



いただきます の むこうがわ



ごちそうさまでした!!



新型コロナウイルス感染拡大に伴う外出自粛や輸出の停滞などの影響で、
国産の農林水産物の在庫が増加し、価格の低下が問題となっています。
生産者が心をこめ、手間ひまかけて育てた日本の農林水産物。

育てる人も、獲る人も、料理する人も、届ける人も、

そして、もちろんモリモリ食べたい人も、

みんな集まっておきなひとつのチームになって、

食べてニッポンを元気にするプロジェクトがはじまっています。

それが、#元気いただきますプロジェクト。

本書は、誰にも身近な「いただきます」のあいさつを通じて

食べ物が私たちの食卓に届くまでのストーリーを思い描くことができる人を増やし、

みんなで「おいしいね」と言える明日を応援するために作られました。

#元気いただきます
プロジェクト

あなたのひとくちが、ニッポンを元気にする。

4つの支援プログラムのうち食育等推進事業では、食育の取り組みを行う子ども食堂、学童保育、保育園等を支援しています。

当絵本に掲載されているデータを権利者の許可なく無断複製・転載・改変・販売等を禁じます。

何^{なに}から
食^たべよう
かな^く。



アレっ?
「いただきます」
は?



えー?

いいじゃん!!

もう、おなかがすいて、

しかたがないんだ!!

食^たべるよー。



わ、しいたけがある。
 キライなのに…、
 残しちゃうお…。



メッセージ

「苦手があること」はいけないことではありません。でも、「苦手」は少ないほど生きやすい。素材も味つけも自分の味覚も、毎日、違います。「一口だけ食べてみる」を続けていると「あれ、食べられる」という日が来ます。はじめは少しだけ盛りつけてもらおうといいですね。

あゝあ…食べ物を残すのは
 もったいないね。
 それに地球のためにも
 よくないんだよ。



ゴミ
しゅうじゅう
収集

ゴミ
うめ た
埋立て



ゴミ
しょうきやく
焼却



ゴミを燃やすと、地球を暑くする
 ショートーにさんかたんそ
 CO₂(二酸化炭素)が増えたり
 健康によくないダイオキシンが
 発生しちゃうんだ。

ゴミが多いほど、

山も川も海もよごすことにな

るんだよね。

- A モットイナイ
- B フードファイター
- C フードロス

クイズ 1

まだ食べられるのに捨てられて
 しまう食べ物のことを何という?



「いただきます」って
じつは、とっても
日本らしい
あいさつなんだ。



フランスでは
(いっしょに食べる人に向かって)
どうぞ、めしあがれ
ボナ ペティ
Bon appétit

中国では
さあ食べましょう
カイドンラ
開動了

韓国では
いただきます
チャルモックスムニダ
잘 먹겠습니다

アメリカでは
さあ食べましょう
レッツイート
Let's eat

バングラデシュでは
特に決まっていますが、
神様に感謝する言葉を言います



「いただきます」
というあいさつを
する国は、少ないよ。

日本の「いただきます」のことばには、
命をゆずってくれた生き物と、
食事として自分の食卓まで
届けてくれた人、
その両方に対する感謝の気持ちが
込められているんだ。



メッセージ

「いただきます」という習慣がない国でも、食事は楽しい、うれしい、ありがたい、という
気持ちはみんな同じです。だから、「いただきます」とは言わなくても、食事の時間は
とても大切にしているそうです。

クイズ① こたえ

◎ フードロス
(または「食品ロス」)

日本では捨てられる食品がたくさんあります。日本人1人当たり、
毎日お茶わん1杯のごはんを捨てている計算。どうしたら捨て
なくてすむか、みんなで考えて工夫したいですね。