

食事から考える

# 私たちにできるSDGs



11月23日は何の日か知っていますか？

勤労感謝の日ですよ！

働いている人に感謝の気持ちを持つ日だよ！  
ひかり先生いつも美味しい給食を作ってくれてありがとう！

^^、なんだか照れるわ。どういたしまして！

“ありがとう”の感謝の言葉を伝えるってとてもステキなことですね。

そういえば、“いただきます”や“ごちそうさま”にも感謝の気持ちが含まれているって知っているかな？

そうなの？知らなかった。



野菜を作ってくくださる方への感謝  
肉や魚などの命をいただくことへの感謝  
食材を調理してくくださる調理員の方への感謝

さあ、皆さんに感謝を込めて伝えましょう。

# ありがとう！

## 広がれRの心

前は3Rについて勉強したけど、今日はそのRの心について深めていきましょう。

～4Rリフューズとは～

ゴミになるものの使用を拒否するということ。



4R  
リフューズ

リスペクトとは物や人に対する「敬意」のことで、日本人が昔から行ってきた「供養」などの習慣に見られる気持ちです。

すべてのRの中にある心  
(リスペクト)  
R

5R レンタル(借りる) 世界では森林がどんどん失われているのでSDGs目標15の「陸の豊かさを守ろう」にも貢献できます。

6R リペア(修理する)

僕もお彼岸にはお墓参りするよ。



9R リターン(返す)

8R リメイク(作りなおす)

7R リシク(無駄なものを買わないように考えなおす)



# MOTTAINAI

## もったいない

辞書で引くと「まだ役に立つのに無駄にされて惜しい」とあります。



“もったいない”は日本語ですが、世界共通語として広がっています。環境分野で初のノーベル平和賞を受賞したワンガリ・マータイ博士が世界に広めてくれたことによります。“もったいない”は3Rの意味だけでなく、物への感謝が込められていることを知り深く感動。国際会議などで紹介してくれました。

私の憧れの女性です。

※参考文献  
食卓からSDGsを考えよう！  
著：稲葉 茂勝 発行所：岩崎書店

予告：次回はもったいない!の精神で野菜の使い切りに挑戦します。