



今月の食育講話

食事に関わる人に感謝して食べよう

**知っていますか？ 毎月11日と11月11日は、「いただきますの日」です。
あなたは、「いただきます」を誰に・何に伝えますか？**

11月23日は、勤労感謝の日です。勤労感謝の日は、国民が勤労を尊び、生産を祝い、互いに感謝し合う日という祝日です。まだ勤労する立場でない皆さんは、働く人たちに感謝をする日と言っても良いかも知れません。今月の食育講話は、「食事に関わる人に感謝して食べよう」というテーマです。

私も調べてみて初めて知りましたが、「いただきますの日」という日があるのを知っていましたか？「いただきますの日」普及推進委員会という団体が、日々の食卓に関係するさまざまなつながりに感謝し、その大切さを皆で考えていくためにプロジェクトとして、立ち上げたものです。そこでは、「いただきます」の言葉にこめる「5つの感謝」が紹介されていました。皆さんは、どのように感じますか？

「いただきます」に込める「5つの感謝」

人は多くの生きものによって支えられている。肉、魚、野菜などさまざまな尊い命をいただくことで、自分のいのちが育まれていることに感謝。



「いのち」に

「自然」に



食卓にあがる全てのいのちは、自然が育んでくれている。土・太陽・水・空気など、多くのいのちを生み出してくれる自然に感謝。

食事が自分の食卓に並ぶまでに、多くの人たちの働きがある。安全でおいしい食材を作ってくれる、運んでくれる、料理してくれる人たちの労働に感謝。



「労働」に



「知恵」に

古くから伝わる伝統料理、親子で受け継がれる家庭の味、記憶と心に残る味は人類の大切な文化。次の世代にも伝えたい、料理にこめられた愛情と知恵に感謝。

家族や友達、職場の人たちなど、自分の食卓に直接・間接的に関わってくれる人たち、そして楽しい食卓になるように、一緒に食卓を囲む人たちに感謝。



「周りの人」に

http://itadakimasu1111.jp/?page_id=5 「いただきますの日」普及推進委員会 HP より引用

★今日のお弁当について・・・自分でやったことは何ですか？○をしてください。

- できたものを詰めた
- おかずを自分で作った (___ 品、メニュー: _____)
- 作っていない、忘れた
- ご飯を炊いた
- 買い物をした
- メニューを決めた
- 後片付けをした
- 感想や工夫したこと(_____)

★朝の食育講話を聞いて、感じたことを書きましょう。

年 番 氏名