



滋賀県では、子どもから大人まで生涯を通じた食育をすすめるため、令和3年7月19日（食育の日）から9月30日にかけて、県民の皆さんから「元気が出るごはん」をテーマに三行詩を募集しました。入賞作品を紹介します。

早起きして  
家族みんなでご食べる  
朝ごはん  
元気いっぱい  
笑顔も  
いっぱい

作者／赤井 心桜 題字／太田 紗加



はたけのね  
とれたてきゅうりは  
とげとげ  
つんつん  
つやつや  
みどりの  
こりっしょくせん、こりっしょくせん  
おいしいな

作者／境 誠仁 題字／玉井 凜乃

2022 6月	日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	1	2	

# 2022 July 7月

	日	月	火	水	木	金	土	2022 8月
31	1	2	3	4	5	6		
7	8	9	10	11	12	13		
14	15	16	17	18	19	20		
21	22	23	24	25	26	27		
28	29	30	31	1	2	3		

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19 	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

滋賀県は、県民の皆さんが「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活ができるよう、関係者の皆さんと連携しながら、様々な体験を通じた食育をすすめています。

みんなで楽しく滋賀の食育

検索 

滋賀県では、子どもから大人まで生涯を通じた食育をすすめるため、令和3年7月19日（食育の日）から9月30日にかけて、県民の皆さんから「元気が出るごはん」をテーマに三行詩を募集しました。入賞作品を紹介します。



つかれたときに  
いつもどおりの  
夜ごはん  
食べるとなぜか  
元気が  
出てくる

作者／横田 侑希 題字／坂下 遥香



光る琵琶湖の魚  
香る若い野菜  
甘いまるやかな米  
たくさんの  
滋賀の食材は  
私の  
元気の源

作者／西田 灯 題字／天川 虹

2022  
7月

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

# 2022 August 8月

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1

2022  
9月

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19 	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

滋賀県は、県民の皆さんが「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活ができるよう、関係者の皆さんと連携しながら、様々な体験を通じた食育をすすめています。

みんなで楽しく滋賀の食育

検索 

コロナ禍で  
 なかなか会えない  
 おばあちゃん  
 思いと共に  
 白米届く  
 食べると元気に  
 上昇がえる  
 おばあちゃんの味

作者/菊地 美玖乃 題字/小野 美愛

滋賀県では、子どもから大人まで  
 生涯を通じた食育をすすめるため、  
 令和3年7月19日（食育の日）から  
 9月30日にかけて、県民の皆さんから  
 「元気になるごはん」をテーマに  
 三行詩を募集しました。  
 入賞作品を紹介します。



稲刈りで  
 疲れ忘れる  
 塩むすび  
 稲穂の香も  
 おかずになり

作者/植村 薫 題字/阪本 理紗

2022  
8月

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

# 2022 September 9 月

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

2022  
10月

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19 	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1

滋賀県は、県民の皆さんが「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活ができるよう、関係者の皆さんと連携しながら、様々な体験を通じた食育をすすめています。

みんなで楽しく滋賀の食育

検索 

滋賀県では、子どもから大人まで生涯を通じた食育をすすめるため、令和3年7月19日（食育の日）から9月30日にかけて、県民の皆さんから「元気が出るごはん」をテーマに三行詩を募集しました。入賞作品を紹介します。



近江米に味噌汁  
手作り野菜の糠漬け  
和食は元気の源



作者/所 宏光 題字/中野 愛理

土鍋で炊いた  
近江米  
大根葉と  
しらすの  
ふりかけ  
ごま油香る  
母の味



作者/浅田 遥 題字/太田 紗加

2022 9月	日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	1	

# 2022 October 10月

	日	月	火	水	木	金	土	2022 11月
30	31	1	2	3	4	5		
6	7	8	9	10	11	12		
13	14	15	16	17	18	19		
20	21	22	23	24	25	26		
27	28	29	30	1	2	3		

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19 	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

滋賀県は、県民の皆さんが「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活ができるよう、関係者の皆さんと連携しながら、様々な体験を通じた食育をすすめています。

みんなで楽しく滋賀の食育

検索 