

給食だより 11月

令和6年10月29日
文京区立第九中学校
校長 窪 宏孝

日本では、食事の前に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさまでした」の挨拶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。意味を知らずに挨拶をしている人や、挨拶をせずに食事をしている人もいるかもしれません。二つの言葉の意味を学び、より良い食事の時間を過ごしましょう。

二つの言葉に込める感謝の気持ち

いただきます

「いただく（頂く／戴く）」は、頭にのせるという意味があり、身分の高い人から物をもらう際、頭上に捧げて敬意を表した動作にちなむ言葉です。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、食事を用意するために走り回ることを意味しており、この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。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、食材を選び運ぶ人、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、心を込めて挨拶をし、食事を大切にいただきますよう。

また、食事は食に関わる人たちだけではなく、自然の恩恵のうえに成り立っています。食べ切れずに残すと、そのまま捨てられて、食べ物や労力が無駄になってしまいます。自分が食べ切れる量を盛りつけてもらい、残さず食べるようにしましょう。



ブックメニューを行います！

11月の給食では、九中図書館と連携し、読書月間の一環として、ブックメニューを行います。

ブックメニューとは、本の登場人物が食べていた料理や食材などと、給食のメニューや食材を関連付け、食事を通して本に親しむことを目的とした取り組みです。今年も図書館司書の方が本を選んでくれました。この取り組みをきっかけに、生徒の皆さんが、読書と食事の両方に興味をもっていただければ嬉しく思います。

今回コラボする本と給食で出す料理を紹介します。すべて九中図書館にも所蔵しています。この機会に料理に思いをはせながら、読んでみてはいかがでしょうか。

★11月 1日（金） いかフライレモン風味

『めざせ！ムショラン三ツ星

刑務所栄養士、今日も受刑者とクサクないメシ作ります』

黒柳 桂子//著 朝日新聞出版

★11月 7日（木） シェパード・パイ

『ハリー・ポッターと秘密の部屋』（「ハリー・ポッター」シリーズ2）

J.K.ローリング//著 松岡 佑子//訳 静山社

★11月 11日（月） ナポリタン

『純喫茶パオーン』

柳月 美智子//著 角川春樹事務所

★11月 19日（火） 那珂川コーヒーゼリー

『ナカスイ！ 2 海なし県の海洋実習』

村崎 なぎこ//著 祥伝社

