

僕のお茶碗と妹のお茶碗の差

筑西市立下館中学校 二年 畠山海翔

僕のご飯用お茶碗は自分で作ったお気に入りの特製お茶碗だ。形といい色といい自分で言うのもなんだがすごくかっこよくできて気に入っている。しかし一つだけ難点がある。ものすごく小さいのだ。粘土の時は普通サイズだったのに、焼いたらすごく小さくなってしまったのだ。でも僕は全く気にならず、毎日そのお茶碗でご飯を食べている。僕は白い

ご飯があまり好きではなかった。しかし、2歳年下の妹はご飯が大好きだ。母の話だと、赤ちゃんの時から僕の一口は本当に小さくて食が細く、離乳食を食べさせるのにすごく苦労したそうだった。しかし、妹の一口はものすごく大きくてエサを催促するツバメの子のように口を開きっぱなしだったらしい。兄妹でも全くタイプの違う二人はそのまま成長し、とうとう僕は妹に身長を抜かさねてしまった。妹も僕と同じ時に自分用にお茶

碗を作ったのだが、僕のお茶碗の2倍はあ  
 任上がりになっっている。大きくなるはずだ。  
 最近、家族で出かける時必ず僕が弟に問  
 違われる。さすがにこれではあんまりだと悔  
 しくな、た僕は、大きくな、た妹の謎を探  
 べく、お米の栄養価を調べてみた。すると、  
 驚くべき事実が発見したのだ。僕は、お米は  
 ほぼ炭水化物でエネルギーになるだけだと思  
 ていたのだが、お米のパワーはそれだけでは  
 なかったのだ。お米はエネルギーだけでなく、

健康的に生活をするのに欠かせない栄養素を  
 いっぱい持っているというスペンシャルモンス  
 ター食品だったのだ。お茶碗一杯分のご飯に  
 は、牛乳コップ1/2杯分のたんぱく質、ブロッ  
 コリー約1/2個分の亜鉛、ほうれん草約2枚分  
 の鉄分、さんま約1/6尾分のカルシウム、キャ  
 ベツの葉約2枚分のビタミンB1、セロリ約1/2  
 本分の食物繊維、さらに脂質なども含まれて  
 いる。これだけの栄養素を野菜などで毎回摂  
 取するのは相当な苦勞になるだろう。それが

ご飯を普通に食べるだけでこんなに素晴らしい栄養がもれなくついてくるなんて、正直僕は天地がひっくり返るぐらいの衝撃を受けた。妹が大きく成長したのにもうなずける。なぜ僕は小さいお茶碗を作ってしまったのか？せめて妹と同じぐらいのお茶碗を作っていたら僕は身長を稼がれることはなかったのではないか？後悔しても時すでに遅し。いや、ここで後悔しても何も変わらない。僕は母にどうすればご飯好きになれるか相談してみた。

すると母は「ゆっく」と話し始めた。

「お米だけの話ではないけれど、食卓に出てくる食べ物には全て、たぐさんの人々の時間や労力の結晶なんだよ。今まで食卓にたぐさんの食べ物が並び、お腹が空いたがすぐに食べることが出来るのが当たり前前に感じていたと思うけど、それは本当に幸せで恵まれていることなんだよ。世界中には食べたくても食べられなくて餓死してしまう人々が未だにたくさんいる。同じ現代を生きる人間なのに日本の

平均寿命のハ十四歳より三十年以上も短い五十歳という国もあるんたよ。食べ物がどれだけ大切で今の私達の生活がどれだけ恵まれているのかよく分かるよわ。  
母はそう言っつてにっこりしたが、先日、妹の統計グラフで調べた平均寿命の知識だということに僕は気付いてた。ともあれ、確かに母の言う通りだなとしみじみと感じた。  
「そうだ、自分でお米を炊いてごらん！自分で炊いたご飯は絶対美味しいから！」

唐突に母が言った。そして僕はご飯の炊き方を母に教えてもらった。ご飯が炊きあがるのを炊飯器の前でワクワクしながら待つのは初めてだ。グツグツという音と共にご飯の匂とも言えない甘い香りがしてきて僕のお腹がグウーと鳴った。炊きあがったツヤツヤのご飯を一口食べて僕は思った。明日からはもっと大きいお茶碗で食べよう！と。