

いのちのかたち

ながみなどだいニ 一ねん あさの もな

わたしはごはんがだいすきです。

ごはんをたべると、と、てもしあわせなき

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 かけてくれている

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 かけていて、

「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<sup>10</sup>

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  
まほうのちが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こと。

たべもののいのちがくれたきせきのみらい  
というたいせつなことからもの。

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、りょううてをおおわせてい  
おう。

っ  
いた  
だ  
き  
ま  
す。