

いのちのかたち

ながみなどだいニねんあさのきな

わたしはごはんがだいすきです。

ごはんをたべると、とてもあおせなき

もちになるからです。

おにくもおさかなもやさいもくだものもみ

んないきていて、わたしはたくさんいのち

をもらって、おおきくなっています。

たべておちきくなるのはおにくやおさかな

や、やさいやくだもの、だいすきなおこめが

いのちという「まほう」をにかけている

からだをわたしはおもいます。

そのまほうは、わたしたちにあたりまえの

あしたという「みらい」をくれていて、

「いきること」はゆめときぼうにあふれたす

てきなことなんだよ。

と、おしえてくれました。

わたしがまいにちたのしくすごしているの

は、まいにちの「ごはんがまほうをかけてくれ

ているからです。

おともだちとけんかをしてかなしくてない
たとき、ママにおこられておちこんだとき、
しぐだいでへとへとになったときもごはん
をたべるとおどいっきりえがおになれて、や
さしいきもちがうまれて、あたたかいものを
かんじます。

それはやっぱり、たべもののいのちという
まほうのちからなんだとおもいます。

まほうはおとぎばなしのなかでしかみれな
いものではなくして、まいにちたべるごはんの
なかにあります。

だからごはんをたべることには、わたしたち
のみらいにつながるというごと。

たべもののいのちがくれたきせきのみらい
というたいせつなたからもの。

きょうも、まほうのかかるすてきなことは
をおおきなこえで、りょううてをおわせてい
おう。

っ
いた
だ
き
ま
す。