

たしげまむしそち(い)

励はげみましまし  
じよし

おの業わざに

てしんしん(い)

力ちから身に満みちる

心こころ豊ゆたかかに

今いま尊そんい食しょくを終おわつて

◎食しょく後ごのこトば

◎食しょく前ぜんのこトば

いちりゆういつてき  
一粒一滴みなご恩おん

不足ふそくを言いっては

もつたいない

感謝かんしゃでおいしく

いただきましよう

いただきます



# 食事のことば

食事の時に手を合わせて「いただきます」「ごちそうさまでした」と言っていますか？

手を合わせて「いただきます」「ごちそうさまでした」と言うのは感謝の表現です。食事を作ってくれた人に感謝することはもちろんですが、決してそれだけではありません。

お米、お野菜、お肉、お魚…食材が台所に届くまでどれほどの道のりを経てきたのか、どれほどの人たちのご苦労があったのか、自分ひとりの力ではなく、たくさんの人のおかげで食事をいただくことができます。何よりも私たちがいただいている食事は、多くの動物や植物の限りない『いのち』の犠牲の上に成り立っているということを忘れてはいけません。

いま目の前にあるものは、単にお金を払ったから出てきた『もの』ではなく、その全てが私たちを生かしてくださる『いのち』そのものです。

限りない『いのち』、限りない『ご縁』のおかげで、はじめて食事をいただくことができるのです。

「食事のことば」にはそのような想いが込められています。目の前の一粒一滴の尊いご縁に感謝して、心豊かに食事をいただきましょう。

## ～キャラクター紹介～

真宗興正派教化リーフレットには、オリジナルキャラクターとして、「ぼーたん」と「つぼみん」が登場します。ぼーたんは真宗興正派の牡丹紋、つぼみんは、牡丹の蕾から生まれました。



### ぼーたん

優しくて面倒見が良く、しっかり者。でもちょっとせっかちな面もある。仏教の事に詳しくて、いろいろ教えてくれるよ。



### つぼみん

好奇心が旺盛で人懐っこいけど、おっちょこちょい。寝るのが好きで、寒がり。いつもぼーたんさんに心配されているよ。



公式ホームページ