



弁当の日

おいしい記憶の エピソード募集

受賞作品集 2025



- 主催 株式会社共同通信
- 共催 全国小学校家庭科教育研究会 全日本中学校技術・家庭科研究会
- 特別協賛 キッコーマン株式会社
- 協賛 日清オイリオグループ株式会社 ワオ株式会社
- 協力 東洋アルミエコープロダクツ株式会社
- 後援 文部科学省

ありがとう、
おべんとう。



今日もがんばってね。いつもありがとう。

いろんな想いを込めながら、

焼いたり、揚げたり、炒めたり。

世界で一つのお弁当が、今日も誰かを笑顔にする。

ありがとうがあふれるおいしい記憶のすぐそばに。

私たちは、日清オイリオです。

この広告は「弁当の日 おいしい記憶のエピソード」応募作品の中から厳選した写真とイラストを使用し、制作いたしました。

(株)共同通信社では、小中学生を対象に、「弁当の日おいしい記憶のエピソード」として学校で取り組んだ「弁当の日」や、自分で料理をした体験を作文にまとめ、写真や絵と合わせて募集しました。

今年度は全国から小学校 504点、中学校 1,999点、合わせて 2,503点の作品が寄せられました。子どもたちは自ら調理をした経験を通して感じた料理の楽しさや大変さ、家族への感謝、食事をつくる喜びなどを素直に表現してくれました。今年も審査の結果、受賞作品が決定いたしましたので、ご紹介いたします。



受賞作品

賞	都道府県	学校名・学年	氏名	題名
文部科学大臣賞	大分県	別府市立別府西中学校 1年	吉田 かりん結愛	愛情いっぱい炊き込みご飯
共同通信社賞	鹿児島県	鹿児島市立伊敷台小学校 5年	赤瀬川 想太	魚をいただく
全国小学校家庭科教育研究会賞	香川県	高松市立円座小学校 4年	高尾 咲和	お母さんの牛丼
全日本中学校技術・家庭科研究会賞	東京都	晃華学園中学校 3年	清水 雪姫	手料理に込められた思い
キッコーマン賞 小学生の部	広島県	広島市立山本小学校 4年	堀 あさひ	お姉ちゃん大好きオムライス弁当
キッコーマン賞 中学生の部	愛媛県	松山市立余土中学校 2年	渡部 小夏	祖父に送るお弁当
日清オイリオ賞	山形県	村山市立楯岡小学校 5年	今田 優実	とある日のミッション!?
お弁当デリ賞	鹿児島県	鹿児島市立伊敷中学校 3年	里之園 果歩	質問に込められた思い
賞	都道府県	学校名・学年	氏名	題名
特別賞 小学生の部	鹿児島県	鹿児島市立伊敷台小学校 1年	西 沙也佳	りにゅうしょくづくり
	福岡県	福岡市立東若久小学校 2年	堀内 里莉	よろこべ弁当
	滋賀県	長浜市立長浜北小学校 3年	伊藤 美沙希	わたしは料理の〇〇が好き
	千葉県	船橋市立法典東小学校 4年	玉置 このみ	学校給食メニューにちょうせん
	長野県	安曇野市立穂高北小学校 6年	金子 菊次郎	ぼくのふるさとの味
特別賞 中学生の部	東京都	江東区立南砂中学校 1年	鈴木 愛莉	ありがとうを詰めたお弁当
	東京都	渋谷教育学園渋谷中学校 1年	佐藤 佳莉奈	家族の存在
	兵庫県	雲雀丘学園中学校 1年	西原 悠真	日本一おいしい母ちゃんのレンチン弁当
	佐賀県	佐賀市立城東中学校 1年	射手矢 咲子	お弁当の魔法
	東京都	晃華学園中学校 3年	佐藤 舞	母が作るお弁当
賞	都道府県	学校名		
学校賞 小学校の部	山形県	村山市立楯岡小学校		
学校賞 中学校の部	福岡県	糸島市立前原中学校		

審査員 (敬称略 50音順)	氏名	所属
	大久保順子	全日本中学校技術・家庭科研究会 副会長
	工藤 恵	一般社団法人共同通信社 文化部記者
	黒木 良平	キッコーマン株式会社 経営企画室コーポレートブランド担当部長
	高野 正之	全国小学校家庭科教育研究会 会長
	竹下 和男	「弁当の日」提唱者
	安武 信吾	ドキュメンタリー映画「弁当の日」監督・「はなちゃんのみそ汁」著者

※ 応募作品はなるべく原文に忠実に、誤字脱字のみを修正しました。

👑 文部科学大臣賞 👑



吉田 かりん結愛 (別府市立別府西中学校 1年)

愛情いっぱい炊き込みご飯

『また多く作りすぎたわ。おじいちゃんと二人じゃ余っちゃうんだよ。食べてくれる?』玄関のドアを開けると、ニコニコした笑顔で、タオルの上に乗せた熱々のタッパーを差し出してくれるおばあちゃん。いっぱい詰められているのは、しょうゆの焦げた香ばしい香りのする、美味しい炊き込みご飯!

『熱いから気をつけてな。かりんちゃんの好きなおこげ、たくさん入れておいたよ。』いつもそう言っておばあちゃんが届けてくれる炊き込みご飯が、私は大好きでした。

私が小学二年生の時、オーストラリアから大分県のある田舎町に移住することになりました。近くにお店やコンビニもなく、ご近所は隣の家のおじいちゃんとおばあちゃんの家のみ。静かな田舎に、久しぶりに子供がやって来たと、おじいちゃんとおばあちゃんはとても喜んでくれました。九十四歳のおじいちゃんとお八十四歳のおばあちゃんは、とても仲良しな夫婦で、家庭菜園での野菜の作り方を教えてくれたり、たくさんお話をしてくれました。

朝から日差しが眩しい夏の日も、吐く息が白くなる冬の日も、おじいちゃんの大好きな炊き込みご飯を作った朝は、私の家に届けてくれました。春はたけのこ、夏は枝豆、秋はしめじ、冬は大根。季節ごとに旬の野菜を取り入れたやさしい炊き込みご飯。私はいつも「今日は、たけのこかな、今日はさつまいもかな」と楽しみにしていたものでした。

『おじいちゃんに作ったんやけど、多く作りすぎたわ。食べきれんから、朝ごはんに食べてな。』いつもの決まり文句に優しい笑顔で、温かいタッパーを手渡してくれるおばあちゃん。これからもずっと変わらないと思っていました。だけど、炊き込みご飯をお裾分けしてもらえるようになって3年経ったある日、おじいちゃんが亡くなってしまいました。あんなに元気だったおじいちゃんが突然亡くなってしまい、私は信じられませんでした。

おばあちゃんは、その日から徐々に私の家に来なくなってしまいました。そしておばあちゃんは、ついに外にも出て来なくなってしまいました。そこで私はおばあちゃんを元気付けようと、いつもおばあちゃんが私にお裾分けしてくれていた、炊き込みご飯を作ってみることにしました。おじいちゃんが食べやすいようにと、具がと

ても小さく切ってあったのを思い出し、にんじんは、なるべく細かく刻みました。生の椎茸は石づきを切って、細く薄く、刻みました。ちくわとかまぼこも小さく刻んで、入れました。『おじいちゃんは、鶏肉より、ちくわやかまぼこの方が柔らかくて食べやすいから、喜ぶんよ。』おばあちゃんがそう言っていたのを思い出しました。甘口の醤油と、だしの素、みりんも入れました。けど何回作っても、おばあちゃんが作ってくれたようにはいきませんでした。おばあちゃんがいつか言っていたのと同じ調味料使ってるのに、どうしてだろうと思ひ、私はおばあちゃんにレシピを聞いてみることにしました。すると、おばあちゃんは、『かりんちゃんには特別見せてあげるよ。』と言って、私に一冊のノートを渡してくれました。『役に立つといけどねえ。』おばあちゃんは、そう言って笑いました。

ノートはたくさん字で埋まっていた。紙のはじが、破れていたりして、おばあちゃんがこのノートを書いてから、何十年も経っているのがわかりました。何ページかめくって、やっと炊き込みご飯のページにたどり着きました。レシピは、前におばあちゃんが教えてくれた通りのものでした。そして、最後のページには、こうありました。“料理を作る時は、必ず食べる人の笑顔を思い浮かべて楽しく愛情を込めて作ること。”この文を見た時、私は思わず泣き出しそうになりました。おばあちゃんはいつも愛情いっぱいにおじいちゃんや私たちのことを思ってあの炊き込みご飯を作ってくれていたんだと、気が付きました。私は、もう一度、炊き込みご飯を作ることに挑戦しました。おじいちゃんとおばあちゃんの笑顔を思い浮かべながら。そして、おばあちゃんのノートと、ほっかほかの出来立ての炊き込みご飯を、渡しに行きました。おばあちゃんは、すぐさま笑顔になって玄関先に座って、炊き込みご飯を食べてくれました。おばあちゃんは泣きながら「美味しい、美味しいよ、かりんちゃん」と言ってくれました。このとき初めて私は、ご飯を作るには気持ちを含めることが一番大事なかもしれないと思いました。おばあちゃんの炊き込みご飯が、あんなに美味しかったのは、愛情をいっぱい込めて作ってくれていたからだと思いました。

私は、これからも、時々おばあちゃんに、炊き込みご飯を作ってもらいたいと思っています。いっぱいの愛情を込めて。

👑 共同通信社賞 👑



赤瀬川 想太 (鹿児島市立伊敷台小学校 5年)

魚をいただく

「小アジを釣ったらからあげにしようよ。」期待しながら朝早く、釣りに出かけた。サビキとオキアミを仕かけて「チャポン、チャポン」と、魚の群れに、釣り糸をたらす。ブルツと振動がくると二秒待って、確実に針をくわえさせてから、思いっきりリールを回した。すると、小アジやイワシが山のように釣れた。近くのおじさんからタイもいただいた。

帰ると早速、料理を開始した。まず、タイのさし身だ。最初にお母さんがうろこ取りを使って、お手本を見せてくれた。「簡単だ。そしておもしろそう。」でも、実際にやってみると力加減がうまくいかず、魚の背びれが人差し指にささって、けがをしてしまった。泣きそうになったが、どうにかさし身ができた。

次は小アジのからあげだ。腹の部分を切って、内臓を取り出した。続いて頭を切った。小アジの頭が台所にいくつもあり、ずっと、ぼくを見ているように見えた。小アジにコショウをパラパラとふりかけ、片栗粉をまぶした。それを油なべにそっと入れると、ジュワジュワと音を立てて、こんがりとおあがりいった。ときどき、ピチッと油が飛んできた。あれに当たると、やけどをするから、なべからきよりとった。ウロコや包丁、そして、あげ油に苦戦しながらも、テーブルには、おいそうな料理を並べることができた。

「さし身はコリコリして、うまい。小アジのからあげは、ふわふわだ。」自分で作った料理は、格別で絶品だった。夕食は最高だった。

魚は命がけで釣り糸から逃れようとした。ぼくは、何が何でも釣ろうとリールを巻いた。料理のときに魚と目が合い、ぼくは気づいた。ぼくたちは、たくさんの命をいただいて生きている。釣り、料理、食べる。好ききらいせず、命に感謝して、何でも食べていきたい。大きな壁にぶつかっても、必死に生きている魚みたいにあきらめずに生きていきたい。

👑 全国小学校家庭科教育研究会賞 👑



高尾 咲和 (高松市立円座小学校 4年)

お母さんの牛丼

もうすぐ三才になるわたしの弟は、好ききらいが多く、やさいを食べてくれません。お母さんは、弟がどうしたらやさいを食べてくれるのか、毎日なやんでいます。

そんな弟がよろこんで食べるものの一つに牛丼があります。しかし具は食べません。ごはんに牛丼のしるをかけたものです。

それなのに、お母さんは牛丼の時だけすごうれしそうなのです。

「これには、何かひみつがあるのかも！」わたしは、そう思いました。そして、夏休みにお母さんといっしょに牛丼を作ってみることにしました。

お母さんのひみつは作り始めてすぐにわかりました。切ったにんじんと玉ねぎをミキサーに入れて、細かくしていたのです。細かくしたものを牛丼にまぜても、やさいがかくれていると食べやすいふうがありました。よくにこんでできあがった牛丼はやさいが入っているとは思えない、いつもの「お母さんの牛丼」でした。弟がよろこんで食べているところを見ると、心が温くなりました。

お母さんが作る料理には、ふつうのレシピにはないような具が入っていることが多いです。親子丼や牛丼にはきのこが毎回入っているし、その時れいぞう庫にあるやさいを何でも入れます。焼きそばは、やさいが多いのか、めんが多いのかわかりません。

わたしも小さいころは、好ききらいが多かったけれど、今は何でも食べられます。お母さんは好ききらいをなくすためにたくさんのくふうをしてくれていたのだと思いました。お母さんが作った料理には、たくさんの愛じょうがつまっていることがわかりました。

弟はもうすぐようち園に入園します。ようち園には毎日お弁当を持っています。お弁当に何を入れるのか、お母さんはもうなやんでいます。だから、次はわたしが弟にやさいをおいしく食べられる料理を考える番だと思いました。大好きな弟に、えいようたっぷりのお弁当を食べてもらって、ようち園生活を楽しんでほしいです。

👑 全日本中学校技術・家庭科研究会賞 👑



清水 雪姫（晃華学園中学校 3年）

手料理に込められた思い

私が小学生だった頃から、私の家は共働きです。母が残業で帰宅が遅いのは当たり前、夜勤の多い父も週末であっても仕事で家を空けることがよくあります。物心がついた時にはそのような生活だったので、家族全員で食卓を囲んだ記憶は全くありません。しかし、私には絶対に忘れることのできない、ある日の食事の思い出があります。

それは、私が小学校五年生の秋でした。父が夜勤で翌日の昼頃まで家を空ける日の夕方のことです。その日も帰宅が遅くなる予定の母のために、私ははじめて一人で料理をしました。作ったのは、給食の献立表の裏面にレシピが載っていた「和風のりサラダ」です。料理に関しては、これまで母の手伝いしかやったことがなかったため、いざ作るとなると玉ねぎのすりおろし方や大さじの分量など分からないことが多く、不安になりました。それでも、「お母さんに楽をしてほしい」、「弟にも喜んでほしい」という一心で、インターネットで調べながら一生懸命作りました。たった一品なのに一時間もかかりましたが、かろうじて完成させることができました。母が帰ってきたときにどのような反応をしてくれるかを想像しながら、期待して待っていました。

そして母は七時頃に帰宅し、私が食事を作ったことを褒め、喜んでくれました。その後、母と弟と私の三人で食卓を囲みました。母も弟もおいしそうに沢山食べてくれました。サラダは簡単な料理であり、また母の作ってくれる料理には到底かないません。それでも、その日の食事の味、食卓の雰囲気、家族の笑顔や会話、その日の夕食の出来事全てが大切な思い出として今でも私の心に深く刻まれています。何気ない出来事で、今となっては私が食事を作ることは大して珍しいことではないので、家族はこの出来事をもう忘れてしまっているかもしれません。でも、私にとっては記念日なのです。

この経験を通して、私は手料理の大切さを知りました。食事という行為において、一番大切なのは人の思いだと気がきました。味が良い料理だけが素晴らしいわけではないことを、家族が教えてくれたのです。

あの日から四年程が経過し、今では家族全員で週に一度、食卓を囲む生活になりました。もしかしたら世間ではそれが当たり前のことかもしれませんが、私はとてもうれしく思っています。

👑 キックマン賞 👑



わたしが2歳のとき

堀 あさひ (広島市立山本小学校 4年)

お姉ちゃん大好きオムライス弁当

わたしには、年のはなれたお姉ちゃんがあります。お姉ちゃんは、やさしくてとても料理が上手です。当時、高校生だったお姉ちゃんはわたしが二才の時に、わたしのためにお弁当を作ってくれました。すごくうれしかったことを今でもおぼえています。

いつかお姉ちゃんにお返しをしたいなと思っていました。今回、新聞の記事を読んで、お弁当を作ろうと思いました。お姉ちゃんの好きなおかずをたくさんお弁当につめました。そして、「お姉ちゃんにお弁当を食べて元気になってほしい」「にっこりえ顔になってほしい」「これからもお仕事をがんばってほしい」「おいしいと言ってほしいな」という気持ちをこめて作りました。

お姉ちゃんのお仕事は、保育園の給食の先生です。保育園の子どもたちは、お姉ちゃんが作った給食を食べて大きくなっていることがわたしは、すごいと思います。アレルギーのある子どもたちには、べつのメニューを作ってあげていると知りました。子どもたちが安心して給食を食べられるように考えて作っているお姉ちゃんを心からそんけいしています。これからもお仕事ががんばってね。またいつしょにおでかけしようね。おかしの作り方も教えてね。お姉ちゃんいつもありがとう。

👑 キックマン賞 👑



渡部 小夏 (松山市立余土中学校 2年)

祖父に送るお弁当

夏が来ると、家族みんなで瀬戸内海に浮かぶ島に住む祖母の家に行く。今年も祖母の家を訪ねると真っ先に仏壇へ行き、手を合わせた。亡くなった祖父へ挨拶をするためだ。夕食を食べながら、リビングの椅子に目をやる。この椅子を見る度に、祖父と一緒に囲んだ夕食を思い出す。お刺身をつまみに美味しくビールを飲む様子が目に焼きついている。祖父は、私たちが遊びにくるのをいつも楽しみに待っていた。

ある日、台所で忙しそうにしていた祖母に「仏壇にごはんをお供えしてきて。」と頼まれた。炊き立てのごはんとお水の入ったコップをお供えしながら、ふと祖父のためにお弁当を作るのはどうだろうと思った。私は、一度も祖父に料理を作ってあげたことがなかった。お盆に帰ってきた祖父に、私の作った弁当で疲れを癒してもらいたいと思った。そこで、夏の猛暑でもさっぱりと食べられるいなり寿司はどうだろうかと考えた。いなり寿司は祖父の好物でもあるのだ。揚げは祖父の好みの甘めの味つけで、焦がさないように弱火で煮る。酢飯には、紅生姜と白ゴマを入れて混ぜた。おかずは、祖母に聞きながら、祖父の好物を詰めることにした。親戚のおじさんが釣ってきてくれた新鮮な鯛と家庭菜園で育てた無農薬の青じそで唐揚げに。祖母の得意料理であり、祖父の好物でもある卵の肉巻きも忘れてはいけない。片栗粉をつけることで、お肉が剥がれるのを防止できる。味つけは生姜醤油でさっぱりと。他にも、オクラと枝豆和えやミニトマトなど、旬の野菜を使ったおかずで栄養もたっぷりだ。となりで昼食を作っていた祖母と、「トマトが大好きだったね。」「お刺身にはいつもたっぷりの醤油をつけて怒られていたね。」「ビールが大好きだったから今でも仏壇に供えているよ。」と思い出話で盛り上がった。食べ物一つでこんなにも祖父のことを思い出すなんて不思議だ。食は思い出をつなぐ力があるのかもしれない。

弁当箱に詰めたら、早速仏壇に供える。もちろんビールも。美味しく食べてもらえるだろうか。きっと美味しく食べてくれるはずだ。食べることは人を笑顔にする。それは作るのも同じだ。だれかのことを思いながら作るとより一層その力を感じた。

👑 日清オイリオ賞 👑



今田 優実 (村山市立楯岡小学校 5年)

とある日のミッション!?

ある日リビングに「挑戦状!」と書かれてある紙が目飛び込んだ。お母さんからの挑戦状だ。私は、何だ?何だ?と思いその紙を手に取り見てみた。その日は、ちょうど夏休み。紙には、「お母さんは、仕事に行って来ます。君たち3人にそれぞれミッションをあたえる!今日の夕ごはんのおかずを兄妹3人力を合わせて作ること!さあ楽しい1日の始まりだ☆」と書かれていた。私は、とてもワクワクした。何を作ろうかな?私は、ひらめいた。「よし!私もみんなも大好きなからあげを作ろう!」私は、レシピとにらめっこした。

まずは、材料を用意した。片くり粉、水、油、とり肉などを用意した。いざ作ってみると、お肉を小さめに切るのがむずかしかった。お母さんは、あんなにかんたんに切っているのになあ…お母さんはすごいやと思いました。調味料をボウルに入れて、揉み込むのに、苦戦した。衣をつける作業では、粉っぽさをのこしてしまうのをレシピで見落とししてしまい、粉をすべてふり落としてしまったので、かなり時間を消費してしまった。いざ揚げるときになると油が飛び散ってしまうんじゃないかと不安になったけど「お母さんみたいに、やさしくゆっくり入れてみよう。」とひらめきお母さんのように入れ、揚げることができた。いざ味見をしてみると「えっ…カリカリしていない…」とショックを受けました。私は考えた。どうしたらカリカリになるんだろう?どうしたら中はジューシーになるんだろう?と。レシピとにらめっこ。レシピの中に「二度揚げ」というものが書いてあった。私は、これだ!と思い、出来上がったばかりのからあげをもう一度揚げしてみた。今度こそ!と思い揚げたからあげを食べてみると…「え!!すごくサクサクしてる!!」と思わず口にした。お兄ちゃん2人に食べてもらおうと、いつもはほめてくれない2人から「んまい!お母さんのからあげみたい。」と喜んでもらった。また私の中では何かがひらめいた。ケチャップとマヨネーズをまぜてみたらおいしいのかな?と思い試してみた。

とてもおいしかった。ケチャップの酸味と甘みに加えて、マヨネーズのまろやかさやコクのバランスのとれた味になった。出来上がったころちょうどお母さんと小さな妹が帰ってきたので夕ごはんの時間にした。

家族みんな、最初からあげに手をつけた。「どんな反応するかな…」とドキドキした。みんなおいしい!と、とても喜んでくれた。お母さんは、お兄ちゃん二人のみそ汁もサラダもおいしいと言っていた。でも心の中では「私のからあげが一番おいしい!」と大満足だった。みんなおいしいと言ってくれてこうやって作って喜んでくれて嬉しかったし料理を作ってくれる人のありがたみを知った。

今日のミッションは大成功に終わった。またミッションをやりたいと思った。

お母さん、いつもおいしいごはんを作ってくれてありがとう。

👑 お弁当デリ賞 👑



里之園 果歩 (鹿児島市立伊敷中学校 3年)

質問に込められた思い

「お弁当どうだった？」----母は、私にお弁当を作ってくれるたびに、決まってそう声を掛けてきた。小学生の時は、純粋に「すごくおいしかった。また食べたい。」と素直に答えていた。しかし、中学生になり、思春期の真っ只中の私は、この質問が少し煩わしく感じるようになった。

ある日、家庭科の授業で生姜焼きの作り方を習った。母にも食べてもらおうと思い、初めての弁当作りに挑戦してみた。しかし、私は料理が大の苦手な人で、レシピ通りに作ってみたが、お手本の写真と比べた時、見た目が全く違った。生姜焼きの他に、母がよく作ってくれるポテトサラダと卵焼きにも挑戦した。ポテトサラダは、ただジャガイモを潰して、色々な野菜を混ぜるだけだと思い、「これなら私でも出来る」と自信満々だった。実際は、潰したジャガイモの中に入れる野菜は、塩もみして、水分をしっかり絞る必要があったり、混ぜる時、全体の食感が悪くならないように、力加減を意識したりと、難しいところが多かった。

ご飯を炊いて、弁当に詰める作業をした。ふと、台所を見てみると、フライパンや炊飯器、調味料など、私が料理をしたあとが目についた。これから洗い物もしないといけないのかと思うと、唖然とした。台所に立って初めて、毎朝の母の忙しさと苦勞を、少しだけ実感することができた。一時間程で終わるだろうと思っていた弁当作りも、気付けば二時間もかかっていた。私が作った弁当を母に渡すと、すごく喜んで仕事に向かった。私は、「まづくなかったかな。美味しかったかな。」と一日中心配した。

母が帰ってきた時、「お帰り」より先に、「弁当どうだった？」と声を掛けてしまった。この時、母が弁当を作ってくれるたびに私に聞いてきた質問の意味が解った。母も本当は心配していたのかと思った。母が「美味しかったよ。」と言ってくれた時、心配が一気に消えて、私の顔もぱっと明るくなった。

いつも私に渡してくれていた母の笑顔を、今度は私が返せたような気がして、少し嬉しかった。母は、仕事もあるのに、朝早くに起きて、私の為に美味しいお弁当を毎回作ってくれていたのだなと思うと、改めて感謝した。これからは、「面倒くさい」などと思わず、母にしっかりと感謝の気持ちを伝えていきたいと思う。

👑 特別賞 👑



西 沙也佳 (鹿児島市立伊敷台小学校 1年)

りにゅうしょくづくり

わたしは、なつやすみにいもうとのためにりにゅうしょくづくりをしました。赤ちゃんでもみんなとおなじようにたべれるものをつくってあげたいと思ったからです。メニューはそばとそうだんしてナゲットにしました。まず、とりのひきにくの中に、かたくりこ小さじ1、とうふとごまをいれてよくこねます。つぎに中くらいのおだんごのかたちにし、あぶらをひいたフライパンにならべてやきます。こげいろがついたらひっくりかえます。うすくひいたしじるであじをつけてできあがりです。

いもうとにたべさせてあげると、あしをばたばたしてよろこび、ほほをやさしくたたいておいしいポーズをしました。それをみてわたしはうれしくなり、またつくってあげたいとおもいました。

じっさいにつくってみて、おにくをこねてざいりょうをあわせるところがおもしろかったです。

これからおてつだいをしながらりょうりをおぼえていきたいです。かぞくのたんじょうびにりょうりをつくり、よろこんでもらうことがもくひょうです。これからもたのしくりょうりをつくり、みんなでおでしょくじをしたいです。

👑 特別賞 👑



堀内 里莉 (福岡市立東若久小学校 2年)

よろこべん当

わたしには、中学3年生のお兄ちゃんがあります。いつもライオンみたいにこわいです。むかしは、やさしかったけど、さいきんは、はなせなくなりました。だけど、兄によろこんでほしくてお弁当を作ることになりました。兄がすきなからあげと、わたしがすきなたまごやき。中にウインナーを入れました。おにぎりは、わたしも兄もすきなしおにぎりにしました。とってもワクワクしました。

お弁当を作ります。たまごやきをまくときに、たまごがとび出てしまいましたがお母さんに手つだってもらいながら、いっしょうけんめいまきました。からあげは、こわかったので、とおくからあげました。もりつけは、色がほしかったのでトマトとかわいいスティックでえだまめをさしました。兄がよろこんでくれるかなとドキドキしました。食べたあと、いつもみたいにこわかったけど、小さい声で「ありがとう。」と言ってくれました。とってもとってもうれしかったです。

👑 特別賞 👑



伊藤 美沙希 (長浜市立長浜北小学校 3年)

わたしは料理の〇〇が好き

わたしは料理が大好きです。料理をしているとしあわせな気持ちになります。

まず、料理をしている時の音が好きです。ほうちようで切る時の「トントン」や、いためる時の「ジュージュー」、にこむ時の「グツグツ」など、料理をするときにきこえてくるいろいろな音が好きです。

次に、何を作ろうか考えるのが好きです。わたしはおかずのバランスと色どりを考えてこんだてを立てています。また、いろいろな食ざいを使うようにがんばっています。

料理をしている時、どのフライパンを使おうか、どの順番で作ろうか、何をじゅんびしておけば料理しやすいかななどを考えるのも、とても楽しいです。シェフになった気分になるので、ワクワクします。

料理をしていると、いろいろな発見があります。ハンバーグをやっていたら、大きさが小さくなったり、やさいによってやわらかくなる時間がちがったりして、始めはびっくりすることが多かったです。「これはどうなるかな？」と考えながら料理するのも楽しいです。

今までは、お出かけをする時には外食をすることが好きだったけれど、さいきは、おべん当を作ってもっていく方が楽しみになりました。わたしが作ってつめたおべん当をみんなが「おいしい。ありがとう。」と言って食べてくれるのがとってもうれしいです。これからも新しいおかずをおぼえて作っていきたいです。わたしのおべん当はわたしもみんなもえがおにする宝物です。

👑 特別賞 👑



玉置 このみ (船橋市立法典東小学校 4年)

学校給食メニューにちょうせん

わたしは夏休み、お母さんとおばあちゃんといっしょに小学校の給食作りにちょうせんしました。なぜちょうせんしたかという、四年間で食べた給食が毎回とてもおいしくて、色どりがすてきだったからです。作ったメニューは四年間で栄養士さんが配ってくれたおたよりの中から、とくにわたしが大好きなやき肉サラダ、納豆和え、もずくスープ、キムチご飯です。

実際に作ってみると、栄養士さんと調理士さんの大変さがわかりました。たとえば、たくさんの種類の野菜を細かく切ることは、手や首がいたくなりました。お肉をいためたり、野菜をゆでた時は、体が熱くなったりやけどしそうになりました。また、一回の給食に、こんなにたくさんの食ざいが使われていることにとってもびっくりしました。

作り終わってお皿にもりつけた料理を見た時は、色どりがよくおいしそうに見えて、がんばって作ってよかったなと思いました。家族みんなで食べながら、みんな

「すごくおいしいね。家では食べれないメニューだね。けんこうてきなメニューだね。」と言い合いました。そしてみんなおかわりをたくさんしました。とくにわたしが一番おかわりをしていました。

毎回おいしくて、けんこうてきな給食を考えて作ってくれている栄養士さんと調理士さんに、感しゃの気持ちがとてもわいてきました。先生たちの、給食をのこさず食べようという言葉の意味がよくわかりました。これからも給食を楽しみに、そして感しゃしながら食べたいです。

👑 特別賞 👑



金子 菊次郎 (安曇野市立穂高北小学校 6年)

ぼくのふるさとの味

お弁当の日は、得意の卵焼きに、畑の野菜をたっぷり使ったお弁当を作りました。

ぼくは、長野県安曇野市に住んでいます。家のしき地には畑があって、ぼくのおじいちゃんとおばあちゃんが野菜を作っています。春はじゃがいも、夏はきゅうりやトマト、秋はさつまいも、冬は大根や白菜ができます。とてもおいしくて、おじいちゃんとおばあちゃんに感謝しながら食べています。また、季節が変わるごとにいろいろな野菜がとれるのはとてもおもしろいです。

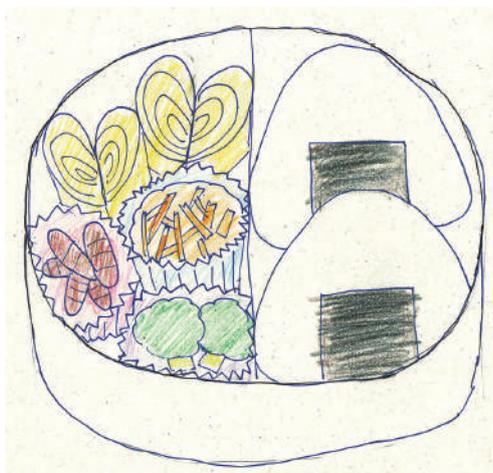
お米は、お母さんが田んぼで作った新米です。ぼくはいねかりを手伝いました。かまを使って手作業でやったので、うでにとともふたんがかかりました。農家さんの大変な思いが伝わりました。

デザートは、りんごにしました。初めてりんごの皮むきをやりました。お母さんが、親指をうまく使ってみるといいよ、と教えてくれたのでやってみると、とてもうまくむけました。

ぼくの家近所には、りんご農家があります。ぼくの家には、ヤギがいるので、てきかしてしょぶんするりんごをヤギのエサ用に持ってきてくれることがあります。売っているりんごよりは、あまくないけれど、あまずっぱくておいしいので、ぼくもお腹がへったときにときどき食べます。捨てようとしている物でも、工夫するとおいしく食べられたり、むだにしないですむんだと思いました。

お弁当作りを通して、食べ物のおいしさや作っている人たちのことを考えることができました。そして、おいしい空気やきれいな水がなければこんな野菜やお米は作れません。ぼくがこうやって毎日おいしいご飯を食べることができるのは、安曇野がきれいな所だからだということが分かりました。ぼくは、大人になっても、この自然の豊かさを守っていきたいです。

👑 特別賞 👑



鈴木 愛莉 (江東区立南砂中学校 1年)

ありがとうを詰めたお弁当

うちには父と母と妹のほか、祖母も一緒に暮らしています。私は母と祖母どちらの作るご飯も大好きです。日々の食事も美味しいのですが、母が遠足に作ってくれるお弁当は、特別な楽しみがあります。

母と祖母は外食をするとよく「人の作ったご飯は美味しい」と言います。そこで、ある年の母の日、私は2人にお弁当を作るプレゼントを思い付きました。

あまり凝ったものは作れないのでメニューは私の得意な物と簡単そうな物にしました。梅おにぎり、卵焼き、もやしと人参のナムル、ウインナーのケチャップ和え、ブロッコリーの炒め物で決まりです。

お米は時々やる手伝いとキャンプの飯ごう炊きで慣れていました。卵焼きは母直伝の、お出汁とマヨネーズ入り、ふわふわで食べるのも作るのも大好きです。

ここまでは順調でしたが、ナムルはごま油をサラダ油と間違え、ウインナーは焦がしてしまいました。妹と味見をして思わず「不味ーい」と顔を見合わせ、落ち込みながらも作り直し。もう一度妹が味見をして「今度は美味しい」とグーサインを出してくれました。

ブロッコリーは妹が炒めたいと言い出したので任せてみたら手首があたり、「熱っ」と大泣き。見守ってくれていた父が保冷剤で冷やしてくれたので、大事には至りませんでした。火はやはり怖いと感じました。

おにぎりは妹と一緒に作ります。ラップで包み、形を整えて一緒に梅を入れて完成。あとは詰めるだけです。これが意外と難しく母の詰め方の上手さを実感しました。

しばらくして母と祖母が帰宅しました。妹は玄関で「早く早く」とせかし、私はドキドキ。お弁当を見た2人は驚き、「上手だね、きれい!」とほめてくれました。妹は得意顔でお弁当を勧めます。私は「妹はブロッコリーを炒めて、おにぎりを握っただけなのに」と、ちょっとイラっとしました。そんな私の気持ちも知らず二人はまず卵焼きを食べ、「私達のより美味しい!」と大絶賛。他のおかずもほめてくれました。

おにぎりを食べた時に母が「ん?」と。どうやら塩を忘れていたみたいです。しかし祖母が、「梅が酸っぱいからちょうどいい」とフォローしてくれて安堵しました。

少しの失敗があっても、心を込めて作れば気持ちは伝わります。そして喜びは自分にも返ってきます。

この日の「ありがとう」はとても嬉しかったのに、母と祖母が作る日々の食事は私にとっては当たり前になり、私は二人にありがとうを言えていなかったと気づきました。これからは、「毎日美味しいご飯を作ってくれてありがとう」の気持ちを込めて「いただきます」と「ごちそうさま」を言おうと思える、楽しい母の日になりました。

👑 特別賞 👑



佐藤 佳莉奈 (渋谷教育学園渋谷中学校 1年)

家族の存在

私が自分のお弁当を作り始めたのは中学生になってからだ。小学校の頃は給食があったし、遠足の時も母に作ってもらっていた。しかし、私も中学生になりそろそろ自立していかなくてはと思い、毎朝少し早く起きて自分のお弁当を作るようになった。

初めは不慣れながらも母と一緒に精一杯作った。小学生の頃はあまり料理などはしてこなかったのだから、お弁当を作るのは初めての経験で予想以上に難しかった。でも、初めてお弁当を作り、完成した時には達成感でいっぱいになった。

学校に持っていくため、隙間があると持っていくときに崩れてしまうし、夏などは特に暑くなるため、衛生上しっかりと冷やさなくてはいけない。他にもいろいろと気を付けなくてはいけない点があり、朝の忙しい時間にお弁当も作るのとはとても大変だった。

それでも、毎日作っているうちに手際もよくなり、今では自分のお弁当を作るのと一緒に母の分まで作ることができるようになった。

時々、朝に時間がなくて母に私のお弁当を作ってもらおうときがあるが、その時のお弁当は私とまるで違って、同じ時間で作ったとは思えないほど差があるのだ。何が違うのだろうと考えてみると、もちろん盛り付け方や色どりを考えて少し工夫してくれているのも大きな違いなのだろうが、一番は相手のことを考えているかどうかだと感じた。私も、母のお弁当を作るようになり、私が作ったお弁当を仕事中の母が疲れた時に食べる姿を想像し、心を込めて作った。すると、夕方母が帰ってきたときに、「今日のお弁当美味しかったよ、ありがとうね」といわれ、あまり上手ではないお弁当でも、私が心を込めて作ったから喜んでもらえたんだととても嬉しくなったことを今でも覚えている。

また、お弁当を自分で作るようになってから、両親が普段当たり前のようにやってくれている料理や洗濯、洗い物など、どちらも働いていて忙しい中、家族のためにやってくれているんだと、改めて家族の存在の大きさに気づかされ、自分も洗い物や料理を手伝うようになった。

私が毎日のお弁当作りで実感したことは、気持ちがかもったお弁当は人を笑顔にできること、そして、当たり前だと思っていた日常生活は家族にたくさん支えてもらっていたことだ。これからも、心を込めてお弁当を作っていきたい。また、いつも支えてくれている家族に感謝し、家事の手伝いなどを積極的に行い、少しでも負担を減らせたらと思う。

👑 特別賞 👑



西原 悠真 (雲雀丘学園中学校 1年)

日本一おいしい母ちゃんのレンチン弁当

母ちゃんは料理が苦手だ。それも鍋敷をこがしてしまうほどに。そんな母ちゃんがいつも作ってくれる弁当は、レンチン弁当。幼稚園に入ったときくらいから弁当といえばいつもレンチン。母ちゃんに失礼だとは分かっているけれど、他の子の弁当を見ると、どうしても羨ましくなって引け目を感じていた。たまに優しい子が具材を分けてくれることがあった。手作りの味がした。下手でもいいから母ちゃんの手作り弁当が食べたい。そう思っていた。

ある日、僕はひよんなことから、ある妙案が頭に浮かんだ。いつも料理を任せっきりになっているから、負担が大きくて、手作り料理を作る余裕がないのではないかな。それなら僕が手伝えば負担がだいぶと少なくなるのではないかなという考えだ。結論から言うと、僕のこの考えは甘かった。ミルクチョコレートくらい甘かった。まず、無鉄砲な僕は、晩御飯を一緒に作ろうと考えた。その日の料理は冷しゃぶ。レシピは簡単で、しゃぶしゃぶ用の豚肉をしゃぶしゃぶして、キャベツとかいわれをもりつけて、ドレッシングをかければおわり。これなら僕でもできるぞと思った。が、いざ料理してみると、上手く火が通らなかったり、順番を間違えてしまったり、と手伝いどころか足手まといになってしまった。そして思わずこうつぶやいた。「これを毎日しないとだなんて大変だ。」

その日の夜、僕は母ちゃんに聞いてみた。「普段料理を作るときに気をつけていることは何？」母ちゃんからはこう返ってきた。

「1つ目は時短。2つ目は肉や魚、野菜などをまんべんなく使うこと。3つ目は旬で傷みにくいものを使う。こんなとこかな。例えば今日の冷しゃぶだってビタミンBが多く含まれているんだよ。」ビタミンBには夏バテ予防の効果があるらしい。いつも仕事とか、僕のサポートで忙しい中で、こんなに色々な事を考えてくれたのかと思うと、母ちゃんの料理に引け目を感じていた自分が恥ずかしい。そして最後に、母ちゃんはこう言った。

「何よりもすすすす育ってほしいという思いをこめて作っているよ。」

最近、母ちゃんの弁当に新メニューが登場した。手作りの卵焼きだ。少しこげているところが手作りっという感じがして、本当においしい。今は、前とは違って胸を張って母ちゃんの弁当を食べる。だって弁当にこめられた思いは、他の何よりも大切でおいしいから。

👑 特別賞 👑



射手矢 咲子 (佐賀市立城東中学校 1年)

お弁当の魔法

私のお弁当は、まるで小さな畑のようだ。ツヤツヤのトマト、甘い南瓜に人参の金平。どれも祖父が畑で育てた野菜だ。シンプルだけど、一口食べると心がホットする。お弁当には魔法があると思う。私は以前、ピーマンが苦手だった。ある日お弁当を開けると、細かく刻んだピーマン入りの卵焼きが入っていた。なるほど、そういうことか…。

「今日もお弁当を残さず食べてきてね。」笑顔でそう言った母の言葉の意味が、その時やっと分かった。お弁当ならきっと一口ぐらいは食べるはず、母はそう考えていたのだろう。仕方ない、私は思い切ってピーマンと戦うことにした。食べてみると、意外と美味しくて、ビックリ。苦手でも、ちょっとした工夫で変わるのだと気付いたのもお弁当の時間だった。苦手なピーマンを食べることが出来元気になれた気がする。お弁当って、作る人の想いが届く魔法みたいだな、とも感じた。

ある日、祖父が体調を崩し、畑に出られなくなった。祖父の代わりに家族で畑のお世話をしたが、思ったより大変で祖父のように立派な野菜は育たなかった。それでも小さなトマトが実った時は嬉しかった。

しばらくたって祖父の笑顔がなかなか戻らなかった。私はあの時のお弁当の魔法を思い出し、兄と一緒に祖父へお弁当を作ることにした。茄子の味噌炒め、茄子の皮は硬かったので、金平にした。胡瓜は薄く切ってツナと和え、卵焼きには母の真似をして、刻んだピーマンを入れた。おにぎりは、祖母お手製の梅干し入りだ。

「この切り方でいいかな？塩辛いかな？」普段は喧嘩ばかりの兄とも、この時は息ピッタリだった。最後に小さなトマトを添えて、家族の元気を詰めたお弁当が完成した。祖父は、「茄子やわらかいね、うまか。」と目を細めて笑ってくれた。胸の奥が温くなるのが分かった。

お弁当作りを通して私は食べる人のことを想う気持ちの大切さを学んだ。お弁当には作る人の優しさや願いが詰まっていて、それを食べた人の笑顔がまた、作る人の元気になる。お弁当の魔法は、きっとこれからも沢山の人を幸せにしてくれるだろう。

👑 特別賞 👑



佐藤 舞 (晃華学園中学校 3年)

母が作るお弁当

毎日、朝練に行くためにまだ外が暗い時間に起きるけれど、いつも一足先にキッチンからは明かりが漏れている。母は五時前に起きて、父、姉、そして私の家族全員分のお弁当を作ってくれているのだ。卵焼きの甘さも野菜の彩りも、塩分の加減までも全部私のためを想って考えてくれている。それなのに、母が「めんどくさい」と言ったのを一度も聞いたことがない。いつのまにか私はこの環境が当たり前だと思い込んでいた。

私が毎日朝練に行っているのに、全く来ない同輩に「なんで来ないの?」と聞いてしまった。正直、朝練に来ないのは「やる気がないからだ」と決めつけて、心のどこかでいら立っていた。でも、その子の返事は想像もしていないものだった。「うち、家から学校まで遠いし、お母さんもお父さんも毎日仕事で朝早くから働いてるんだ。だから、“お弁当をもっと早く起きて作って”なんて言えないし、実は朝ごはんもいつも自分で用意してる。」その言葉を聞いた瞬間、その言葉が胸に深く刺さった。私は何も知らずに「来ない理由はやる気の問題だ」と勝手に思い込んでいた。私は自分の環境が誰にとっても同じではないことを考えていなかった。朝起きればお弁当があって、朝ごはんが用意されている。私の普通はその子にとって全然普通ではなかった。

次の日、また起きると母がいつも通りお弁当を嫌な顔せず作っていた。その静かな光景を見ただけで心が痛くなった。母が私のために積み重ねてきた毎朝の努力を、私はどれほど分かっていただろう。

これをきっかけに、私は母のお弁当のありがたみを思い知り、自分で作ってみようと思った。実際にやってみると栄養バランスを考えるのは想像以上に難しい。どの食材にどんな栄養があるのか分からず、色のバランスも味付けを調えるのも、こんなに大変だったんだと実感した。母の偉大さが身に染みた。毎日家族のことを想ってお弁当を作ってくれている母が今まで以上に尊く思えた。

“当たり前”は本当は誰にとっても同じじゃない。だからこそ、これからは自分の環境に感謝し、他人の事情もちゃんと想像できる人でいたいと思う。感謝の言葉は思っているだけでは伝わらないので行動で示そうと思う。お弁当のふたを開けたときのあたたかさは母の優しさと努力の証ということを忘れないようにしたいと思う。

定食校一覧

小学校



都道府県 学校名

北海道	美幌町立美幌小学校
山形県	上山市立南小学校
山形県	村山市立楯岡小学校
福島県	桜の聖母学院小学校
福島県	いわき市立大浦小学校
福島県	郡山市立赤木小学校
福島県	郡山市立富田小学校
千葉県	船橋市立法典東小学校
東京都	江戸川区立平井西小学校
静岡県	静岡市立安東小学校
長野県	伊那市立伊那北小学校
長野県	安曇野市立穂高南小学校
長野県	安曇野市立穂高北小学校
長野県	佐久市立浅科小学校
福井県	あわら市立細呂木小学校
京都府	京都市立九条弘道小学校
滋賀県	長浜市立長浜北小学校
和歌山県	和歌山大学教育学部附属小学校
和歌山県	和歌山市立三田小学校
和歌山県	智辯学園和歌山小学校
和歌山県	御坊市立塩屋小学校
広島県	広島市立山本小学校
山口県	周南市立菊川小学校
愛媛県	愛媛大学教育学部附属小学校
香川県	綾川町立滝宮小学校
香川県	高松市立円座小学校

徳島県	徳島市南井上小学校
徳島県	徳島市八万小学校
福岡県	宇美町立宇美東小学校
福岡県	福岡市立若宮小学校
福岡県	福岡市立西高宮小学校
福岡県	福岡市立日佐小学校
福岡県	福岡市立東若久小学校
福岡県	福岡市立若久小学校
福岡県	春日野市立春日野小学校
福岡県	春日市立春日東小学校
福岡県	福岡市立能古島小中学校
福岡県	明治学園小学校
長崎県	波佐見町立南小学校
熊本県	合志市立西合志東小学校
鹿児島県	龍郷町立戸口小学校
鹿児島県	鹿児島市立伊敷台小学校

東京都	世田谷区立駒留中学校
東京都	聖ドミニコ学園中学校
静岡県	浜松市立鹿玉中学校
長野県	松本秀峰中等教育学校
大阪府	堺市立深井中学校
大阪府	関西大学第一中学校
兵庫県	関西学院中学部
兵庫県	雲雀丘学園中学校
兵庫県	啓明学院中学校
兵庫県	加古川市立氷丘中学校
滋賀県	大津市立栗津中学校
滋賀県	栗東市立葉山中学校
和歌山県	和歌山県立古佐田丘中学校
山口県	周南市立秋月中学校
愛媛県	松山市立余土中学校
徳島県	阿波市立阿波中学校
福岡県	那珂川市立那珂川中学校
福岡県	糸島市立前原中学校
福岡県	春日市立春日西中学校
佐賀県	佐賀市立城東中学校
長崎県	諫早市立諫早中学校
熊本県	芦北町立佐敷中学校
大分県	別府市立別府西中学校
鹿児島県	鹿児島市立伊敷中学校
鹿児島県	鹿児島純心女子中学校
鹿児島県	瀬戸内町立古仁屋中学校
鹿児島県	出水市立江内中学校
沖縄県	宜野湾市立普天間中学校
沖縄県	那覇市立神原中学校

中学校



都道府県 学校名

山形県	米沢市立第一中学校
宮城県	秀光中学校
群馬県	富岡市立南中学校
群馬県	みどり市立大間々東中学校
埼玉県	さいたま市立与野西中学校
東京都	江東区立南砂中学校
東京都	晃華学園中学校
東京都	渋谷教育学園渋谷中学校



弁当・仕出しの宅配デリバリーサイト

お弁当デッ!

小学生の部

👑 学校賞 👑



村山市立楯岡小学校 (校長 井上 敏春・教諭 小幡 英昭)

本校6年生が自分たちで取り組む「弁当の日」に向けて、映画『弁当の日』を鑑賞しました。そして、一人一人が自身の生活経験と重ね合わせて振り返りを行い、「弁当の日」に向けて気持ちを高めていきました。また、家庭科「こんだてを工夫して」の単元で、バランスの取れた献立づくりと自分が取り組む「弁当の日」を結び付けて学習をすることで、栄養の知識だけではなく、食事を準備してもらええることへの感謝の気持ちや自分で食事を準備しようとする意欲を高めることができました。

「弁当の日」当日には、自分の思いをこめた弁当を楽しそうに見せ合う6年生たちの姿が見られました。児童は「お弁当を作るために早起きをすることや準備をすることは思っていたよりも大変だった。」「お弁当だけではなく、毎日食事を準備してくれる家族はすごいと思った。」「一人だと準備はできなかつたと思う。でも家族と一緒にやったから楽しく達成できた。」と活動を振り返っていました。「弁当の日」を通して、「食事」（準備から片付けまでも含めて）は、「楽しい!」と思える児童が増えたと実感しています。

中学生の部

👑 学校賞 👑



糸島市立前原中学校 (国語科教諭 駒井 千花)

学校賞をいただき、ありがとうございます。本校では、生徒が将来自立して生活していくために必要な力を育てる取り組みの一つとして、「弁当の日」を実施しています。現代の子どもたちは食への関心や調理の機会が減少しており、「自分で食を選び、つくり、食べる力」を育てることは、生きる力の基盤になると考えています。本校の「弁当の日」は毎年継続しており、生徒や保護者の皆様のご理解のもと、内容を工夫しながら充実を図ってきました。

今年度のテーマは「つくることで気づく、食べることで育つ、わたしたちの自立と未来へ」です。当日に向けて、生徒たちは献立作成に取り組み、家庭科教員によるLive Kitchenや、調理に不安のある生徒向けの料理教室などを通して準備を進めました。当日は、少し恥ずかしそうにしながらも嬉しそうに弁当を見せ合い、感想を伝え合う姿が見られました。自分でつくる経験を通して、食への関心や達成感、支えてくれた家族への感謝の気持ちが育まれています。この取り組みが、生徒一人ひとりの自信や感謝の心を育み、将来の自立した生活へとつながっていくことを願っています。

おいしいは、ひとりじゃない。



あの味、この香りに、
思い浮かぶ顔がある。
なつかしい瞬間がある。
まるで、こころの中に
検索機能があるみたいに。
離れていても、
きもちはつながる。
きょうたべるごはんにも、
大地を耕してくれた人がいて、
お店に届けてくれた人がいる。
たべるは、こころの
ソーシャルネットワーク。
見えない回線を
めぐりめぐって、
世界中のだれかと元気を結ぶ。
この地球と、キッコーマンと
つながっている。



見る、読む、聴く。
おいしい記憶の宝箱はこちら。

おいしい記憶をつくりたい。



おいしい記憶をつくりたい。キッコーマン。

kikkoman
おいしい記憶をつくりたい。