

【議長賞】給食を食べる時の意識の変化

桜井小学校 永江 莉奈

最近、私は学校に着いたら、給食の献立表を見ます。好き嫌いの多い私は、いつも好きなおかずだけおかわりして、嫌いなおかずは残すことがあります。保健の授業で栄養について学んだ時、給食は栄養バランスを気にして作られているという事を初めて知りました。その時から、給食の秘密についてもっと知りたくなり、給食により興味を持つようになりました。

とある新聞を見たときに、「食品ロス」というのは、飲食店や家庭、スーパーだけではなく、学校給食も原因の一つであるという事を知って、とても驚きました。給食での食品ロスの原因は、特に好き嫌い、そして給食の量の多さや食べる時間が少ないなどの色々な原因があつて、食品ロスを解消する努力はできないだろうかと多くの人が考えている事実があるという事を知りました。そこから私は好き嫌いを少しでもなくすことが出来れば食品ロスを減らす事につながるかもしれないと思い、努力する事にしました。クラス全員が給食での食品ロスについて正しく理解し、行動するべきだと思います。

ご飯は私達に欠かせないものです。日本では食品ロスで困っています。世界の各地ではご飯を食べることが出来なくて困っているところもあるようです。確かに私はご飯を食べられなくて「どうしよう」と思った事は一度もありません。ですが、他国の現状を思うと、食品を無駄にしないようにする必

要があると思います。生き物からは肉や魚などのタンパク質、果物や野菜からはビタミン、その他にも稲や麦、乳製品、日配品など数々のものを食べ、多くの栄養を吸収し、人生を豊かに過ごす事が出来ます。世界に目を向けてみると、食材豊かな私達の国は、色々な種類の物を食べているほうなのです。

また、学校給食では、季節やイベントによって給食メニューが変わったり、「地産地消」を行った時には、地域の特産品を知ることが出来たりします。学校給食とは知れば知るほど奥の深いものです。良いところ悪いところ、それらを全て受け入れた上で、私達は意識をしながら学校給食を食べると良いと思います。

私達は沢山の命、そして沢山の努力、沢山の苦労があつたおかげで給食を悩まずに食べ、健康に過ごし成長することが出来ていると思います。多くの命を頂いているからこそ、給食を食べる時は、しっかりと大きな声で「頂きます」と言つて、食事の時間を大切にし、好き嫌いをせず、沢山の命に感謝の気持ちを込めて給食を食べていくことに努めていこうと思います。