



ほらー！

ほっぺにまだ、いのちがついているよ

#いただきます！

ほっぺにお弁当をつけて、ごちそうさままでの旅路へ！

「いただきますー！」

「ジャンンやまもじだー！」

何に感謝を込めて「いただきますー！」「ジャンンやまもじだー！」と言っていますか？

当たり前のように「いただきますー！」と言って食べている朝食・昼食・夕食について、逆から考えてみましょう。

「いただきますー！」をするまでには、盛り付け、調理、保存、購入、製造・加工、生産などの過程があります。

すると、私たちは動植物の「いのち」をいただいているのだと、気づかされるのではないのでしょうか。

■命をいただく



「いただきますー！」は、出された料理を食べ始める言葉ですが、「頂く・戴く」は、「食べる・飲む」の謙譲語にあたります。

謙譲の意味は、へりくだりゆずること・謙遜ということで、謙譲語として「いただきますー！」と言っていることは、命をいただくことに対する、敬いの気持ちを表していることとなります。

■命のたすき・食を支える手

命をいただく、さらに掘り下げると、そこには動植物が途絶えることなく、しっかりとつぎの世代に命をつないでいる「命のたすき」があること、そして人を幸せにする「食を支える手(業)」があるからこそ、私たちは笑顔で命をいただけているのです。全ての過程に感謝をし、「いただきますー！」ジャンンやまもじだー！

■感謝のるるるるるる

「ジャンンやまもじ(馳走様)でしたー！」は、食後のあいさつですが、馳走の意味を調べると、立派な料理・おいしい食べ物のことを言います。「ジャンンやまもじだー！」と言うときも、命をいただいたこと、食を支えてくれている人に感謝の意を込めることで、自然と食べ残しも減るのではないのでしょうか。

つぎのページでは「食品ロス」について触れます。この機会に考えてみましょう。

感謝 謝を込めた「いただきますー！」写真を提供していただき、ありがとうございます。



がぶっ！



げくげく

#いただきます～す

食べられる側も気持ちがよいほどの、ガブリつき！



ん～！

#いただきます～す

美味しい！嬉しい！の、コラボレーション～！



もぐもぐ

#いただきますしゅ

甚平にトウモロコシ、日本の夏の涼を感じるでしゅ！



ちゅばちゅば



#いただきますちゅ

ちゅばちゅばから始まる、新しい命の大切ないのちでちゅ！