

# ま

## 「まごころに感謝して」食べる

### ① 食への感謝の気持ち、食べ物を大切にする心を育む

目指す姿

- 食への感謝の気持ちを「いただきます」、「ごちそうさま」などのあいさつで表現しています。
- 食べ物や資源を大切にし、環境に配慮した食生活を実践しています。

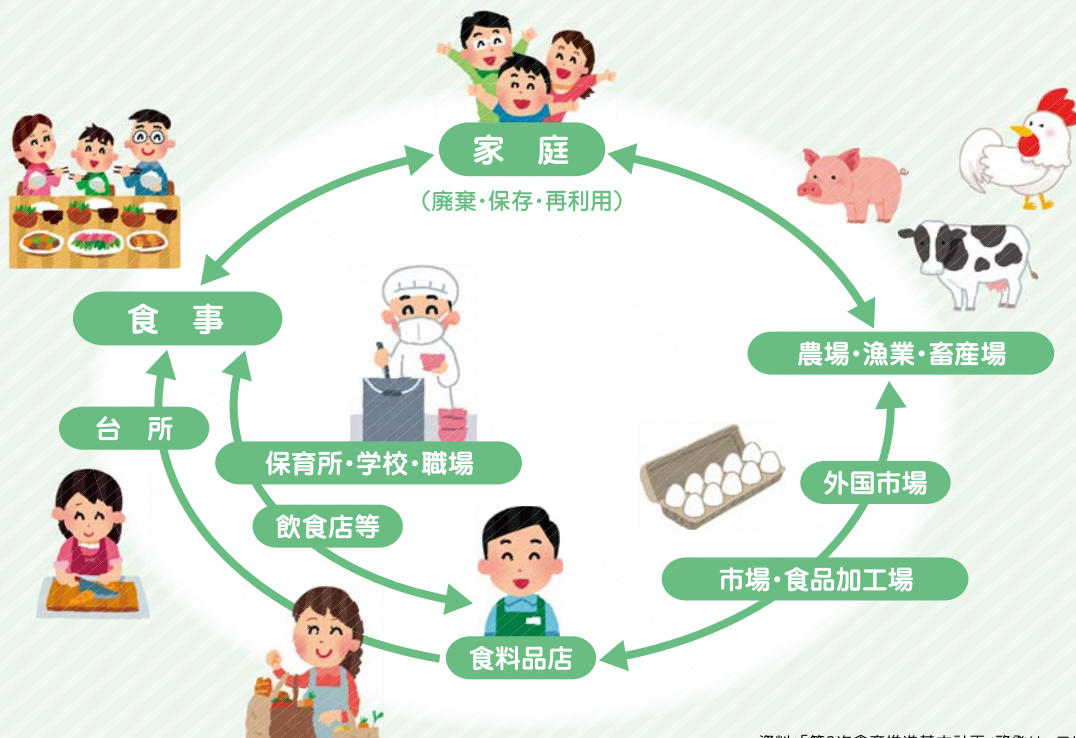


### ② 「まごころに感謝して」食べるための実践のポイント

- 食べ物の生産から消費までの過程を理解する
- 食べ物や環境を大切に思う気持ちの醸成
- 食に関わるすべての人への感謝
- 「いただきます」「ごちそうさま」などの食事のあいさつ
- 「もったいない」の意識
- 食品ロスの削減
- 調理時に食品・エネルギー・水を大切に使う
- 食品容器をリサイクルする



### 生産から食卓まで(食べ物の循環)



資料:「第3次食育推進基本計画」啓発リーフレット