

秀賞

わたしのエネルギー

青森県青森市立甲田中学校

3年 伊藤 千代

「エネルギー」この言葉を目にして私が真っ先にイメージしたのは、太陽光発電。太陽の光エネルギーを電気に変え、明かりをつけたり、車を走らせたりしています。では、私たち人間のエネルギーは、何を源にしているのでしょうか。

自動車のエネルギーは主にガソリンや電気などですが、人間はそれらをエネルギーの源にしているわけではありません。人間は毎日食事や運動、睡眠を繰り返します。特に食事は1食でも食べないと力が出にくくなります。私は、人間のエネルギーの源は、食事ではないかと仮定し、自分の生活を振り返ってみることにしました。

私の家では、毎日母が食事を作ってくれます。しかしときどき、妹が晩ご飯を作ることもあります。妹が晩ご飯を作るようになったきっかけは、テレビドラマでした。ドラマの登場人物が作るハンバーグを見て、

「このハンバーグ、自分で作ってみたい！」

と言い、インターネットで作り方を調べながら、ドラマとそっくりのハンバーグを作っていました。これが、妹が料理に興味をもったきっかけです。その時から、妹は自分でレシピを調べながら、ハンバーグはもちろん、タコライスやマフィン、オムライスなど、さまざまな料理を家族のために作ってくれるようになりました。妹が作った料理はとてもおいしく、食べると疲れが吹き飛び、勉強に向かうエネルギーが湧いてきます。やはり食事は人間のエネルギーの源であり、その料理がおいしいほど大きなエネルギーをもたらすことを、私は家族から学びました。

しかし、この結論に至るのはまだ早いのではないかと考えました。それは、料理を作る妹が、まだ食事の前にもかかわらず、料理に向かう大きな行動エネルギーを発揮しているからです。なぜ妹は食事の直前に料理人としてのエネルギーを発揮することができるのでしょうか。

この問いを解決するのは、未知のものへの探求心ではないかと考えます。興味をもったものを自ら調べ、課題の解決に向かって繰り返される試行錯誤。その壁が高いほど、解決できたときの喜びが大きくなります。「料理人みたいに、おいしい食事を自分も作ってみたい」という強い思いが妹の行動エネルギーになっていることを強く感じます。これらのことから、エネルギーは、その人の

気持ちや意欲という心情面が源になっていることも考えられるのではないでしょうか。

私は、行動的な妹と違い、あまり家で料理を手伝うことはありません。食事を食べてエネルギーを得ることはあっても、自家発電のように自ら熱意をもってエネルギーを生むという経験は乏しいと自分では感じています。妹をうらやましく思いながらも、このままではいけないと一念発起し、妹のハンバーグ作りを手伝うことにしました。

実際に作ってみると、玉ねぎを切っているときに涙が出てきたり、ひき肉を練るときに腕が疲れたりして、想像以上に大変でした。普段、当たり前のように食べている料理は、妹や母が、苦勞しながら、一生懸命作ってくれているということに気づくことができました。そして、もっと周りの人に感謝しながらご飯を食べるべきであり、エネルギーを生むことは並大抵のことではないということに改めて実感しました。

このような経験をして、私は母や妹の苦勞を少しでも減らせるようにと、毎日食器洗いの手伝いをするようになりました。学校から帰ったら、朝ご飯で使った食器を洗い、片付けています。すると、母や妹がとてうれしそうに

「助かる。ありがとう。」

と言ってくれます。私自身も、手伝いをするとうちの妹の役に立っていることが感じられ、前向きなエネルギーが心の底から湧いてくる感覚を実感するようになりました。食事を通して、エネルギーは与えられるばかりではなく与えることができるものであると感じることができました。

私は、食事には栄養をつけるという役割だけではなく、家族や周りの人などとの絆を深めてくれるパワーもあると思っています。太陽光のエネルギーは普遍的なものであり、地球上の生命たちがその恩恵を当たり前のように受けています。しかし、壮大な自然環境に頼るばかりではなく、前向きな気持ちや課題の解決に向かっていく粘り強い心をもつことにより、私たち自身が太陽のようにエネルギーを生む存在になることができるのです。そして、そのエネルギーの自給率を高めることこそが、社会生活の向上及び経済の発展をもたらすとともに、大切な自然を守ることに繋がると私は信じています。