

『一人の笑顔のために』

『いただきます』（6月は食育月間です。）



「いただきます」には2つの気持ちが込められているそうです。一つは、食事に携わってくれた人たちへの感謝。もう一つは、食材への感謝です。私たちは、肉や魚、野菜や果物にも命があると考え、それらの命をいただき、私たちの命に代えさせていただいているという感謝の気持ち。こちらが本来の意味だと考えられているようです。

では「ごちそうさま」の意味を考えてみましょう

「ごちそうさま」は漢字で「御馳走様」。「馳走」とは、奔走するという意味で、冷蔵庫もない時代に、お客様のためにおいしい食べ物を用意するために奔走した様子を表しています。大変な思いをして食事の準備をしてくれた人への感謝と敬意を込めて「馳走」に「御」と「様」が付き、

食事を終えた後に「御馳走様」というようになったと言われています。

実は「馳走」という言葉は仏教用語でもあるそうです。「韋駄天(いでてん)」という足の速い神様が、お釈迦様のために駆け回って食材を集めてきたという話に由来するとも言われています。

海外では、食前に神様に感謝をするという習慣はあるようですが、命(いのち)に対して、また、食事に関して関わった人への感謝の気持ちを伝える言葉は見られないと言います。いつでも好きなときに好きな物を簡単に食べることができることは、とても幸せなことです。そんな時代にあって食べ物の向こう側にいる生産者や製造者、ましてや食材にまで、なかなか思いを馳せることは難しいですが、ほんの少し考えてみるだけでも物のありがたさや、感謝の気持ちを持つことができます。

三加和小中学校では、給食当番がランチルームで、「おいしい給食いただきます。」と手を合わせて挨拶をしたあと、給食の準備に取りかかっています。

以前勤めていた学校で忘れられない出来事があります。

一人の生徒が給食のパンを潰して遊んでいたのです。それを見た担任の先生が「食べ物を粗末にしてはいけない」と注意をしました。それに対して、その生徒は「給食費払ってるし」と答えたのです。皆さんはどう思いますか。

本校の図書スペースに「いのちをいただく」という本があります。そのあとがきに書かれていた文章を紹介します。

食べ物が満ちあふれている時代に、食べ物のありがたみをつたえることは難しい。食べ物を粗末にしてはならないと、教えることは難しい。

その食べ物が、既に粗末にされている。日本の1年間の食品廃棄量は2000万トン以上。

一人1日1800kcalで生活している発展途上国での3300万人の年間食料に相当する。

そんな時代に、どのようにして食べ物のありがたみを伝えるか。

「命」でしかないのだと思う。

私たちは食べ物を食べて生きている。生きることは食べること。すべての食べ物は命だ。肉も魚も野菜も米も、すべてが種を残そうとする生命体だ。

人が生きるということは、命を頂くこと。私たちの命は、多くの命に支えられている。それを実感したときに、食べ物のありがたみが分かる。食べ物を粗末にしてはならないと分かる。

