べたい、祖父母の笑顔をみたいと感じる。そん
なときは、ばば食堂の愛のカタチを思い出せば、
自然と笑顔になる。祖父母が私たちにどれだけ
愛情を注いでくれたのか実感でき、心が温かくな
るから。

食事には、たくさんの力がある。その中でも一
番大きいものは、人を幸せにする力だと思う。一
瞬だけではない。記憶として、永遠に。

公益財団法人 **イオンワンパーセントクラブ**

中学生作文コンクール

金賞

食べたいものを

食べるということ

広島市立祇園中学校2年

坂井 朋華



私はあるコマースシャルを見た時とても衝撃を受けました。その女の子は小麦アレルギーで、パンが食べられません。友達が食べているのをながめていて、気になったお母さんが小麦粉を使わないレシピで作ると話でした。私はなんだかとてもかわいそうだと思います。特定のものが入っているすべてのものが食べられないということは、まわりの人よりたくさんの我慢をしなければいけません。それに小さい子ならばきつてどうしてダメなのか分らないと思います。そんな一生ものの我慢は私は想像できません。

実際私にも小さいころ卵アレルギーがありました。まったく食べたことがなく母もご飯作りに苦戦したそうです。幸い、物心つくころにはそのアレルギーもすっかり消えて卵も食べられるようになりました。でもそのコマースシャルを見てからというもの、ふとももまだアレルギーがあったらどうなっていたのだろうと考える時があります。私は甘い物が好物です。よくケーキやオムライスを食べます。でも卵アレルギーだったらその大好きなものを食べることができません。きつと給食のメニューもみんなとはちがって、一人だけおぼんにのせて持ってこられていたでしょう。友達とお出かけした時、いっしょにパンケーキ

キを食べることもできなかったでしょう。こんなことを考えていると食べたい時、食べたいものを食べたいだけ食べることがどれだけ恵まれていて幸せなことなのか身にしみて感じられます。普段からは決して考えることのないようなことです。が、今私たちがおいしいものを、家族や級友と同じものを食べることができるといのは本当にかげがえない、幸せなことなんだと改めて思いました。

最近スーパーなどでアレルギー品目の入っていないカレーのルーや料理をよく目にします。そのものを使って調理すれば家族のみんなで同じものを食べることが出来ます。アレルギーは誰のせいでもありません。だからこそアレルギーを持っている人たちがしめつけられないようになってきたことはすごくいいと思いました。アレルギーのあるというだけでその人が出来るだけみんなと差がうまれないようにもっともたくさんの商品がでてくればいいと思います。

これからは今よりもっと食べ物や今あるこの環境に感謝しないといけません。食べたいものを食べたい時に食べたいだけ食べられることがどれだけ幸せなのかを忘れずにすごしていきます。

金賞

土曜日の約束

福岡県宗像市立自由ヶ丘中学校2年

伊賀崎 淳



我が家には、ちょっとした決まりがある。「土曜日は家族揃って晩ご飯を食べる」ということだ。

なので土曜日はできるだけ各自、予定を入れないようにする。平日は、母が勝手にメニューを決めて作ってしまっているが、土曜日は午後から、誰からともなく夜に食べたい物の候補が挙がり始める。最終的には、家族皆で食べたい物大討論会になる。

大体、鍋もの、焼き肉、唐揚げ、月に一回程度は外食になる。平日、お酒を飲まない両親も、土曜日はお酒を飲む。皆で鍋をかこんだり、焼き肉を焼いたりしながら、一週間の間にあった面白い事や学校の事などを話す。

平日は、一人分ずつ皿に盛られた定食のような晩ご飯だが、土曜日は大きな鍋やホットプレートを用意して、皆で食事をする。それが小さい頃からの習慣であり、当たり前であった。

そんな習慣に疑問を持ったのは、小学四年生の時だった。高学年になり、友達の遊びの誘いも増えた。特に、土曜の午後など絶好の時間帯だ。友達と思い切り遊べない事が不服だった僕は、一度「なんで土曜は遊びに行ったらダメなん？」と駄々をこねた事がある。

父は、たった一言だけ、「子供のうちは、家族でご飯を食べる事以上に、大事な用事なんかあるか。」

と言いきった。その時はその答えに不満と疑問しかなかったが、学年が上がるにつれて父の言葉

の意味が分かってきた。

今、家族それぞれの生活スタイルが変わってきている。僕は中学生になり、部活や習い事で帰宅が遅くなる事が増えた。弟妹達も、それぞれの習い事などで帰宅時間がおのおの違う。父は交替勤務で、夜勤週だと週末まではまず顔を合わせる事はない。平日は、家族揃って食事をする事がほとんどなくなっていった。

家族をつないでくれるのが、この土曜の約束なのだ。皆で、何を食べたいかを考え、夜は皆で支度をして、焼き肉の時には焼いたり、こがしたり、それを誰が食べるかもめたり。それだけは変わらない、小さい頃からのいつもの光景。

僕は今、中学二年の後半に差し掛かろうとしている。再来年には、また生活スタイルが大きく変わるだろう。それは僕だけではなく、弟も、妹も、両親ですらどうなっているのか想像がつかない。その時はまだ、土曜日の約束は続いているのだろうか。

先日、父がふいにもらった言葉を思い出した。「あどこのくらしい家族でご飯が食べられるんやろうな。」

この時は、まだ全然食べられるやん、と笑っていた。でも僕はあと何回、この家族で揃っていたきますを言えるのだろうか。笑い合いながらぐちそうさまが言えるのだろうか。

今度の土曜日は何だろう。きつとまた、大討論会が始まる。僕は、水炊きがいいな。

公益財団法人 イオンワンパーセントクラブ

中学生作文コンクール

大人都合で子供の体験奪っちゃダメ!

NPO法人千葉自然学校事務局長

小松 敬 氏



私は、自然学校の仕事で子供のキャンプ企画、運営を行っています。夏休みには、1週間のキャンプを長野県小谷村で開催しています。ここ数年、キャンプに参加する子供の中には食物アレルギーを抱えている子供も卵、フルーツ、そば粉、魚介類

など、多種多様にわたります。一歩間違えると死に至ることもあります。

子供たちで薪に火を起し、包丁で野菜を切り、煮炊きを行います。食物アレルギーを抱える子供も一緒になって、野外炊飯に携わります。グループで作り上げた料理には、みんなの役割や協力、経験といった目に見えない頑張ったスパイスが加わります。

食物アレルギーを抱えている子供は、食物アレルギー品目が入った料理を食べることはでき

ません。除去食や代替食になってしまいます。グループで協力して調理したものを、おいしく、楽しく、残さず食べると

いう本来の目的からは外れてしまいがちですが、食物アレルギーがあることを理由にキャンプへの参加を断ってしまうと、キャンプ体験で得られるその他すべての体験を子供から奪ってしまうことになります。

大人の理解や工夫、協力で、これからも食物アレルギーを抱える子供に自然体験活動を提供していきたいと考えています。

審査員からのメッセージ

審査を終えて、審査員から作品を読んだ感想や講評をいただきました。

生き生きとした食の描写が印象的

女子栄養大学食生態学研究室教授

武見ゆかり 氏



食事は、一般的に日に3回、毎日、一生生涯繰り返される営みです。1年間365日です。1年

過ぎていく行為でもあります。応募作品のほとんどが、そうした日常性の高い食の営みの中から、食育として感じてほしいこと、学んでほしいことをつかみとり、それらをきちんと表現していたと思います。

つまり、食事のおいしさや楽しみ、食を通じた人とのつながり、人や自然への感謝の気持ちなどが表現されていました。とくに入選された作品では、優しさ、温かさ、うれしさなどの情感あふれる作品が多く、生き生きとした食の描写が印象的でした。

食を毎日のごとく、何となく、テキトウに扱うのではなく、豊かな感性で向き合う今の気持ちと姿勢を、大人になってもずっと持ち続けてほしいと願います。

身の回りのなにげない事実から考えよう

毎日新聞編集委員
(前・毎日小学新聞編集長)

西村 隆 氏



ハイレベルな作品ばかりでした。難しい内容を難しい単語や漢字で表現しているという意味でハイレベルなのではありません。自分が体験したことを、ていねいに考えて、自分から家族へ、家族から日本文化や食の問題へ、そして世界へと想像を膨らませていく姿勢が「高いレベルだ」と感じさせました。

他人の目を引くような特別な体験など持ち合わせていないのは当然です。無理することはありません。身の回りのなにげない事実から、肌で感じて考えていく過程こそが皆さん一人一人の特別な体験なのです。書く順番は、自分を心に、半径5分、10分……県、国、世界と、考える対象の輪を広げていくイメージです。

もっと文章力を磨きたいという人に高度な練習法を教えましょう。与えられたテーマの言葉を使っただけではないというルールです。たとえば、今回の作文コンクールでしたら、「ごちそうさま」と「感謝」という言葉を封じて書ききる。頭をフル回転させて言葉を探すことになります。見つけた言葉こそ、あなたにしか書けない表現なのです。

公益財団法人 **イオンワンパーセントクラブ**

中学生作文コンクール

愛知の食文化を体験する食育ツアー

ひ ま か じま

日間賀島に1泊してタコの干物づくりにトライ！

11月23日・24日
開催

愛知県西部の知多半島とその周辺エリアでは、豆味噌（八丁味噌）、たまり、みりん、酢など日本を代表する調味料が長年にわたって育まれてきました。世界遺産となった和食に欠かせないこうした伝統調味料の生産地をたずね、郷土食を守り続ける人々と触れ合います。



● 島で味わう 自然の恵み

三河湾に浮かぶ離島の日間賀島は「タコの島」として知られています。「タコ飯」発祥のこの島で、タコの干物づくりを体験し、タコ漁の歴史やタコの食文化を学びます。



● 酢

半田市では、酢づくりの歴史やものづくりへのこだわりを楽しみながら学べるミュージアムを訪問。見学のあと、伝統製法の「酢」を使ったお寿司を味わいます。



● 三河みりん

碧南市では、本格みりんを作り続ける蔵元を見学し、みりんがどのように出来るか学びます。みりんを使った「きなこもち」や「スイーツ」の試食もあります。



● 豆味噌・たまり

知多半島中央部の武豊町には、たまり醤油の蔵元が集中しています。味噌、醤油の様々な種類について学び、味噌と醤油の作り方の違いについても説明を受けます。

● クッキング

最後は、ツアーで見てきた素材や調味料を生かして、タコ飯や味噌玉（即席みそ汁）などの料理をします。作る楽しみ、みんなで食べる喜びを味わいます。



みりんで作る
りんごのコンポート

小中学生
メンバー
募集中！

イオン チアーズクラブで 活動してみよう

生きもの観察、農業体験、クリーン活動など、キミは何にトライする？！



イオンチアーズクラブは、毎年テーマにそった活動を行い、社会的なルールやマナーを学びながら「考える力」を育てるクラブです。全国のイオン店舗を拠点に約460クラブ、7,600人余の小中学生、中学生が参加しています。（2018年3月現在）。



毎年、冬に、1年間の活動を
壁新聞にまとめて発表会を行います。

////////// イオンチアーズクラブって... //////////

どんな活動をするの？

「植物」「動物」「水」「太陽」「エネルギー」など、活動のテーマは毎年変わっていきます。メンバーの皆さんで、やりたいことを決めていきます。

いつ、どこで、活動するの？

学校がお休みの日に、近隣地域で活動します。（田んぼ、海、川など活動場所はクラブによって異なります。）

どんな人を対象にしているの？

メンバーは小学生から中学生までいます。卒業しても「チアーズエルダー」として活動を応援していただいています。

お金はかかるの？

入会金、年会費はいりません。1日活動するときは、お弁当やお茶が必要になるときがあります。

各地区で開催される壁新聞発表会で、上位入賞したクラブの代表メンバーは、夏休みに開催する全国大会に招待しています。



プレゼント



メンバーには**入会時に無料で**
帽子・Tシャツ・専用ファイル
を差し上げます。

お問い合わせ **公益財団法人イオンワンパーセントクラブ事務局**

電話 **043-212-6023**（平日10:00～18:00）

※イオンの各店舗でお申し込みを受け付けています。※一部未実施の店舗、メンバー多数で現在お申し込みを受け付けてない店舗もございます。

現在のチアーズクラブの活動の様子は
こちらをご覧ください。

イオン チアーズクラブ 活動

検索