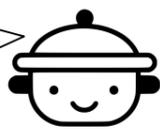




# 食育だより

8・9月  
平成24年度



食事のあいさつをしよう!

感謝を込めて「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをします。



## ～あいさつの意味～

- 「いただきます」・・・私たちは生き物の命をいただき、自分の命を養っています。食べ物を粗末にすることは、他の命を粗末にすることになります。いつも感謝の気持ちを込めて、食事の前に「いただきます」とあいさつをします。
- 「ごちそうさま」・・・「食事を作るために食材を育てたり、集めたり、料理をしたり、駆け回っていただきありがとうございました。」という意味が含まれています。食事の後には、感謝の気持ちを込めて「ごちそうさま」とあいさつをします。

9月26日(水)は「お月見献立」です!

## 9月30日は十五夜(お月見)です。

お月見は旧暦の8月15日に月を鑑賞する行事です。月見の日には、おだんご、すすきなどをお供えして月を眺めます。

「十五夜」はかならずしも満月になるわけではありませんが、2011年は、6年ぶりに十五夜が満月の日になりました。そして、今年も満月になります。晴れて「お月見」ができるといいですね。

ところで、最近が残暑厳しい年が多いので、「お月見献立」作りも一苦労です。

9月の初旬にお月見がやってくると、「暑い中、お団子は食べにくいかな?」でもお月見と言ったら、お団子だな...」などと悩みます。

調べてみると、2年後はなんと9月8日が十五夜です! まだ夏野菜を食べているのではないのでしょうか。



今後の十五夜は

- 2013年⇒9月19日
- 2014年⇒9月8日
- 2015年⇒9月27日
- 2016年⇒9月15日
- 2017年⇒10月4日

です!

10月に入ってから十五夜だと、迷い無くお団子メニューが出せるのでありがたいです。でも、2017年まで10月の十五夜はやってきません。少し残念です。

でも、今年の十五夜は遅いほうですから、白玉入りのすまし汁にしました。作りたてのあつあつが登場する予定です! 旬の食材「さんま」「れんこん」も使用して、秋らしい献立にまとめました。お楽しみに!



## ～ レストランでも「いただきます!」～

- 9月の生活目標は「礼儀正しくあいさつをします」です。レストランでは全校で一緒に食事のあいさつをしています。560人が心を合わせてあいさつできるよう、「いただきます」「ごちそうさま」の意味を伝えていきます。あいさつは人と人をつなぐ大切なものです。弥彦村では小中連携で「あいさつ運動」を進めており、子どもたちの意識も高まっています。
- 弥彦村は稲作・畑作の実り豊かな土地であり、食べ物や生産者の存在が近くに感じられます。感謝する心を育むため、ご家庭でも「食事のあいさつ」について話題にしていきたいと思えます。

