

## 形にして表そう「感謝の気持ち」

11月23日は「勤労感謝の日」です。給食を例にとっても、毎日給食を作ってくれる調理員さんはもちろん、私たちの見えないところで働いてくださっている人の様々な努力やご苦労があることを忘れてはいけません。直接お礼を言える機会は少ないですが、食事のあいさつや食べ方、後片付けで感謝の気持ちを表せるといいですね。

### まずは食事に感謝の「いただきます」から

「いただく」は、漢字で「戴く」「頂く」とも書き、もとは大切なものを受けとるときに感謝の気持ちを込めて頭の上に上げるしぐさのことでした。そしてこのあいさつは、私たちの食べ物となった動植物の命を、



### よく味わって食べよう！

食べる人を思って作られた料理を好き嫌いせず、よく味わっておいしくいただくことも、食べ物や作った人への感謝の気持ちを表します。また食事のマナーを守り、みんなが楽しく気持ちよく食べられるように心がけましょう。



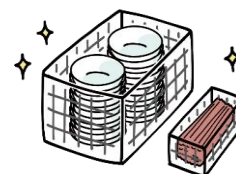
### 「ごちそうさま」ではねぎらいの気持ちを

「ごちそう」は漢字で「御馳走」と書きます。もとは食事を作るために、<sup>ほうぼう</sup>方々を駆け回って材料を集めてくれた人へのねぎらいの気持ちを表す言葉でした。このあいさつは食事作りに



### 思いやりの気持ちで後片付けを

食器の扱い、配膳、はしの使い方、そして後片付け、そのどれもが作った人への敬意や感謝の気持ちを表すものになります。後片付けは、次に作業をする人のことを考え、決められた後片付けをきちんと行いましょう。南中は、ほぼ全クラスがきれいに後片付けをして返却してくれる思いやりのある学校です！



## 11/13~16のご飯は「特別栽培米」です！



### 特別栽培米とは…

私たちが普段食べているお米は、化学肥料・化学農薬を使って効率よく生産していますが、現在は環境に優しい農業が注目されています。

特別栽培米とは、化学肥料・化学農薬を使う量を半分に減らし、代わりに自然由来の肥料などを組み合わせて作られたお米のことです。普通の栽培方法に比べて生産に手間ひまがかかり、収穫量が少なくなります。

私たちにできることは、農家さんの苦労や思いが詰まっている特別栽培米を、みなさんが積極的に食べることで生産量を増やし、未来の環境を守ることへとつなげることです。11/13~16は特に大切に食べたいですね！

