



給食だより

わたしたちは食事からエネルギーや栄養素を補給して、成長したり活動したりしています。食べ物は、自然の恵みをいただいているものです。また、みなさんが食べている給食は、たくさんの方が関わって作られています。食材をとったり育てたりする生産者や食べ物を運ぶ運送業者、献立を考える栄養士、調理をする調理員さんなどの働きによって支えられています。命をいただくことや、関わったたくさんの方々への感謝の気持ちを忘れずに、おいしく食事をいただきましょう。

「いただきます」と「ごちそうさま」

大切なものを
「頂く」「戴く」



「いただきます」の「いただく」は、「食べる」や「もらう」のていねいな言い方です。漢字では「頂く」「戴く」と書きます。昔の人は何か大切なものをもらったときに、感謝の気持ちを表すために、もらったものを頭の上のせるしぐさをよくしました。「いただく」はこのことから生まれた言葉だと考えられています。

「命」をいただく



私たちがいただく食べ物はすべてもとをたどれば生き物です。食べ物となる動物や植物にも大切な命があります。「いただきます」というあいさつには、食事ができることへの感謝の気持ちと同時に、食べ物となったすべての命に「ありがとう、感謝していただきます」という言葉でもあるのです。

人々の働きに
「ごちそうさま」



「ごちそうさま」を漢字で書くと「御馳走様」となります。「馳走」には「かけまわる」という意味があります。「ごちそうさま」というあいさつには汗を流して食べ物を集め、まるでかけまわるようにして食事の用意をしてくださった人たちのご苦労をねぎらい、感謝する気持ちが込められています。

調理員さんのおはなし

横手清陵学院中学校調理室では、毎日およそ280食の給食を、7人の調理員さんで作っています。給食は、たくさんの量の食材を使うため、大きな機械や調理器具を使って作っています。また、みなさんの喜ぶ顔を想像しながら、心を込めて、安全でおいしい給食づくりに取り組んでいます。調理員さんに「給食を作っていて嬉しい時はどんな時ですか」と質問しました。調理員さんは「食べ終わって、返ってきた食缶の中身が空っぽだったときです」と教えてくれました。これからも感謝して、おいしく、残さず、給食を楽しんで食べましょう!



調理の様子の写真