

【中学校の部 優秀賞】

「食事をするとは」

生駒市立生駒中学校 2年 井手 文音

私は、家族と一緒に食事をするのが好きです。私の家では、平日は、家族四人そろって食事することはほとんどありません。父は帰宅が遅く、姉は、塾に行ったり、私も習い事で、食事の時間はバラバラになります。四人そろって食事の日は、一緒に食べる時間が楽しいです。

私の家は、外食することがとても少なく、ほとんど家で食事します。母の料理は、家族の体調を考えて作ってくれて、とても美味しいです。

「家でごはん食べるのが一番リラックスするし、食べやすい。」と父がいます。私も同じように思います。姉は、放課後塾に下校途中で、そのまま行ったときは、「ママのごはん食べてない！」と塾から帰ってきてからも何かもの足りないようです。この夏休み、父と二人で東京へ行きました。その間は、外食です。外食もとても美味しかったのですが、やっぱり家の食事が食べたいと話していました。

最近、「子ども食堂」の話をききました。一人でごはんを食べる日が続いたり、ごはんが食べれなかったりすると聞いて、そんなさみしい、悲しい想いをしている人がいるのか、それでは、食べてもおいしくないし、元気もやる気もないのではと思いました。誰かと一緒に食べる仕事が生きていく活力につながっていると思います。

食事をするとは、単に栄養がとれたらいいというものではないようです。一緒に食事する人がいて、会話があって、まわりの雰囲気や安心できる環境であることが、とても大切だと思います。周りの人とのコミュニケーションも、よい食事につながると思います。

私は、家族と一緒に、食事をするとは、楽しいし、幸せなことだと思います。