



きゅうしょくだより 11 月

令和 7 年 10 月 28 日
墨田区立錦糸小学校
校長 高山 幸

落ち葉が色鮮やかになり、日に日に秋の深まりを感じるようになりました。肌に触れる風もだんだんと冷たくなり、秋の気配が感じられます。体調の変化に気をつかい、毎日元気に過ごしましょう。

「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、自然の恵み、生き物の命をもらうことへの感謝を表します。

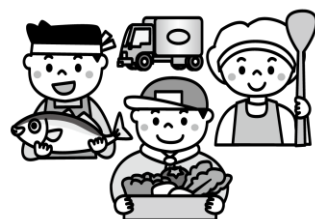


ごちそうさまでした

「ちそう（馳走）」は、食事が出来上がるまでに関わった人びとへの感謝の気持ちが込められています。



食べることは、生き物の命をいただき、命をつないでいくことです。また、食事が出来上がるまでに、料理を作る人をはじめ、農作物や家畜を育てる人、魚をとる人、食材を運ぶ人、販売する人など、たくさんの人が関わっています。感謝の気持ちを忘れずに、心を込めてあいさつし、食事を大切にいただきましょう。



11 月 24 日は「和食の日」

「和食：日本人の伝統的な食文化」はユネスコ無形文化遺産に登録されています。1(い)1(い)24(にほんしょく)という語呂合わせで、11 月 24 日が「和食の日」となっています。日本には春、夏、秋、冬の四季があり、地域によって異なる気候風土とともに、さまざまな食文化が育まれてきました。「和食」とは単に料理のことだけでなく、自然の尊重という精神にもとづく食文化です。近年ライフスタイルの変化により、この食文化が失われつつあります。その価値を見直し、保護、継承していく必要があります。

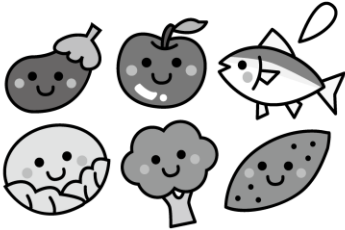
給食を通して地産地消の良さを知ろう！

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みです。学校給食では、地域でとれた「地場産物」を活用することで、地域の産業や食文化への理解を深め、地域への愛着を育むとともに、環境問題や食料自給率といった課題について目を向ける機会にしたいと考えています。

地産地消の良さとは？



新鮮な旬の味覚を
味わうことができる



作っている人の顔がわ
かり、安心感が
得られる



地域内で資金が還元
され、地域経済の活性
化につながる



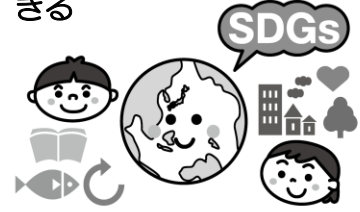
農業が活性化する
ことで農地が保全され、
景観の維持や洪水の
防止につながる



運ぶ距離が短くなり、
エネルギーやCO2排出量
が削減でき、環境に優しい



SDGs（持続可能な開
発目標）の達成に貢献で
きる



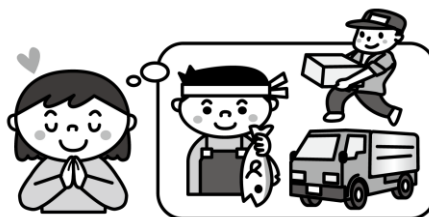
学校給食に地場産物を活用する効果



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・協力関係を構築す
ることができる

