



# 3月給食だより

大宮みちのこ保育園

今年度もあと1カ月で子どもたちは卒園・進級ですね。

1年間の様々な行事や活動を通して心も体も大きくなり、たくさんの思い出をつくったことでしょう。

給食の食べる量も増え、成長した子ども達の姿を見ることができて私たちも嬉しいです。

今月のお別れ会の日のお給食は、らいおん組さんのリクエスト献立です。お楽しみに！！

## ★感謝の気持ちを持って食事をしましょう

- 【自然への感謝】 作物を育む大地、きれいな水、太陽への恵みに感謝
- 【命への感謝】 野菜、肉、魚などの、命への感謝
- 【労働への感謝】 食事が食卓に並ぶまでのたくさんの人の存在への感謝
- 【知恵への感謝】 地域や家庭で受け継がれてきたレシピや知恵、愛情への感謝
- 【周りの人への感謝】 一緒に楽しい食卓を囲んでくれる身近な人への感謝

食べ物があることを「あたり前」と思うことなく、食べ物が食べられることに、命を分けてくれた肉や魚や野菜たち、食にかかわるすべての人に感謝の気持ちが持てるといいですね。

そして食べ物を無駄にしないよう、残さず食べるようにしましょう。

ご家庭でもお子さんと一緒に「感謝の気持ち」についてお話をしてみてくださいね。

「いただきます」



食べ物の命をいただくことへの  
感謝の気持ちを伝えるあいさつです

「ごちそうさまでした」



食べ物をごちそうして下さった  
様々な人の苦勞をねぎらうあいさつです

楽しく食べる



みんなで楽しく食事をする事は  
心の成長にもつながります

残さず食べる



料理を残さず食べる事も  
感謝の気持ちを伝える方法です