



10月給食だより



平成 29 年 中島保育園

夜、虫の声が秋の訪れを告げています。食欲の秋、実りの秋、スポーツの秋、読書の秋、芸術の秋などいいますが、何をするにも気持ちのよい季節ということでしょう。みなさんのご家庭では、どんな秋を過ごされるでしょうか。

食事の挨拶をしましょう！

普段、食事の前と食事の後に合掌し、「いただきます」と「ごちそうさま」と挨拶します。「いただきます」と「ごちそうさま」の言葉は、日本人が当たり前のように毎日繰り返している挨拶であり、マナーです。2つの言葉の意味を知ることが大切です。

< いただきます と ごちそうさま の意味 >

「いただきます」

食事を始める時の「いただきます」には、2つの意味があります。

1. 食事に携わってくださった方々への感謝です。料理を作ってくくださった方、配膳をしてくださった方、野菜を作ってくくださった方、魚を獲ってくださった方など、その食事に携わってくださった方々への感謝のこころを表しています。
2. 食材への感謝です。肉や魚はもちろんのこと、野菜や果物にも命があると考え、それぞれの食材の命を頂いていることに対して感謝を表しています。

「ごちそうさま」

「ごちそうさま」は漢字で「御馳走様」と書きます。「馳走」は走りまわるという意味があります。「御」は丁寧語で「御馳走」でもてなすという意味が含まれるようになりました。「様」は尊敬を表す言葉です。

昔は客人をもてなすために、いろいろなお店をまわり、食材を用意し、食事をつくってくれた人に対する感謝と尊敬の気持ちを込めて「様」がつき、「御馳走様」となりもした。

「いただきます」「ごちそうさま」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、食事への感謝の気持ちを表すあいさつの言葉であり、日本の食文化の素敵な一面です。

これからも食事の際には、あいさつをしましょう。

*行事食 (十五夜)

日本では旧暦の8月15日の夜(新暦の9月中旬～10月上旬)を「十五夜」と呼びます。秋の収穫に感謝するお祭りと言われています。今年の十五夜は**10月4日**です。

月見団子が丸いのは、満ち欠けをする月が満ちる姿を模しているからで、豊作祈願や収穫祝いに加え、物事の結実、健康や幸福を表します。十五にちなみ、一寸五分(約4.5cm)の大きさの丸くほんの少しつぶした団子を作ると縁起が良いとされています。

保育園では、10月4日のおやつに白玉粉で作った月見団子を提供します。

