

第51回「ごはん・お米とわたし」
作文・図画コンクール
実施要領

令和8年6月

宮城県農業協同組合中央会

第51回「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール募集要領

【課題】(作文・図画両部門共通)

毎日のごはんでおいしかったことや家族とのコミュニケーション、お米・ごはん食に関しての思い出や考えたことなどを素直な気持ちで自由に表現して下さい。

【応募資格】

小学校および中学校に在籍する児童・生徒。

特別支援学校の小学部、中学部に在籍する児童・生徒。

【応募規格】(枚数・大きさ)

●作文部門

- 1部 小学校1年生～3年生
(400字詰め原稿用紙2枚以内、またはマス目の大きい原稿用紙で800字以内)
- 2部 小学校4年生～6年生
(400字詰め原稿用紙3枚以内)
- 3部 中学校1年生～3年生
(400字詰め原稿用紙4枚以内)

●図画部門

- 1部 小学校1年生～3年生
- 2部 小学校4年生～6年生
- 3部 中学校1年生～3年生
B3判(364×515ミリ)、もしくは四つ切り(380×510ミリ)の市販画用紙を使用。画材は特に制限しません。

(注) 地域によって多少サイズは異なります。

【応募規則】

- (1) 作品には、1点ごとに記入した応募票(9ページ)をつけてください。作文は最後のページの裏面、図画も裏面中央にはりつけてください。(8ページ参照)
- (2) 作文用紙1枚目の1行目に作品の題名、2行目に学校名、学年、氏名、3行目から本文を書き出してください(学校名、学年、氏名が3行になる場合は4行目から本文を書き出してください)。
- (3) 作文は本人による直筆を原則とし、パソコンなどにより作成した原稿は応募不可とします。
ただし、視覚・手に障害のある児童・生徒については、その旨を特記事項として応募票の欄外に記述した場合のみ、パソコンなどで作成した原稿の応募を認めます。
- (4) 作文・図画とも課題にそった作品を対象とします。
- (5) 応募は本人の未発表でオリジナルの作品に限ります。また、他のコンテストに応募していない作品に限ります。

他人の写真や作品を模写・模倣したものは応募できません。著作権、商標権、肖像権など、他者の権利を侵害する作品は応募できません。盗作や不適切な引用があった場合、審査対象外とします。

- (6) ひとりで1部門に2点以上の応募はできません。
- (7) 合作は応募できません。
- (8) 図画作品でスローガンや文字を入れたポスター的なものや台紙に貼ったものは応募できません。
※審査基準の詳細は4、5ページ参照
- (9) 学校で応募の際は、別添の推薦名簿(7ページ)を必ず添付してください。
- (10) 出品者への作品の返却は行いません。
ただし、県優秀賞作品については、全国審査会の後、学校を通じて返却します。(令和9年2月予定)
- (11) 作品を応募することによって、応募作品をJAグループ(後援協賛団体を含む)の広報活動および諸事業活動のために利用することに予め承諾したものとします。その際、作文の部分的な抜き出しや、図画のサイズの変更・トリミングなど一部改変させていただく場合があります。印刷等の都合上、実際の作品と色が多少異なる場合がございます。
- (12) 記入いただいた個人情報は、人賞通知・発表や表彰式などのほか、県名、学校名、学年、氏名等の一部情報についてはプレスリリース等のメディアへの発表、JAグループ(後援協賛団体を含む)の広報媒体(入賞作品集やホームページ等)への露出や作品展示などの広報活動および諸事業活動で公表・使用することがあります。上記および、法令等により開示を求められた場合を除き、承諾なくコンクール関係者以外の第三者に個人情報を提供することはありません。
- (13) 作品を応募することによって、上記の個人情報の使用に承諾したものとします。
- (14) 入賞通知後でも、当該入賞作品がすでに発表済みやオリジナルでない作品と判明した場合、応募規則への違反や、虚偽の報告が判明した場合は受賞を取り消します。
- (15) 作品送付締切日
令和8年9月11日(金)必着
- (16) 送付先

〒980-0011 仙台市青葉区上杉1-2-16 J Aビル12階
絆全農ビジネスサポート東北支店内
「作文・図画コンクール」係

TEL. 022-398-7205

【審査員】（予定）

〔審査委員長〕

宮城県仙台教育事務所

◇作文部門

日本農業新聞東日本統括支所東北支所
家の光協会

宮城県農業協同組合中央会

◇図画部門

宮城県仙台教育事務所

農林中央金庫仙台支店

全国農業協同組合連合会宮城県本部

全国共済農業協同組合連合会宮城県本部

日本農業新聞東日本統括支所東北支所

家の光協会

宮城県農業協同組合中央会

【入賞発表】（予定）

令和8年10月28日（水） J A宛通知

（日本農業新聞県内版にも掲載予定）

【主催】

●主催

各農業協同組合

宮城県農業協同組合中央会

全国農業協同組合中央会

【賞】（予定）

<優秀賞>

作文部門各部ごとに3名（計9名）

図画部門各部ごとに3名（計9名）

賞状と副賞（記念品）を贈るとともに
全国コンクール審査へ応募します。

<優良賞>

作文・図画部門 必要に応じ若干名

【審査日程】（予定）

令和8年10月22日（木）

【提出・添付資料】

作品の応募にあたっては、次のものを作成し提出してください。（様式別添をコピーして使用してください。）

●応募者一覧表

6 頁（記載例）、7 頁（提出用）

●個人作品貼付用 応募票

8 頁（記載例・添付見本）、9 頁（印刷用）

【問合せ先】

お問い合わせは、下記の J A（農業協同組合）又は J A 宮城中央会「作文・図画コンクール」係（TEL:022-264-8245）にご連絡下さい。※作品送付先と異なりますのでご注意ください。

< J A 問い合わせ先 >

J A 名	担当部署名	電話番号 (TEL)	郵便番号 (〒)	住 所
J A 仙 台	営 農 企 画 課	022(357)0196	983-0821	仙台市宮城野区岩切字昭和東112番地3
J A みやぎ仙南	組 織 広 報 課	0224(55)1265	989-1622	柴田郡柴田町西船迫一丁目10番地の3
J A 古 川	組 織 広 報 課	0229(87)8051	989-6266	大崎市古川富長字五右エ門6番2号
J A 加美よつば	総 務 人 事 課	0229(66)1222	981-4122	加美郡色麻町四竈字楓木町14番地の1
J A 新みやぎ	組 織 広 報 課	0228(25)9031	987-2233	栗原市築館字照越大ケ原43番地1
J A みやぎ登米	総 務 課	0220(23)8011	987-0601	登米市中田町石森字駒牽265番地の1
J A いしのまき	営 農 企 画 課	0225(22)1183	986-0815	石巻市中里五丁目1番12号

【作品送付先】

作品の送付は、「J A 管内一覧表」を参考に、学校にて①「応募票」の記入、②「応募票」を作品へ添付の上、下記の「作文・図画コンクール」係宛に送付して下さい。

各 J A での取りまとめは行いません。

送料は送り主様にてご負担くださいますようお願いいたします。

〒 980-1100 仙台市青葉区上杉 1-2-16 J A ビル宮城 12 階

（全農ビジネスサポート東北支店 内）

「作文・図画コンクール」係

TEL. 022-398-7205

※送付にて応募いただきますようお願いいたします。（紛失防止の観点から各 J A、J A ビル宮城への持参はご遠慮いただきますよう重ねてお願いいたします。）

※なお、本要領等については、J A 宮城中央会のホームページに掲載していますので、ご覧下さい。

本コンクールの審査基準は以下の通りです。応募の際にはご注意ください。

作文部門審査基準

“上手な作文”よりも下記の点で“よい作文”を評価する。

1. 課題に沿った作品であること。
2. ごはん・お米に関わる事柄や問題点を、年齢相応に正しく理解しており、かつ、年齢相応の言葉で表現していること（子どもはよく難しい言葉を使いたがるが、年齢に馴染まないものは、好ましくない）。
3. 問題のとらえ方や、考え方が素直であり、かつ自分の意見・感想を率直に述べていること。
4. 自分の生活経験がにじみ出ていること（抽象的、一般的なことのみに終始するものは好ましくない）。
5. 作品全体に希望や明るさが感じられること。
6. 規定の枚数であること。
7. 誤字、脱字がなく、その他の表記（かぎカッコや句読点など）も正確であること（誤字、脱字、添削跡などについては減点の対象になります。必要に応じて、本人に差し戻し、清書させてください）。
8. 作文用紙は1枚目の1行目に作品の題名、2行目に学校名、学年、氏名、3行目から本文を書き出す（学校名、学年、氏名が3行になる場合は4行目から本文を書き出す）。
9. 道路交通関連法規などへの違反が疑われるもの
（例、トラクターの乗車定員オーバー（2人乗り）についての記載など）

図画部門審査基準

<主題のとらえ方について>

1. 子どもらしい発想を尊重する。子どもは時流に敏感なので、のびのびした明るく楽しいアイデアがあるものがよい。
2. 理解させるためディスカッションすること。
3. 宿題的な押しつけで描かせないこと。

<基準について>

(次のようなものは審査の対象外になります)

1. ごはん及びお米を主題としていないもの。
2. スローガンや文字を入れたポスター的なもの。
3. おとぎ話や童話をモチーフにしたもの。
4. 漫画やアニメなどのキャラクターを挿入したもの。
5. おむすびやお米に顔や手・足の出ているもの（擬人化したもの）、および実在しないもの（空想やファンタジー性のあるもの）。
6. 石、木片などを貼りつけたもの。
7. 紙の寸法が極端に大きかったり小さいもの。
8. 紙がボール紙のように厚かったり、半紙のように薄いもの。
9. 台紙に貼って応募したもの。
10. メーカー名や企業名、ロゴマークなどを使用したもの、および宣伝になる恐れがあるもの。
11. パソコンなどでデジタル的に描かれたもの。

ただし、キャンバスボードに油絵で描いたもの、あるいは石版画、シルクスクリーン、木版、スクラッチボードなどを利用したものは基準内として審査対象とします。

また、いわゆる「切り絵」や「貼り絵」についても審査対象とします。

12. 道路交通関連法規などへの違反が疑われるもの

(例、トラクターの乗車定員オーバー（2人乗り）、乗車装置でない荷台に乗った姿が描かれたもの など)

応募者一覧表（記載例）

学校名 ○○市立・町立・村立・県立・国立・私立・その他 ○○小・中学校

学校電話番号（０２２－１２３－４５６７） 担当教諭名（御飯 太朗）

扱いＪＡ名（○○農業協同組合）

※ＪＡ名はP10の「ＪＡ管内一覧表」を参照

作文部門		学年	氏 名	図画部門		学年	氏 名
1	作文１部	1年	宮 城 一 郎	1	図画１部	1年	宮 城 花 子
2	作文１部	2年	宮 城 二 郎	2	図画１部	3年	宮 城 松 子
3	作文１部	3年	宮 城 三 郎	3	図画２部	4年	宮 城 竹 子
4	作文２部	4年	宮 城 四 郎	4	図画２部	6年	宮 城 梅 子
5	作文２部	5年	宮 城 五 郎	5			
6	作文２部	6年	宮 城 六 郎	6			
7				7			
8				8			
9				9			
10				10			
11				11			
12				12			
13				13			
14				14			
15				15			
16				16			
17				17			
18				18			
19				19			
20				20			
21				21			
22				22			

一覧表、応募票データはＪＡ宮城中央会の HP（<http://www.ja-mg.or.jp/>）にも掲載しています。

(提出用) 応募者一覽表

学校名	市立・町立・村立・県立・国立・私立・その他	小・中学校
-----	-----------------------	-------

学校電話番号（ — ） 担当教諭名（ ）

扱いJA名 (農業協同組合)

※ J A名は P10 の「J A管内一覧表」を参照

作文部門		学年	氏 名	図画部門		学年	氏 名
1				1			
2				2			
3				3			
4				4			
5				5			
6				6			
7				7			
8				8			
9				9			
10				10			
11				11			
12				12			
13				13			
14				14			
15				15			
16				16			
17				17			
18				18			
19				19			
20				20			
21				21			
22				22			

個人作品貼付用 応募票

記入しないこと

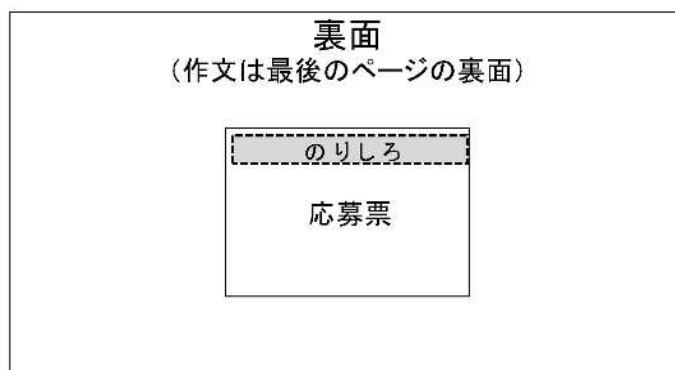
作品番号	都道府県コード 04	作品番号	部門 作文・図画
フリガナ(※)	オバアチャント オコメ		
作品の題名	おばあちゃんとお米		
フリガナ	ミヤギ	タロウ	性別
氏名	宮 城	太 郎	男・女
フリガナ	〇〇シラツ〇〇小学校		学 年
学校名	〇〇市立〇〇小学校		1 年 1 組
学校所在地	〇〇市〇〇1丁目〇〇番地		
電話番号	123-456-7890		
当該JA	J A O O		

(注) 必要事項を記入の上、作文は最後のページ裏面中央、図画は作品裏面中央に、
下図”のりしろ”部分のみ貼付(のり付け)してください。

(太い枠で囲まれた部分は必ずご記入ください)

(※) 「当該JA」名を必ず記入願います。JA名はP10「JA管内一覧表」を参照ください。

[貼付見本]



※本コンクールの作品応募に際して提供された個人情報、承諾なく第三者に提供しません。ただし、入賞者については入賞発表や表彰式などのほか、主催者等の広報媒体(入賞作品集やホームページ、みやぎ米カレンダー等)への露出や作品展示などの広報活動および諸事業活動で公表や使用することがあります。

個人作品貼付用 応募票

作品番号	都道府県コード 04	作品番号	部門 作文・図画
フリガナ			
作品の題名			
フリガナ			性別
氏名			男・女
フリガナ			学年
学校名	学校		年 組
学校所在地			
電話番号			
当該JA			

個人作品貼付用 応募票

作品番号	都道府県コード 04	作品番号	部門 作文・図画
フリガナ			
作品の題名			
フリガナ			性別
氏名			男・女
フリガナ			学年
学校名	学校		年 組
学校所在地			
電話番号			
当該JA			

JA 管内一覧表

応募票の当該 JA 欄に JA 名を記入して下さい。

●仙台農業協同組合（JA 仙台）

仙台市、塩竈市、岩沼市、名取市、多賀城市、亘理町、山元町、松島町、七ヶ浜町、利府町

●みやぎ仙南農業協同組合（JA みやぎ仙南）

白石市、角田市、蔵王町、七ヶ宿町、大河原町、村田町、柴田町、川崎町、丸森町

●古川農業協同組合（JA 古川）

大崎市古川・三本木・伊場野

●加美よつば農業協同組合（JA 加美よつば）

加美町、色麻町

●新みやぎ農業協同組合（JA 新みやぎ）

栗原市、気仙沼市、南三陸町、登米市津山町、富谷市、大和町、大郷町、大衡村、大崎市
岩出山・鳴子温泉・鹿島台・松山・田尻、美里町、涌谷町

●みやぎ登米農業協同組合（JA みやぎ登米）

登米市（津山町を除く）

●いしのまき農業協同組合（JA いしのまき）

石巻市、東松島市、女川町

[添付資料]

第50回「ごはん・お米とわたし」
作文・図画コンクール
宮城県優秀賞作品

令和8年6月

第50回「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール宮城県審査会
作文部門 審査結果

【1部（小学校1年～3年）】

学年	氏名	学校名	題名	J A
1年	うえむら たける 上村 武生	南三陸町立志津川小	ぼくとおじさんとごはん	J A新みやぎ
2年	ちば あきと 千葉 暁翔	石巻市立稲井小	ごはんのあるしょくたく	J Aいしのまき
3年	うちうみ ひなの 内海 姫菜乃	加美町立東小野田小	わたしとごはん	J A加美よつば

【2部（小学校4年～6年）】

学年	氏名	学校名	題名	J A
4年	すがわら きこ子 菅原 喜子	気仙沼市立大谷小	おばあちゃんの自まんの新米	J A新みやぎ
5年	よねや かおる 米谷 歌恩	石巻市立稲井小	わたしの「いただきます」	J Aいしのまき
6年	ちば ともき 千葉 友葵	栗原市立瀬峰小	努力の実り	J A新みやぎ

【3部（中学校1年～3年）】

学年	氏名	学校名	題名	J A
1年	あべ 天寧 阿部 天寧	石巻市立石巻中	米作り	J Aいしのまき
2年	ふくはら ななこ 福原 菜々子	石巻市立石巻中	おじいちゃんのお米	J Aいしのまき
3年	いしかわ ゆず 石河 優寿	石巻市立石巻中	生活の中心	J Aいしのまき

※個人情報につき取り扱い注意願います。

ぼくとおじさんとごはん

南三陸町立志津川小学校 一年 うえむら たける

8がつ12にちとうきようからおじさんがかえってきました。おじさんは、ぼくのおかあさんのおにいさんです。とうきようではたらいでいて、なつやすみやふゆやみにかえってきます。

ぼくはおじさんがだいすきです。かわにいつしよにカニをとりにつてくれたり、とてもやさしいところがおじさんのすきなところす。

おじさんがかえつてくるときは、いつものごはんではなくごちそうがたくさんです。

さしみやすしや、てんぷら、エビフライ、カラアゲ、にくだんご、フライドポテト、ぼくのだいすきなたべものがたくさんでしあわせいっぱいす。

でも、たくさんたべすぎでしやうと、おなかがいたくなつたり、きもちわるくなつてしましておかあさんにめいわくをかけてしまふのでたべすぎないようにしています。

ぼくは、まぐろのさしみがだいすきです。あかいろをしてるまぐろのさしみは、しやうゆにつけてたべます。くちにいれると、ふわつとなつてくちのなかでとけてしまします。まぐろは、あまくて、しよっぱいあじがします。ごはんといつしよにたべると、とつてもおいしいです。まぐろをたべると、ぼくはげんきもりもりです。きらいなこともわすれちやいます。

だいすきなおじさんとたべるごはんは、いつもよりおいしくて、たのしくて、わくわくして、えがおでいっぱいになります。みんなでたのしくたべるごはんはいつもよりすごくおいしいです。

おじさんがこんどいえにくるときは、ぼくがおじさんのすきなカレーライスをつくつてたべさせてあげたいです。えがおのおじさんがぼくはだいすきです。

ごはんのあるしよくたく

石巻市立稲井小学校二年一組　ちば　あきと

ぼくは、白くてふわふわしたきたてのごはんが大好きです。ごはんをたべると元気のエネルギーがわいてきます。ぼくの家では、まい日白いごはんがしよくたくにならんでいました。白いごはんは、おにぎりになったりカレーライスやかつどんいろいろなりようりにへんしんして、ゆたかなあじでぼくを楽しませてくれます。それがあたりまえだと思っていました。

しかし、ことしになつてからなかなかしよくたくにでてくることが少なくなつてしまいました。ニュースでは、米ぶそくのせいでお米が高くなつてしまいおかあさんもなかなかかえないと話をしていた。それから、あきのおにぎりは、パンになりおひるごはんは、パスタやそうめんのことがふえました。ぼくは、カレーライスやかつどん、おにぎり、白いごはんがしよくたくになかなかならばなくなつて白いごはんの大せつさにきづきました。いつもたべられるのがあたりまえだと思っていたけれどあたりまえじゃなかったことにきづかされました。おいしいごはんがまい日たべられることは、しあわせなことだと思いました。ぼくたちの生活にかかせないたいせつなお米をまもりたいと思いました。

そのためにいまのぼくにできることは、お米を一つぶものこさずにきれいにおいしくたべることお米を作くつてくれる人にかんしゃすることだと思いました。

わたしとごはん

加美町立東小野田小学校 三年 内海 姫菜乃

わたしは、すききらいが多いです。

とくに野菜がにが手です。たとえば、なすや、トマトがきらいです。ナスは、見た目でも食べられません。トマトは、すっぱいからです。はんたいにわたしが好きな食べ物は、ママが作るガパオライスです。その中には、ピーマンやたまねぎやにんじんが入っていますが、こまかくしてあるのでおいしく食べれます。

好ききらいが多いわたしですが、学校のきゅう食では、きらいな食べ物にもちようせんしています。なぜかみんなで食べるときらいな食べ物も食べれたりします。みんなで食べるきゅう食は、とてもおいしいです。

学校でもおうちでもごはんを作ってくれる人や、野菜やお米をいっしょうけんめい作ってくれている人たちがいるということなんでもおそわっています。それをわかっていても、どうしてもこのしてしまうことがあります。きっとみんなもそんなときがあると思います。でもせいかいには、食べたくてもごはんを食べれない人たちがいることをユーチューブで知り、ごはんをのこすわたしは、ぜいたくだなあと思いました。

わたしは、これからいままでいじょうに、野菜やお米を作ってくれている人たち、毎日きゅう食を作ってくれている人たち、ごはんを作ってくれているママにかんしゃして、食べようと思いました。

「いただきます。」「ごちそうさまでした。」には、たくさんの人たちへのかんしゃがつまっています。とてもたいせつなことばだということも知りました。わたしは、これからもかならず「いただきます。」「ごちそうさまでした。」は、わすれずに、言おうと思います。

おばあちゃんの自まんの新米

気仙沼市立大谷小学校 四年 菅原 喜子

私のおばあちゃん家では、家族みんなでお米を育てています。毎年春になると田植えをします。私は力仕事ができないので、お父さんやおじさんが田植えをしている様子をおうえんしています。私のおばあちゃん家の田んぼは五千平方メートルもあります。とても広くて大変そうですが、大つぶの汗を流しながら力を合わせてがんばっています。

秋になるといよいよいねかりです。カマでザクツとカットしたいねがどんどん集まっていくのを見てみると、

(早く食べたいなあ)

と思います。

私のおばあちゃん家の新米はつやつやしています。そんな新米を食べると、おいしくて笑顔になります。お父さんやお母さん、兄も笑顔になります。そんなみんなの笑顔を見てさらに幸せな気持ちになります。

(みんなを笑顔にするおばあちゃん家のお米は日本一だな)

と思います。

そんなおばあちゃん家の新米のおかずは、びんちようまぐろがイチオシです。気仙沼でとれたびんちようまぐろはとっても新鮮で、脂がさらさらしています。お父さんが友達からもらってきてくれるので、新米に乗せてまぐろ丼にして食べます。新米とびんちようまぐろの組み合わせは、ほっぺたがゆかにおちてしまうぐらいおいしいです。

最後に、お米に関する言い伝えをしようかします。

それは、「ごはんつぶをのこすと、目が見えなくなる」です。これは、「食べ物を粗末にするとばちが当たる」や、「よくないことがおこる」という意味らしいです。

私は、おばあちゃん家の新米を食べると、みんなががんばった田植えやいねかりの思い出がよみがえります。お米を育てることは半年以上かかるのでだからこそ、これからも家族や自然に感謝して、一粒ものこさず、自まんのお米をおなかいっぱい食べ続けたいと思います。

「いただきます。」

わたしの「いただきます」

石巻市立稲井小学校 五年 米谷 歌恩

わたしは、ごはんのたけるにおいが好きです。ほんのり甘くみずみずしいあのおい기가大好きなのです。

晩ごはんの少し前から、今からごはんですよと言われているような気がしてわくわくするのです。

最近では、気候が温だん化して台風などもふえているので、スーパーなどへのお米の入荷がおくれてしまい、品薄になることがあるそうです。九月から十月にかけて、お米のしゅうかくがあり、品うすなどもかい消されるとニュースで聞きました。

わたしは、お米が食べられなくなったらとてもいやだなと思い、不安になりました。

いねが食べられるお米になるまでには、田植え、水の管理、虫のくじよ、いねの成長をまち、いねかりをしてかんそうさせ、だっこく、せい米といった、やく八十八こものこうていがあるそうです。だから、「米」という字は八十八とかいて「米」という字になつていいると、おじいちゃんから聞いたことがありました。

わたしは、暑いときにクーラーやせん風きを使っています、雨がふればかさをさし、風がふいても家が守ってくれます。いねにはクーラーもかさも守ってくれようぶな家もあります。お米農家の人たちが、日々管理して見守ってくれますが、それでも、農家の人手不足や高れい化により日本全体のお米の生産、収かく量はだんだんへつていき、スーパーなどの米の品うすだけではなく、お米が手に入りづらい未来が本当に来てしまうのではないかと、また不安になりました。

しょうらいの夢は何ですか。と聞かれて、「お米農家です。」と答える人はあまりいないのではないのでしょうか。きつとサッカー選手や野球選手と答えるはずです。もちろん、スポーツ選手やTVドラマに出てくる、べんご士や医者、はいゆうなどもりっぱな夢だけれどお米や野さいの生産者がいなければ、大変なことになるのではないのでしょうか。

わたしたち子どもがもっと農家というしよくぎようにきようみをもち、あこがれるようになるためには、どうしたらいいか考えます。わたしには、いい考えがあまりうかびませんが、なにか出きるとするならば日ごろのわたしの生活を、少しずつでも変えていき、それを、周りのみんなに広めていつてかんしゃの気持ちやそんけいの気持ち、きようみへ変えていくことだろうと思います。

ごはんを食べる最初のあいさつは、気持ちをこめて言うことができていたが、自分自身をふり返って、安心安全なお米をつくっている農家の人たちに、かんしゃの思いと、あのほかほかでほんのり甘いい香りに、よろこびの気持ちをこめて

「いただきます。」

を言っていこうと決めました。

努力の实り

栗原市立瀬峰小学校六年 千葉 友葵

「ともき——苗箱運ぶよ——。」

今年もこの季節がやってきた。お米作りで一番人手がほしい、種まきの準備だ。

苗箱をハウスの前に運んで、作業開始だ。まず、苗箱をコンベアにセットして、土、種、水の順番で種をまいていく。この作業を約七百回くり返す。苗箱は、水分を含むとずっしり重くなって運ぶのが大変だけれど、落としたりしたら種がもったいないから慎重に、でも素早く運ぶ。まいた種は、ハウスの中でグングン立派な苗に成長していく。約十五センチほどになったら、いよいよ田植えの時期だ。おじいちゃんが田植え機で、リズム良く田んぼに苗を植えていく。ぼくは、せつせと苗を運び、植え終わった苗箱を洗う役目だ。

最初は水面から頭が少ししか出ていなかった稲が、日に日に伸び、緑を濃くしていく。ぼくは、豪雨にも夏の強い日差しにも負けずに成長していく稲を見ていると、強くたくましく思う。

たくましく育った稲は、やがて稲穂が実り、黄金色になっていよいよ収穫だ。ぼくは、玄米を袋に詰めていく作業を手伝う。

「一つぶも落とさないようにしなくちゃ。」だって、一つ一つの作業がとても大切で、収穫までの道のりは大変だということを実感したからだ。新米は、家族みんなで手巻きずしをして食べる。たきたての新米は、とても甘い香りがして、白い宝石のように輝いていた。そして、一口食べるとなぜかほっとしてあたたかい気持ちになる。それから力がわいてくる感じ。そうだ、まだぼくの手伝いは終わっていない。

稲刈りが終わると、田んぼに残ったわらを集めて束にし、倉庫に入れる。家で飼育している牛のためのわら上げ作業だ。田んぼ中を歩いて、軽トラックにどんどんわらを積み上げていく。わらで腕がすれたり、かんそうしてない重いわらがあつたりで大変だけれど、ぼくはもくもくと運んだ。そのわらをムシャムシャとおいしそうに食べる牛を見ていると、つかれもふきとぶのだ。

お米作りの手伝いをしてみると、ぼくがふだん食べているお米は、たくさんのお苦労をしてできていることが分かった。稲の成長が天気に左右されたり、害虫の駆除や水の管理があつたり、無事に収穫できるその日まで心配は尽きない。そんな思いをして、みんなで協力して作ったお米だからこそ、

「いただきます。」

「ごちそうさまでした。」

のあいさつをしつかりして、毎日ホカホカのご飯を食べられていることに感謝したい。これからも、家族みんなでおいしいお米を作っていきたいと思う。

私の母方の実家では、小規模だが米作りを行っている。私も種まき、田植え、稲刈り、脱穀の時には両親に連れられて、祖父の家に手伝いに行く。祖父の家は宮城県栗原市花山という本当に、山と田んぼと小川しかないような大自然で山には熊やニホンカモシカ、アナグマなど動物もたくさん出没する。最近はいノシシが多くなり田んぼに穴を掘ったりするので電気柵を仕掛けてある。私が小さい頃はよく父親がイモリやカエル、水カマキリを捕まえて見せてくれた。モリアオガエルも生息しているような本当に大自然だ。

米を作るということは本当に大変で自然とのたたかいでもある。種まき後はハウスを利用して温度の管理が必要で毎日祖父は、ハウスを開けたり閉めたりしている。田植えの前には田んぼを作らなければならない。田んぼを平らにした後、代かきをしたり、高齢の祖父には頭が下がる思いだ。小規模でだんだん田んぼであるために水の量の管理も大変そうである。

祖父は田んぼにはる水にはこだわりがある様子で家の向かいにある小川から流れてきている上流に人が住んでいない水を利用していることを誇りに思っているようだ。

田植えの後、今度は雑草との戦いである。雑草はすぐに伸びる炎天下のなか早朝と夕方に行うこれもすごく重労働で大変だ。稲刈りまで数か月、こういうことの繰り返しだ。

秋になるといよいよ稲刈りの時期になる。祖父の家では家族や親族が食べる分はコンバインではなくバインダーという機械を使い棒に稲を掛け一ヶ月自然乾燥させる。田んぼがだんだんのため、なかなか水はけもよくなく、機械が入れないと家族総出で手がりである。それはもう重労働で機械のない時代の米作りをしていた昔の人々の体力には驚かされる。この時期は台風も多く棒が倒れないか心配しているようである。

一ヶ月後は脱穀をする。そのまた一ヶ月後に、もみすりをして米作りはやつと終わりである。

宮城県には「米節」という民謡がある。その中に米作りは八十八の手間がかかるという歌詞がある。まさにその民謡のように米作りには手間暇がかかっていると毎年実感させられている。私は毎日、そんな手間暇をかけて作られたおいしいお米を食べて、生活しているのである。これから成長期になり、部活動で運動することも多くなり食欲が増す年代になってくると思う。いっぱいおかわりをして健康な体を作っていきたい。これからもおいしいお米を食べるために祖父はいつまでも元気で米作りを行ってもらいたいと思う。そのためには、早く体を大きくして機械の使い方を覚えて、これからは、少しだけでも自分も米作りに参加して手伝っていかなければならないと思っている。毎日食卓に並ぶご飯に感謝して生活していきたい。

今は農業の大規模化、機械化も進んで、農業を行っている人も少なくなっていると思いますが、私の祖父のような小規模農家も頑張って米作りをしていることを知っていただければ幸いです。

私の祖父は、千葉県でお米を作っていました。小さいころから私にとって「お米」といえばいつも祖父の田んぼで育ったものでした。毎年収穫の時期になると、祖父が大きな袋に詰めて送ってくれたお米が家に届きます。だから、私の家ではスーパーでお米を買うことがほとんどなく、食卓に並ぶごはんはいつも「おじいちゃんのお米」でした。炊きたてのごはんは一粒一粒が真っ白に宝石のように輝いて見えます。一口ほおばると、ほのかな甘みが口いっぱいに広がり、とても幸せな気持ちになります。

二年前、小学校で米を育てる授業がありました。その授業では、田植えから収穫まですべて自分たちでやらなくてはならず、稲を枯らさないように管理するのはとても大変でした。特に大変だったのは水の管理です。毎朝日直の人がクラスの田んぼの水位の調整をするのですが、稲の生育状況やその日の天候によって水を入れる量が変わるので、何度も先生に聞かなくてはならず、日直の前日は少し憂鬱でした。私は三十人で小さな一つの田んぼでしたが、祖父はその何十倍もの田んぼを一人で管理していたのかと思うと、その苦労は想像をはるかに超えるものだと感じました。

お米を育てたのは一度だけでしたが、普段何気なく食べていたごはんも、実際には苗を植え、水を引き、雑草を抜き、病気や天候に気を配りながら、長い年月をかけてようやく実るものなのだということを知りました。お米がお碗によそわれるまでには、こんなにもたくさんの努力と工夫が積み重ねられているのです。祖父が毎年おいしいお米を届けてくれていたことが、あらためてありがたいと感じました。

しかし、祖父も年を重ね、以前のように重い荷物を運んだり、広い田んぼを管理したりすることが難しくなってきました。体力的に無理をすると体を壊してしまうため、今では田んぼを別の人に任せ、お米作りをお休みしています。そう話す祖父は、少し寂しそうにしていました。その姿を見たとき、子どものころは当たり前だと思っていた「おじいちゃんのお米」が、実はとても特別なものであったことに気が付きました。今は、祖父の田んぼで別の人がお米作りを続けてくれているので、田んぼは残り、毎年祖父の田んぼで育ったお米を食べ続けることができます。

これから先、私は祖父のように田んぼを持つことはないかもしれませんが、ごはんを食べるときに「この一粒一粒にどれだけの手間や思いが込められているのか」を考え、感謝の気持ちを忘れないようにしたいです。そして、もし自分に子供ができたら、「おじいちゃんのお米」のことを話してあげたいです。

最近では、昔よりも海外の食文化が普及し、日本人の「米離れ」も進んでいます。けれども、私にとってお米はただの主食ではなく、特別な存在です。世間がどうであろうとも、私はやはり「おじいちゃんのお米」が一番好きです。祖父の努力が込められているように感じるからです。

祖父のように、多くの先人が食卓に幸せを届けようと、努力を重ね、汗を流し、日本の宝ともいえるお米を守り抜いてきました。どんなに時代が変わっても、日本人の元気の源であるお米は、自然の恵みと人の努力の結晶だということを伝えていくことが、私にできる祖父への恩返しです。

今日も、我が家の食卓には、ほかほかと湯気を立てて、真っ白に輝く「おじいちゃんのお米」が、お茶碗いっぱいによそわれて並んでいます。

わたしの家では、昔からお米が食卓の中心にあります。朝ごはんも、昼ごはんも、夜ごはんも、いつも白いご飯が欠かせません。お米は、ただの食べ物ではなく、家族とのつながりや、毎日の楽しみをつくらせてくれる大切な存在です。

わたしの親戚には、農家の経営者がいて、毎年秋になると新米を分けてもらっています。袋を開けたときの、ふわっと広がる甘い香り。炊きたてのつやつやしたごはんを口に入れたときの、もちもちとした食感とやさしい甘さ。新米を食べると、「ああ、今年もこの季節が来たのだな」と感じます。親戚の人が丹精こめて育ててくれたお米を食べることで、自然の恵みや人の手のぬくもりを感じることができるのです。

そんなわたしですが、去年初めて「アルファ化米」というものを食べる機会がありました。自宅の防災リュックに入れているもので期限が近くなり、家族で食べてみることにしたのです。パックに入っていて、水を注ぎ少し待つだけで食べられ、少し不思議な見た目だったので、最初は「おいしいのかな？」と心配でした。でも、食べてみると、思ったよりもずっとおいしくてびっくりしました。ふだん食べている新米とは少し違いますが、ドライカレーや炊き込みご飯などいろんな味もあり、しっかりとした味わいがある。災害時でもこんなにちゃんとしたご飯が食べられるのだと思うと、安心感が湧いてきました。災害時にこそいつものごはんが食べられることでほっとでき、精神的にも安定することができると思います。

最近わたしや姉妹は習い事や部活動で忙しくなっていて、夕食を家族全員で食べるのが少なくなってきました。前は毎晩、みんなで食卓を囲んでいたのに、今ではそれぞれの予定に合わせて、ばらばらに食べるのが多くなっています。少しさびしい気持ちもありますが、その代わりに、わたしは朝ごはんの時間を大切にするようになりました。

朝は家族全員がそろそろ貴重な時間です。だから、わたしは毎朝、ごはんに合わせて選ぶのが楽しみになりました。卵焼き、焼き鮭、納豆、漬物。その日の気分や冷蔵庫の中身を見ながら、「今日はこれにしよう」と考えるのが好きです。炊きたての鮭と炊きたてのご飯の組み合わせは最高です。家族が「おいしいね」と言ってくれれば、なんでもかうれしくなります。

朝ごはんを食べながら、家族と話す時間もわたしにとって大切です。学校のこと、習い事のこと、ちょっとした悩みや楽しかったことを話すことで、一日のスタートが明るくなります。お米があるからこそ、そんな時間が生まれているのだと思います。

最近では、自分でお米を炊いてみたいと思うようになりました。母に教えてもらいながら、水加減や炊飯器の使い方を覚えています。まだうまく炊けないこともあるけれど、自分で炊いたごはんを家族が食べてくれると、うれしさと達成感でいっぱいになります。お米を通して、食べるだけでなく、「作る」楽しみも知ることが出来ました。

わたしにとって、お米はただの食べ物ではありません。親戚の農家の人とのつながり、災害への備え、家族との時間、毎日の小さな楽しみ。いろいろな意味で、お米はわたしの生活の中心にいます。これからも、季節ごとの味わいや、家族との食卓を大切にしながら、お米とともに過ごしていきたいです。

第50回「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール宮城県審査会
図画部門 審査結果

【1部（小学校1年～3年）】

学年	氏名	学校名	題名	J A
1年	ささき 結唯	大崎市立松山小	イモ掘りのあとの おにぎりと豚汁	J A新みやぎ
2年	こんの 結真	栗原市立若柳小	白米大好き	J A新みやぎ
3年	いざわ 仁乃	仙台市立吉成小	みて！ 大好きなおにぎり弁当	J A仙台

【2部（小学校4年～6年）】

学年	氏名	学校名	題名	J A
4年	むとう かりん	色麻町立色麻学園	おすし大好き	J A加美よつば
5年	きはら 渚翔	栗原市立若柳小	大好きなたまごかけご飯	J A新みやぎ
6年	ささき 愛翔	栗原市立瀬峰小	栗駒山と田植えの風景	J A新みやぎ

【3部（中学校1年～3年）】

学年	氏名	学校名	題名	J A
1年	さとう 康太	富谷市立東向陽台中	ほかほかてんこもり	J A新みやぎ
2年	まるこ 健太郎	富谷市立東向陽台中	いつまでも食べたい	J A新みやぎ
3年	いわは 愛瑠	大衡村立大衡中	おいしく育て	J A新みやぎ

※個人情報につき取り扱い注意願います。



イモ掘りのあとのおにぎりとお汁
大崎市立松山小学校 1年 佐々木 結唯



白米大好き
栗原市立若柳小学校 2年 今野 結真



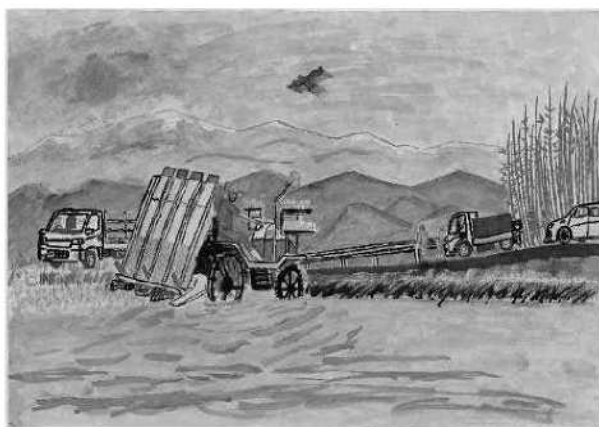
みて！大好きなおにぎり弁当
仙台市立吉成小学校 3年 伊澤 仁乃



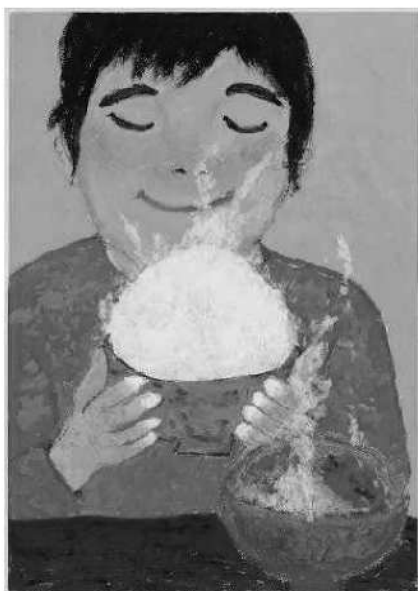
おすし大好き
色麻町立色麻学園 4年 武藤 かりん



大好きなたまごかけご飯
栗原市立若柳小学校 5年 皿貝 渚翔



栗駒山と田植えの風景
栗原市立瀬峰小学校 6年 佐々木 愛翔



ほかほかてんこもり
富谷市立東向陽台中学校 1年 佐藤 康太



いつまでも食べたい
富谷市立東向陽台中学校 2年 丸子 健太朗



おいしく育て
大衡村立大衡中学校 3年 岩間 愛瑠

全国審査会
文部科学大臣賞受賞

