



べんとう

お弁当

×

おいしい記憶

じゅう しょう さく ひん しゅう

受賞作品集



長野編



(株)共同通信社

「お弁当 × おいしい記憶のエピソード募集」 実施要項（長野）

- 募集作品 お弁当にまつわるエピソード 絵または写真 + 作文（200-600 文字程度）
- テーマ
 - A 誰かのために作ったお弁当
 - B 誰かのために作ってあげたいお弁当（実際に作ってなくても可）
 - C お弁当の思い出 のいずれか 1 つ
- 対 象 長野県内の小中学生
- 募集期間 2018年8月15日（水）～ 2019年1月8日（火）
- 応募方法 チラシ・HP より応募フォームダウンロードの上郵送
送付先 〒105-7208 東京都港区 汐留メディアタワー (株)共同通信社エピソード募集 係
- 主 催 株式会社共同通信社
- 後 援 信濃毎日新聞社・特定非営利活動法人日本料理アカデミー
- 協 賛 キッコーマン株式会社
- 賞
 - キッコーマン賞 小学生の部 1名 1万円図書券 + 副賞
 - 共同通信社賞 中学生の部 1名 1万円図書券 + 副賞
 - 信濃毎日新聞社賞 1名 1万円図書券 + 副賞
 - 学校賞 1校 2万円図書券
 - 特別賞 5名程度 5000円図書券
- 審査委員（敬称略 50音順）
 - 大津山 厚 キッコーマン(株) 執行役員 経営企画室コーポレート政策推進担当部長
 - 園部 晋吾 山ばな平八茶屋 若主人（特定非営利活動法人日本料理アカデミー地域食育委員長）
 - 竹下 和男 弁当の日提唱者
 - 中澤 弥子 長野県立大学健康発達学部食健康学科 教授
 - 幅 浩一 (株)共同通信社 取締役
 - 藤島 義昭 信濃毎日新聞社 東京支社長

長野県応募総数 合計 163 作品

お弁当 × おいしい記憶エピソード 受賞決定作品

キッコーマン賞

氏名	伊藤 彩月 (いとう さつき)
題名	大すきなおとうさんにあげるおべんとう
学校名	諏訪市立湖南小学校 2年

共同通信社賞

氏名	毛呂 叶実 (もろ かなみ)
題名	先生に贈るふるさと弁当
学校名	坂城町立坂城中学校 1年

信濃毎日新聞社賞

氏名	渋谷 奈央 (しぶや なお)
題名	お弁当の思い出
学校名	駒ヶ根市立赤穂中学校 2年

学校賞 (長野県)

学校名	箕輪町立箕輪中学校
-----	-----------

特別賞

氏名	寺澤 真玲 (てらさわ みれい)
題名	百だん弁当
学校名	岡谷市立小井川小学校 2年
氏名	井上 聖也 (いのうえ せいや)
題名	とてもうれしかった、はじめてのキャラ弁当
学校名	長野市立豊野西小学校 4年
氏名	金児 ゆず (かねこ ゆず)
題名	お母さんのキャラ弁
学校名	長野市立篠ノ井東小学校 4年
氏名	田口 裕香 (たぐち ひろか)
題名	私の目標
学校名	箕輪町立箕輪中学校 2年
氏名	仲原 えみる (なかはら えみる)
題名	お弁当の思い出
学校名	上田市立真田中学校 3年

キッコーマン
賞



キッコーマン賞

伊藤 彩月

諏訪市立湖南小学校 2年

大すきなおとうさんにあげるおべんとう

いつもおとうさんは、おしごとをがんばってきてくれます。だから、おとうさんに食べてもらいたくて、じもとのものをつかってつくりました。まずつくったものは、こうやど
うふのごまみそかつです。じもとでつくられたこうやどうふを、フライにして近くのみそ
やさんでもらったみそをつかって、たれをつくりました。そのほか、サラダにかんてんを
入れたり、きんじょののう家からもらったトマトで、マカロニのトマトソースをつくら
りました。わたしの大すきなたまごやきは、おかあさんがつくってくれました。デザー
トはおとうさんが大すきなりんごです。白いごはんに、くまの形ののりをのせました。き
れいにおべんとうばこに入れました。

おとうさんは、おいしくてほっぺがおちそうになったので、ほっぺにばんそうこうをはっ
ていました。おもしろかったです。こんどはおじいちゃんにつくってあげたいです。たの
しかったです。

共同通信社
賞



共同通信社賞

毛呂 叶実

坂城町立坂城中学校 1年

先生に贈るふるさと弁当

私は、部活の顧問の先生のためにお弁当を作りました。先生は、東日本大震災にあい、長野県に避難してきました。遠いふるさとを思う先生を元気づけたいと、先生がよく食べていた郷土料理を坂城町や長野県の特産物を使ってアレンジしました。

私は先生からたくさん話を聞きました。その中で印象に残っている話は「くるみ」のことです。先生は、東日本大震災にあう直前にお父さんが採ってきてくれたというくるみを、7年間も大切にしているそうです。なぜ7年前のくるみを持っているかという、そのくるみが採れた山が放射能の影響で入れなくなり、先生の持っているくるみが最後のくるみになったからだそうです。

お正月には、いかにんじんを食べ、春には山菜、夏には太平洋のかつおを毎日のように食べ、秋は

さんま。冬には庭の柚子を採り柚子風呂で温まる。うにを貝の器に入れた貝焼きや、ほっき貝などは見たこともなく、どのようにアレンジしてよいか困ってしまいました。それでも先生のためにと考えると一生懸命がんばれました。

先生は、私の作ったお弁当を食べるとすごく嬉しそうに「美味しい、福島の味がする」と言ってくれました。私は、「がんばってよかった」と思いました。

先生の笑顔を見て、ふるさとの味がどれだけ大切なものか分かりました。先生のためにお弁当を作ることで、福島で何が起こったのか分かったし、私にはふるさとがあるという、あたり前のことがありがたいという経験ができました。私の学んだことをたくさんの人に知ってほしいと願い応募しました。



信濃毎日新聞社賞

渋谷 奈央

駒ヶ根市立赤穂中学校 2年

お弁当の思い出

「駒ヶ根の駅弁を作らないか？」

担任の先生の一言から、私たちのお弁当作りは始まった。

私の通っていた小学校では、5年生になると米作りをする。自らの手で植え、そして刈る。そんな昔ながらの稲作だ。できたお米をどうするか話し合っていた時に出てきたのが、最初の一言。「面白そう」と、みんなすぐに賛成した。

軽い気持ちで始めたが、いざやってみると難しい。まずメニュー作り。駅弁というからには駒ヶ根らしさがないといけない。地元の特産品を調べて取り入れ、品数や色どり、栄養バランスにも気を配った。

そして包装。お弁当の印象を決める重要なものなので、キレイで目を引き、駒ヶ根感も出せるよう、試作を重ねた。

試行錯誤を繰り返し、いざ販売。最初は参観日に販売し、なんと5分程で完売した。今までの苦勞が報われたような気がした。

ただ、アンケートを取ったことで改善点も見えてきた。それをふまえて改良し、今度は市役所で販売することになった。

ここでも私達のお弁当は大好評だった。すごい勢いで売れてゆき、買えない人が出た程だった。沢山の人の笑顔が見られてとても感動したのを今でもはっきりと覚えている。

結局、このお弁当は駅弁になることはなかった。しかし私の中では今も「駒ヶ根の駅弁」だ。

これをきっかけに私は台所に立つことが増えた。腕を磨き、いずれ家族にお弁当を作ってあげたい。あの時見た笑顔をまた見ることが出来る様に。

特別賞



特別賞

寺澤 真玲

岡谷市立小井川小学校 2年

百だん弁当

お弁当の中みには、作った人の気もちが入っていると思います。なので、私は百だん弁当を作ってあげたいと思っています。一人でお弁当を食べるよりも百だん弁当を作って百人あつまって食べるほうが、みんなで仲良く楽しめるからです。

毎日食べるとしたら、きせつじゅんにならべて食べるほうがいいので、百だん弁当はきせつごと、春と夏、秋、冬が二十五だんずつなっています。春は、さくらのようにピンクをしています。夏は、海にいる魚のおすしが入っています。秋は食よくの秋なので、さつまいもや里いもが多めに入っています。冬は、クリスマスなのでブロッコリーで作られたツリーやにんじんで作られた星、プレゼントのはこの中には、物が入っているので、クラブサンドイッチで作られたプレゼントのはこが入っています。

さいごは、友だちと一だんずつ分けて食べたいです。わたしは、冬のお弁当を食べたいです。

特別賞



特別賞

井上 聖也

長野市立豊野西小学校 4年

とてもうれしかった、初めてのキャラべん当

これはぼくが小学校3年生の時に父に作ってもらったべん当です。ドラえもんやしんちゃんも好きだったけれど、一番好きなカービィをおねがいしました。そして運動会の日になりました。いつもなら、ねている父が、母といっしょにキッチンにいました。何をしているか、見に行きたけど、「後のお楽しみね」と言われ、見せてくれませんでした。そして、おべん当箱をわたしてもらい、ワクワクしながら学校に行きました。

かけっこ、つな引き、ダンスなど色々な競ぎがあり楽しかったです。おなかもすいたころ、お昼になりました。おべん当を開けた時、「うわっ」と言っちゃいました。「カービィ」と「メタナイト」のおむすびでとてもうれしかったです。友達も「すごい」と言ってました。味もとても美味しかったです。とてもうれしくなったおべん当でした。今年も作ってもらったけど、小学3年生のおべん当の方が、良いと思いました。

特別賞



特別賞

金児 ゆず

長野市立篠ノ井東小学校 4年

お母さんのキャラ弁

私は、ようち園の遠足で、ある出来事がありました。

遠足の日、お母さんはとても早起きでした。ようち園に行く中、「ママ、今日は初めてのキャラ弁を作ってみたんだよ。」と言うので、とってもワクワクして遠足に行きました。

「ここで、お昼ご飯を食べましょう。」先生が言うので、私は「やっとお昼ご飯の時間だ！」とルンルン気分でお弁当箱を開けました・・・。「な、何これ?!」

そこには、スパゲッティ、グラタン、トマト、ブロッコリー、そしてのっぺらぼうの、熊らしき物がありました。「ん？」お弁当箱のフタのうらに、のりでできた顔のパーツと、にくきゅうがありました。「そっか!」、私は、フタのうらに、顔のパーツとにくきゅうがくっついたのだと、すぐに分かりました。そして、指の先でそーっとパーツたちをつまんで、熊を完成させました。

遠足から家に帰って、その事をお母さんに話し、「でも、すっごくおいしかったよ!」と言いました。お母さんと私は笑いが止まらなくなりました。

特別賞



特別賞

田口 裕香

箕輪町立箕輪中学校 2年

私の目標

「今日からは自分で作ってね！」そういわれたのは、中学2年生に入って最初の練習試合の日でした。いつかは、自分で作らないといけない日がくるのは、自分の中ではしっかり分かっていました、でも、いざその言葉を聞いてしまったら、不安が大きかったです。私は料理といったら、たまごやき、野菜いため、カレーといった手間なく作れる料理は普段から家で作っていますが、弁当となると、また話は変わってきます。つくる形、つめる形が変わってくるからです。

上の写真は私が作ったものです。はたからみればそっけなく、すっからかんのお弁当です。品の種類もそんなになく、おなじ品がいくつか入っていて、色も茶色がほとんどです。母のお弁当と比べるとやはり正反対で、母の方がおいしく見えます。

これからは、母においしそうと言ってもらえるようにするために、品の種類などを彩りゆたかにしておいしそうなお弁当を作りたいです。

特別賞



特別賞

仲原 えみる

上田市立真田中学校 3年

お弁当の思い出

私には八歳年上の兄がいます。兄はとても優しくて頭が良く、私は兄のことが大好きです。そんな兄が一度だけ私のためにお弁当をつくってくれたことがあります。あれは、私が年長の時の遠足の日。私は両親が共働きで、その日の朝は両親がいなかったため、当時中学2年生だった兄が母の代わりにお弁当をつくってくれました。部活動で忙しい中、早起きしてつくってくれたのだと今になって感じます。

私が起きたときにはもうお弁当は完成していて、私はワクワクしながらリュックの中に入れたのを覚えています。お昼の時間。私はお弁当のフタをそーっと開けました。中には私の好きなキャラクターがおにぎりでつくられていました。私はそのときのお弁当を本当に鮮明に覚えています。それくらい嬉しかったです。兄のお弁当は母とはまた違うおいしさで、兄の優しさがお弁当からもまた伝わってきたような感じがしました。今になってお弁当をつくる大変さが分かってきました。だからこそ、あのときより感謝の気持ちでいっぱいです。今度兄にあったら改めて伝えたいです。

「あの時はありがとう。おいしかったよ。」と。

