

# 給食だより

11月号

令和6年10月30日

渋谷区立渋谷本町学園

統括校長 清野 正

栄養士 甲斐 悠、山本 菜裕

## 「いただきます」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち

日本では、食事の前に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさま」のあいさつをする習慣があります。それぞれ、どのような意味があるのでしょうか。



### いただきます

「いただく（頂く／戴く）」は、頭（あたま）にのせるという意味があり、身分（みぶん）の高い人（たかひと）から物（もの）をもらう際（さい）、頭上（すじょう）に捧（ささ）げて敬意（けい）を表（あらわ）した動作（どうさ）にちなむ言葉（ことば）です。自然（しぜん）の恵（めぐ）み、生き物（いきもの）の命（いのち）をもらうことへの感謝（かんしゃ）を表（あらわ）します。



### ごちそうさまでした

「ちそう（馳走）」は、食事（しょくじ）を用意（ようい）するために走り回（はしまわ）ることを意味（いみ）しており、この食事（しょくじ）が上（あ）がるまでに関（か）わった人（ひと）びとへの感謝（かんしゃ）の気持ち（きもち）が込（こ）められています。



食（た）べることは、生き物（いきもの）の命（いのち）をいただき、命（いのち）をつないでいくことです。また、食（しょく）事が出来（でき）上がるまでに、料理（りょうり）を作る人（ひと）をはじめ、農作物（のうさくぶつ）や家畜（かちく）を育てる人（ひと）、魚（いさな）をとる人（ひと）、食材（しょくざい）を運（はこ）ぶ人（ひと）、販売（はんばい）する人（ひと）など、たくさん（たか）さんの人（ひと）が関（か）わっています。感謝（かんしゃ）の気持ち（きもち）を忘れ（わす）れずに、心（こころ）を込（こ）めてあいさつし、食事（しょくじ）を大切（たいせつ）にいた（い）だきましょ（う）。



## 給食を通して地産地消の良さを知ろう！

地産地消（ちさんちしょう）とは、地域（ちいき）で生産（せいさん）された農林水産物（のうりんすいさんぶつ）を、その地域（ちいき）で消費（しょうひ）する取（と）り組（ぐ）みです。学校給食（がっこうきゅうしょく）では、地域（ちいき）でとれた「地場産物（じばさんぶつ）」を活用（かつよう）することで、地域（ちいき）の産業（さんぎょう）や食文化（しょくぶんか）への理解（りかい）を深（ふか）め、地域（ちいき）への愛着（あいちゃく）を育（はぐく）むとともに、環境問題（かんきょうもんだい）や食料自給率（しょくりょうじききうりつ）といった課題（かだい）について目（め）を向（む）ける機会（きかい）にしたい（かんが）えています。

### 学校給食に地場産物を活用する効果

地域の産業や食文化への理解を深めることができる



食料の生産、流通に関わる人びとに対する感謝の気持ちを育むことができる



学校と地域との連携・協力を構築することができる

