ごはん お米とわたし

作文・図画コンクール

課題
（作文・図画両部門共通）
毎日のごはんでおいしかったことや
家族とのコミュニケーション、
お米・ごはん食に関しての思い出や
考えたことなどを素直な気持ちで
自由に表現して下さい。

50th Anniversary

2025年、ごはん・お米とわたし 作文・図画コンクールは50回を迎えます。
※各都道府県によって実施回数は異なる場合があります

国消国産（こくしょうこくさん）

「国消国産（こくしょうこくさん）」とは、自分たちが食べる食材は、できるだけ自分たちの国でつくるという考え方です。詳しくは特設サイトからご覧いただけます。

しめきり日　令和7年9月12日（金）必着

応募・問い合わせ先
JA神奈川県連広報局 JAグループ神奈川 検索
〒231-0002 横浜市中区海岸通1-2-2 JAグループ神奈川ビル8階 TEL.045-680-3046

応募資格
小学校に在籍する児童。特別支援学校の小学部に在籍する児童。

応募規格（枚数・大きさ）

【図画部門】
1部 小学校1年生～3年生
2部 小学校4年生～6年生

B3判、もしくは四つ切りの市販画用紙を使用。
画材は特に制限しません。

※神奈川県では図画部門のみの募集となります。
詳しくは神奈川県実施要領をご覧ください。

賞

内閣総理大臣賞	作文・図画部門各1名	計2名
文部科学大臣賞	各部門各部ごとに1名	計6名
農林水産大臣賞	各部門各部ごとに1名	計6名
全国農業協同組合中央会会長賞	各部門各部ごとに1名	計6名
優秀賞	各部門各部ごとに15名	計90名
学校奨励賞	内閣総理大臣・文部科学大臣・農林水産大臣各賞受賞者所属校	計14校

※各部門には審査基準がありますので、詳細については上記お問い合わせ先までご連絡下さい。

主催：農業協同組合／都道府県農業協同組合中央会／全国農業協同組合中央会
後援：文部科学省／農林水産省／こども家庭庁／全国都道府県教育委員会連合会／全国市町村教育委員会連合会／日本放送協会（NHK）／全国連合小学校長会／全日本中学校長会／（公社）全国学校図書館協議会／（公社）日本PTA全国協議会／（公社）米穀安定供給確保支援機構
協賛：全国農業協同組合連合会／全国共済農業協同組合連合会／農林中央金庫／（一社）家の光協会／（株）日本農業新聞／全国厚生農業協同組合連合会／（一社）全国農協観光協会

本コンクールは、みんなのよい食プロジェクトの一環として取り組んでいる事業です。過去の受賞作品は、JAグループHPからご覧いただけます。

耕そう、大地と地域のみらい。 JAグループ

「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール

JAグループがすすめる「みんなのよい食プロジェクト」の一環として、これからの食・農を担う次世代の子どもたちに、お米・ごはん食、稲作など、日本の食卓と国土を豊かに作りあげてきた稲作農業全般についての学びを深めてもらうとともに、子どもたちの優れた作品を顕彰することをつうじて、稲作農業の多面的機能と、お米・ごはん食の重要性を広く周知するために開催しています。

笑味(えみ)ちゃん ©みんなのよい食プロジェクト

＜過去の受賞作品＞ JAグループHP（https://life.ja-group.jp/education/contest/）でもご覧いただけます。

※学年は受賞当時のものです。

図画部門

第47回内閣総理大臣賞

「みんなで稲刈り」

佐賀県 佐賀県立武雄青陵中学校3年
高森 薫さん

第48回内閣総理大臣賞

「力いっぱい炊きあがれ」

埼玉県 狭山市立山王小学校6年
津久戸 花実さん

第49回内閣総理大臣賞

「おこめのさと」

京都府 木津川市立恭仁小学校1年
山岡 彩葉さん

作文部門

第49回内閣総理大臣賞

「当たり前のご飯のありがたさ」

青森県 青森市立浦町中学校2年
若宮 遙希さん

小学校三年生の冬、僕が人生で初めてお米を研いだ日、弟が入院した。当時の僕は、父の転勤先である仙台市に住んでいた。小学校一年生の弟は母親に注意されながらも、寒い冬の中、毎日短パンで登校していた。そんな日々が続いた時、弟は突然高熱を出し、病院に行くと、インフルエンザと肺炎にかかっていた。そして緊急入院することになった。病院は親が二十四時間付き添う必要があった。

児童館のお迎えに間に合わないと母から連絡が入ったようで、僕は一人で児童館から家に帰った。誰もいない家の鍵を一人で開け、真っ暗な部屋に電気をつけ、わざと大きな音を出してテレビをつけた。病院から一旦帰ってきた母に、

「僕にできること何かある？」と聞くと、

「お米研いでくれたら嬉しいけど…」

「うん、できるよ！」今、思えばなぜできると言ってしまったのだろうか。忙しい母と苦しんでいる弟の為に何か僕にもできることがないだろうかと思っていたからだろう。

「ありがとう。助かる」と言い残し、慌ただしく買い物に行ってしまった。当時、スマホもなく自分で調べることもできなかった僕は、母のお米を研いでいる姿を思い出し、研ぐことにした。

お米はカップに三回分（三合）。家庭科で「すりきり一杯」を習う前の当時の僕は、適当に山盛り三回分のお米を取り、そのお米と水を釜に入れ、研いでみた。母の研ぐような「ジャッ、ジャッ」という音がしない。水が多すぎると気づき、ジャーっと水を捨てたら、お米も勢いよくたくさん出てきてしまった。今度は少なめの水で研いでみると「ジャッ、ジャッ」という音になり安心した。一体これは何回やるのだろう。とにかく何度も研いでは水を入れて、捨てて研いでを繰り返した。三十分は経っただろうか。十回以上やっても水には少し白い色がついてくる。（これ、いつまでやるのかな）いつまでも少し濁る水を見て、真冬の台所で冷たい水で手が真っ赤になり、水を流す度にこぼれていくたくさんのお米を見ながら、僕の目からも涙がこぼれた。

母がやっと買い物から戻り、僕の姿を見た時、僕の冷たい手を母は両手で包んでくれた。「ありがとう、ごめんね。」と泣きながら包んだ母の手も僕と同じくらいに冷たかった。なぜ、母は泣いているのだろう。もしかして、弟の具合が悪いのだろうか。怖くて聞けないまま、頭の中でぐるぐる考えていた。

「ちゃんと教えてなかったのに、よくできたね。さ、炊けるまでの間にお風呂に入って。」母が買ってきたそうざいと僕の初めて炊いたご飯で食べた二人だけの晩ご飯。いつも父とうるさい弟がいる食卓が今日はシーンとしている。お米はいつもより固くておいしくなかったが、母は「おいしくできたね」と言った。ご飯がおいしくなかった理由は他にもあることは当時の僕でもわかっていた。

弟の入院は七日目に突然終わった。入院中だった青森の祖母が亡くなったのだ。弟の病院に事情を説明し、安静にすることを条件に慌ただしく退院し、青森に向かった。祖母の死に目に会えなかった僕たちは、疲れと悲しみでいっぱいだった。こんなに悲しい時でもお腹は減った。誰かが用意してくれていた塩おにぎりを食べた。こんな時でもおにぎりをバクバク食べている弟を横目で見ながら、食欲が出た弟を見て嬉しく思った。久しぶりに家族揃って食べたおにぎりはとてもおいしかった。家族四人が当たり前ではなかった七日間を経て、当たり前に食べられるご飯のありがたさとおいしさを知った。

今は時々手伝いでお米を研ぐ。お米を研ぎながら、僕は当たり前のありがたさを時々思い出している。これからもおいしいご飯を毎日食べられますように。

応募総数 第49回「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール　作文部門：**27,609**点　図画部門：**41,104**点

第50回「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール　全国審査会／表彰式日程

【全国審査会】 作文本審査会：2025年11月11日（火）
図画本審査会：2025年11月14日（金）
会場：JAビル（東京・大手町）

【表　彰　式】 日時：2026年1月10日（土）
会場：日経ホール