

人を良くすると書いて「食」

購読している毎日小学生新聞の中で、心に刺さる文章と出会いましたので、皆様にも紹介したいと思います。第5回中学生「食の作文コンクール」において、金賞に選ばれた10作品の中から、2点だけ掲載いたします。

祖母のもったいない術 福岡県春吉中3年 西村 遼人

これは、今はもういない祖母との話だ。2019年夏、祖母は天国へ旅立った。

「もったいない」。それが祖母の口癖だった。私はきのこが嫌いだ。私が残したきのこをそう言いつつも祖母は食べてくれた。

祖母は、私にいくつかのもったいない術を残してくれた。それは私は、大事に実践している。

一つの術はスーパーでもものを買う時は前にあるものから取る、ということだ。私は、なぜ、そうしなければならないのか疑問に思った。まだ誰もさわっていない後ろにあるものの方がよいのではないか、そう思った。しかし、祖母は言った。

「前にある商品は賞味期限が近いの、早く買わないと捨てられてしまう。」気がつかなかった。私は、自分が良ければ、その後、他の商品がどうなろうと気にはしなかった。「利他的」という言葉を知っているだろうか。自分に多少の不利益があっても、他者の利益や幸せのほうを優先するという言葉だ。その心を祖母は大切にしていたという。

その日、家に帰ると、祖母はもう一つの術を教えてくれた。ごはんを作った時に、作りすぎてしまうことはないだろうか。そんなとき祖母は、「作り変え」という技を使う。例えば、カレーが残ってしまったとする。次の日そのカレーを、パンに挟んでカレーパンにして昼食として食べる。このようにして、捨てる食品を減らしているという。しかし、どうしても、へたや根など、捨ててしまうことがあるという。そのときは、「次の食品につなげる」と言った。祖母はそれで肥料を作り、野菜を育てるのだ。

なぜそんなにも、食品ロスに対して前向きなのだろうか。「そんなのは簡単よ。あんたたちが将来、食べ物に困らないようにするためさ」。てっきり、世界のため、そんな理由だと思った。「たしかに、世界のためとは聞こえは良いが、自分がやっていることの成果が見えにくい。一人がそんなことをしても意味があるのか、そう思ってくるんよ。だけど、あんたたちのためと思うとやる気がわいてくるのさ」

祖母は亡くなった。母の帰宅は遅くだ。私が家事をしなくては。スーパーへ弟と行った。祖母の術を弟に教えた。弟の役に立つために。利他的に考える、難しいことではなかった。私の料理を家族は喜んで食べてくれた。

祖母がいなくなったのはさみしい。しかし、祖母の言葉は私たちの中にずっと残り続ける。もったいない術は、人を笑顔にし、地球も笑顔にする。初めは意味を見出すことができなくても、身近な人のために想いがんばってみる。そんな心が世界に広まれば、私たちがかかえている問題はそう難しいことでは、ないのかもしれない。

「しかたない」を「もったいない」に

愛知県有松中3年 山田 明日美

私は、食べるのが大好きです。食べることは心も体も満たしてくれます。だから、つい欲張って食べ残しをしてしまうことがあります。そんな私が、「食品ロス」について考えるきっかけとなった出来事が起こりました。

私は、食べ残しをする時、母に「残してもよい?」と聞きます。すると母は毎回決まって「分かった」と答えます。私は、母が食べ残しについて何も思わない人なのだと勝手に決めつけていました。でも、それは違ったのです。

今年の母の日、私は母に日ごろの感謝の気持ちを伝えるため、チャーハンを作ろうと考えました。父に金銭的援助はしてもらいながらも、材料の調達からレシピ決めまで全て一人で行いました。「弟が食べやすいように具材を細かく切ろう」「父は油っぽいものを控えているから油を控えめにしよう」などさまざまなことを考え、工夫を盛り込みました。体力的にも精神的にもヘトヘトになりながら、やっとの思いで家族五人分のチャーハンを作り上げました。

「召し上がれ」ドキドキしながら、お皿を机に並べました。

「すごく、おいしい」母のその一言で、私は今までの頑張りか認められ報われたような気分になりました。あのときのうれしさは今でも覚えています。ふと隣を見ると弟がお皿を片付けていました。お皿には、まだ半分ほどチャーハンが残っています。

「さっきお菓子食べたからおなかいっぱい」私の視線に気付いた弟はこう言いました。

「分かった」私は、母と同じ言葉を無意識のうちに返していました。そこで気付いたのです。一生懸命作った料理を食べてもらえないのは、どうしようもなく悲しい気持ちになり文句を言う気力さえ出てきません。母はいつもこんな思いをしているのかと思うと申し訳なさで胸がいっぱいになりました。私はこれをきっかけに、食品ロスについて興味を持つようになりました。日本では年間約600万トンもの食品ロスがあるそうです。つまり、これだけの量の分、私が感じたあの悲しい気持ちも生まれているということです。これは「もったいない」を「しかたない」と捉えている人が多くいるからだだと思います。では、食品ロスを減らすために必要なことはなんなのでしょうか。

まず、欲張らないことです。自分の食べられる量を把握することで食品ロスの量はぐんと減ります。そして、想像することです。この食材はどこで採れたのか、誰が育てたのか、どのような想いで作られたのか……。「いただきます」と手を合わせる前に想像力を働かせれば、心からの感謝の気持ちを持って食品を食べることができると思います。600万トンという現実とあの時感じた悲しい気持ち、それから感謝の気持ちを忘れず、「もったいない」に向き合っていきたいです。

つましくも手間暇を惜みず、地どれの山菜等を保存食にする文化が根付く椎葉村。大切にしたいですね。