

あなた様の命をわたくしの命に代えさせて 「いただきます」

この世の生き物は、全て「食べる」「食べられる」関係（食物連鎖）にあります。ある例を除いては。何だと思いませんか。それは私たち人間なのです。人間は誰からも食べられることなく多くの命を頂いて（享受して）いる唯一の存在です。

皆さんが、ご飯を食べる時に言う「いただきます」という言葉は、本当は、ある言葉を前に付けた少し長い言葉なのです。それは、「あなた様の命をわたくしの命に代えさせて頂きます」です。

私たちが食している動物、植物にも命があります。誰からも食べられることなく多くの命を「いただいて」生きている唯一の存在として、感謝の気持ちをもち食事をしましょう。先生は、小さい時、おばあちゃんから「文章、人様から出されたお食事は、一粒たりとも残してはいけないよ」「一粒のお米の中には、7人の神様がいらっしゃるからだよ」と教わりました。「いただきます」をする時に、手を合わせる人が多いのはそういう意味かもしれませんね。

「好きじゃないから」「ついおしゃべりに夢中になって」など、特別な理由がなく食べ残しをするのは、なしにしましょうね。

今度の全校朝会でこのような話をします。

私は学級担任の時、学年の発達段階や学級の実態に応じて、折に触れこんな話をしていました。月に1回は必ず、給食の挨拶の時に正式な「あなた様の命を・・・」という長い言葉で「いただきます」をしていました。すると食べ残しが減ったり、苦手なものでも頑張ろうとしたり、そんな風に頑張る様子をほめ合ったりする場面が増えてきました。そして、そのことを学級通信で保護者に発信をしていました。

北西の子どもたち（我々も）は、栄養士の齋藤先生と給食さんの手厚く細やかな気配りと愛情に満ち溢れた給食をいただいています。2学期の始まりの新鮮なこの時期に、感謝の気持ちを新たにもたせて給食指導をしてくださいますようお願いいたします。。

「ごちそうさま」の意味も深いです。「いただきます」の話をした後に、子どもたちに問いかけると、調べてきて教えに来てくれる子がいます。命の大切さや感謝の気持ちを考える雰囲気さがさらに高まります。