

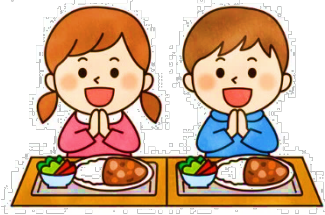


◎今月のテーマは「感謝して食べよう」です。

毎日の食事は、生き物の命や自然の恵みをはじめ、多くの人の支えによって成り立っています。直接お礼を言える機会はなかなか少ないのですが、食事のあいさつや食べ方で感謝の気持ちをしっかり表していきたいですね。

命への感謝「いただきます」

私たちが食べるものは、もとをたどれば、すべて生きていたものです。そうした動物や植物の命をいただく（食べる）めぐみや私たちの命をつないでくれる大切な食べ物に感謝する気持ちを表すのが「いただきます」というあいさつです。



よく味わって食べよう

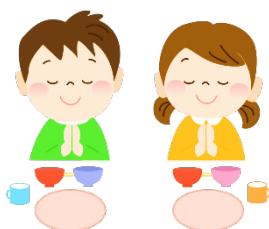
食べる人を思って作られた料理を好き嫌いをしないで、よく味わっておいしくいただくことも、食べ物や作った人への感謝の気持ちを表します。食事のマナーを守り、みんなが気持ちよく食べられるように心がけましょう。



人への感謝「ごちそうさま」

昔、お客様をおもてなしする時、家の人はいろいろなところを歩き回って材料を探し求め、時には命がけで食べ物をとらなければならないこともありました。そのご苦労に「ありがとう」の気持ちを伝えることから始まったあいさつです。

作ってくれた人、食事ができることへの感謝の気持ちを表しています。



思いやりの気持ちで後片付け

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感謝の気持ちを表すものになります。特に後片付けは、次に作業する人のことを考え、決められた方法で片付けましょう。

