

「いただきます」「ごちそうさま」に込める心

11月23日は「勤労感謝の日」で、「勤労を尊び、生産を祝い、国民が互いに感謝し合う」という日です。これは、昭和23年「国民の祝日に関する法律」により、制定されました。

ところで、皆様のご家庭では、食事をするとときに「いただきます」「ごちそうさま」をきちんとおっしゃっていますか。勤労感謝の日が制定される以前は、11月23日は、穀物の収穫を祝い、感謝をする日でした。今と違い、大変な苦勞をして食べ物を得ていた昔の日本人は、食べ物に対し、感謝の気持ちを持っていたのです。そういった感謝の気持ちから、「いただきます」「ごちそうさま」が生まれたのです。

「いただきます」とは

みなさんが何気なく食べている「肉」「魚」「野菜」「果物」などは、みんな生きています。「私たちは“動物”や“植物”などの生き物の命、自然の恵みをいただいて自分の命を育てている」ことからきています。

「ごちそうさま」とは

「ご馳走さま」の「馳走」とは、走り回るという意味です。昔はお客様がくると家にはない食べ物を海や山まで採って、準備をしなければなりません。 「ご馳走さま」とは、「私のために走り回ってくださってありがとうございます」という意味が込められています。

感謝の心を大切に

・食べ物私達のもとへ来るまでに関わってくれた人達への感謝

食べ物は、降って湧いて私達の目の前にくるとはではありません。食べ物を育てる人や、食べ物を運ぶ人、食べ物を加工する人、料理を作る人、作った料理を準備する人など、ほかにもたくさんの人たちのお陰で、苦勞することなく、食事をすることができるのです。

・毎日、心配なく「食べ物」をいただけることへの感謝

現在、日本では飢餓（食糧が不足している状態）を身近に感じることは少なく、ともすれば、関係の無い話として見過ごされてしまうかもしれません。

しかし、食料問題は、地球環境や貧困、人口問題などが絡み合う、地球規模で取り組まなければならない問題です。

世界人口60億人のうち、約8億3000万人の人たちが栄養不足（人口と食糧の供給量から推計して、糧が基礎的必要カロリーを満たしていない状態）で、そのうち7億9100万人は発展途上国に暮らしています。つまり、全世界では7人に1人、発展途上国では5人に1人が飢餓状態にあるということです。

※ハンガーマップ「もう一枚の世界地図」国際連合世界食糧計画参照

「いただきます」も「ごちそうさま」も、私達のもとに食べ物があるまでに関わる全てのことにに対して、感謝の気持ちを表していることがわかります。食べるということは、生きるためにはとても大切なことです。しかし食べ物があふれ、あまりにも簡単に手に入る今の日本では、ついつい忘れられてしまいがちなようです。

2年生考案メニュー

11月30日(月)の献立は、2年生の考案メニューです。

家庭科で「給食の献立を考えよう」をテーマに授業がありました。各班から提出されたものの中から

☆タコライス → 2-D 4班 藤田さん 伊藤(瑠)さん 伊藤(心)さん 助川さん 田中さん 進藤さん
→ 2-E 1班 森さん 関野さん 三加さん 田中さん 佐藤(望) 関口さん

☆かぼちゃマフィン → 2-D 3班 河野さん 佐藤(将)さん 寺田さん 堀崎さん 木村(優)さん 平山さんが選ばれました。学園中の皆が食べられるように、給食室で話し合い、アレンジして作りました。

レシピは、当日給食室のサンプル横に貼るので機会があれば見て下さい。

1日の食事は3回あります。そのうち給食は1回だけで、ほとんどは家庭で食べます。ライフスタイルが多様化している今の世の中、家族揃って食事をすることは、なかなか難しいことなのかもしれません。それでも極力、お子さんとともに食卓を囲み、感謝の気持ちをこめて「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする大切さを、日々伝えていくことができれば良いのでは…と思います。毎月19日は食育の日家族揃って食卓を囲む日にしませんか！