



社会福祉法人誠和会  
ひまわり保育園  
平成30年5月

初めての集団生活や環境の変化等で、まだ緊張と不安がいっぱいという子どももいますが心配はいりません。焦らず園生活の楽しさを伝えて行きたいと思います。

家庭と園とを結ぶ「育ち」の懸け橋としての給食となるよう、保護者の皆様と共に「食育」を進めて行きたいと思っています。



### ★日本の食事のあいさつには2つのすばらしい言葉があります★



・ひとつは「いただきます」

「いただきます」とは「私の命の為に、動植物の命を頂きます」の意味から。

古くから人は自然の恵みを受けて生きてきました。自然の恵みとは言い換えれば数々の動植物の命をもらうこと。これらの行儀は生きとしらけるものすべてに共通の行儀。命のつながりがあって皆生きている(生かされている)のです。「多くの生き物を犠牲にして生きている」こと、偉大な自然への感謝の気持ちを表したものです。



・もうひとつは「ごちそうさま」

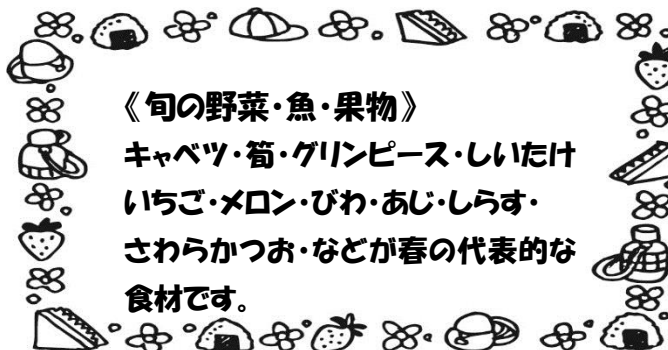
「ごちそうさま」は「馳走になりました」のことで、「馳」「走」ともにはしるの意味です。

昔は客人を迎えるのに走り回って獲物を捕ってきてもてなしましたが、そんな命がけの働きに客人が「ありがとう」と心から感謝の気持ちを表したものです。

この2つは日本独特のあいさつです。食べ物への感謝と大変な思いをして食べ物を用意してくれたことへの感謝の気持ち、食事への敬虔な<sup>けいけん</sup>気持ちを表した言葉であり日本の食文化の素敵な一面だと思えます。豊かで便利な飽食の時代「食べ物を大切に思う心」をほんの少し呼び戻し、本当の「豊かな食」を楽しみませんか？

#### 〈いちご祭り〉

5月8日はいちご祭りを予定しています。きりん・ぼんだ・こあらの子もたちが参加します。たくさんいちごを摘めるといいですね。



#### 《旬の野菜・魚・果物》

キャベツ・筍・グリーンピース・しいたけ  
いちご・メロン・びわ・あじ・しらす・  
さわらかつお・などが春の代表的な  
食材です。