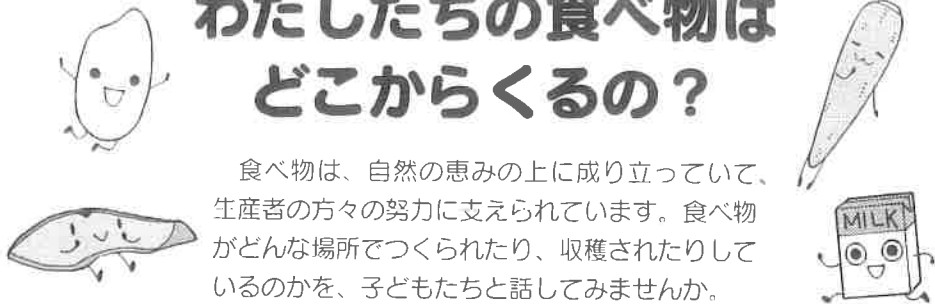




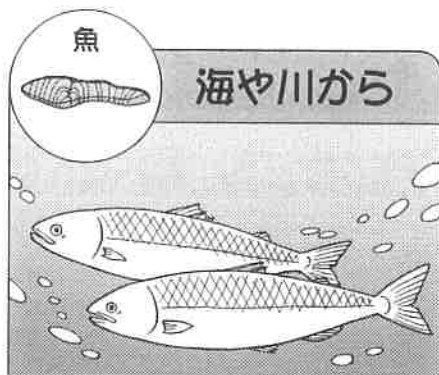
## わたしたちの食べ物は どこからくるの？



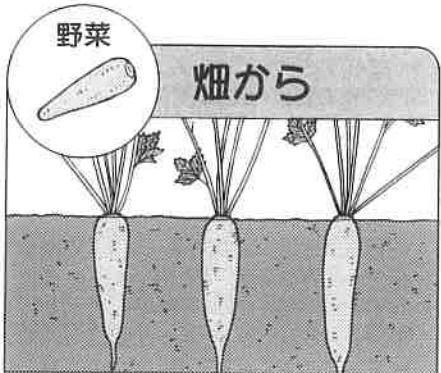
食べ物は、自然の恵みの上に成り立っていて、生産者の方々の努力に支えられています。食べ物がどんな場所でつくられたり、収穫されたりしているのかを、子どもたちと話してみませんか。



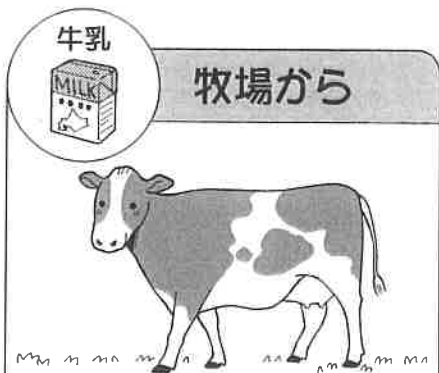
米は、秋になると田んぼ一面に穂が実り、茎や葉まで黄金色になると収穫されます。



魚は、海や川などにすんでいて季節によっていろいろなおいしい魚がとれます。



野菜やいもなどは畑で育っていて、季節ごとにいろいろな食材を収穫できます。



牛乳は、牧場で乳搾りをしてから、殺菌などをしてパックに詰められています。

### 子どもたちに伝えたい

## 食事のあいさつの意味



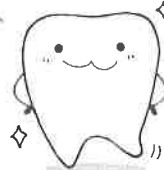
「いただきます」には、生きものの命をいただくという意味があり「ごちそうさま」には食事をつくるために駆け回ってくれた人への感謝の意味があります。子どもに食事のあいさつの意味を伝えましょう。

## いい歯の日

11月8日は、日本歯科医師会が定めた「いい歯の日」です。

いつまでもおいしく楽しく食事をするためには、子どものうちから健康な歯を保つための習慣を身につけたいものです。

食べ物はよくかんで、食後は歯みがきを忘れずに行い、おやつなどは時間を決めて食べるようにしましょう。



## 勤労感謝の日

11月23日は勤労感謝の日です。わたしたちが食事ができるのは、食べ物の生産者、それを運んでくれる人、調理をする人などの多くの人々の働きがあるからです。この機会に子どもと食に関わる人々について話してみましょう。



### 11月24日 和食の日

## 和食を食べる機会が減っている!?

海外では、和食ブームが続いていて、日本食レストランの数が増えるなど、和食文化への関心が高まっています。しかし、日本では、食の多様化や米の消費量の減少などにより和食の存在感が薄れつつあるといわれています。子どものうちから和食を食べる機会を増やして、和食文化を大切にしましょう。

