

～おうちでいただきますの日～

毎月19日は「食育の日」、第1日曜日は「ファミリーコミュニケーションの日」

## おいしく！おかわり！いきいき！そだつ！2月号

### 「いただきます」を大切に

「いただきます」という言葉は、感謝の気持ちを表しています。私たちは毎日、他の生き物の命をいただいています。そして、食物を育てる人やそれを運ぶ人、料理をする人など、食卓に並ぶまでに携わるさまざまな人に感謝をしながら食事をしたいものですね。

子どもたちと食事をしながら、「魚はどこから、どんなふうに私たちのお皿の上に来たのかな？」などのやりとりをしてみましょう。

