

【給食協会賞】給食の残りを減らすには

高棚小学校 杉浦 友香

わたしたちのクラスでは、いつも給食が残ってしまいます。そこで、どうしたら給食を残さず食べられるかを考えてみました。

まずは、食べ物の大切さを知ることが大切だと考えました。わたしたちの食べている食べ物のほとんどが魚や鳥、ぶたや牛などの生き物や野菜、果物などです。

野菜のほとんどは農家の人たちが育てています。わたしのおじいちゃんも野菜を育てていて、毎日大きな畑をおばあちゃんと二人で管理しています。採れた野菜や果物はとてもおいしいです。

「いただきます」、「ごちそうさまでした」と言うことも大切です。作ってくれた人や動物、植物に「ありがとう」や「ごちそうさまでした」と感謝の気持ちを伝えるためです。

それでは、なぜ食事は大切なのでしょう。基本的には生きるためです。しかし、ただ食べていけば良いというわけではありません。体の調子を整えるために、栄養バランスを考えて食べるようにします。

次にどうしたら残さず給食が食べられるかです。わたしたちのクラスではたくさん量の食べられない人は給食を減らします。わたしも給食をあまりたくさん食べられないので、減らしています。給食を減らしている人が、減らさないように頑張つて食べれば良いと思う人がたくさんいると思います。わた

しも、そう言われたことがあります。でも、減らさなくても時間までに食べられなくて残してしまうことがあります。

そこで他の方法を考えました。給食を減らしている人はいつも少しずつ多く食べる、もつと食べられる人が食べられる量を増やすという方法です。クラスのみんなが少しづつ食べる量を増やせば、給食が残る量を減らせられると思います。次に給食を減らしている人が、どうしたら少しでも多く食べることができるとかを考えてみました。わたしの考えは、「給食が食べられる」ということに感謝して食べるということです。わたしたちの住んでいる所は食料に困ることはあまりないけれど、世界の国の中では食料不足になってごはんが食べられない人たちもいる、ということを本を読んで知りました。ごはんを満足に食べられない人たちもいると知って、わたしたちが当たり前のように給食を食べていることに感謝しないといけないということに気付きました。

これからは少しでも多く食べられるようにしようと思えました。まずは自分が決められた量の給食を食べられるようにして、少しでも給食が残らないようにしたいです。食べるときには「いただきます」、「ごちそうさまでした」を言って、作ってくれている人や食料になつている食物に感謝して食べるようにしたいです。