

いただきます

いただきます

感謝かんしゃでおおでですす

いただきます

不足ふそくをを三さんつつはは

一粒いちりゅう一滴いちてつみなみな因いん



◎食しょく前ぜんののここののばば

真宗興正派
教化リーフレット

◎食しょく後ごののここととばば

今いま尊とうといい食しょくをを終おわわつつて

心こころ豊ゆたかかに

力ちから身みにに満みちちる

ここのの心しん身しんををももつつて

おおののがが業わざに

励はげままししよよう

ごごちちそそううささままででしした



真宗興正派
教化リーフレット

食事のことば

しよくし と き て あ い
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」と言うのは感謝かんしゃ
表現ひょうげんです。食事を作ってくれた人ひとに感謝けっ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。

こめ やさい にく さかな しよくさい たいどころ とど みち
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くろうがあったのか、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
りわたしわたしたちがいただいている食事は、多くのおお どうぶつ しよくぶつ かぎ
の動物や植物の限りない『いのち』
ぎせい うえ な た わす
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。

め まえ たん かね はら で
いま目の前まへにあるものは、単ただにお金を払ったから出てきた『もの』では
なく、その全てすべ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『ご縁ごえん』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」にはそのような想おもいが込められています。目の前の一粒いちりゅう
いってき とうと こころゆた
一滴の尊とうといご縁ごえんに感謝して、心豊こころゆた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。
でもちょっとせつかな面もある。
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。
いつもぼーたんに心配されているよ。



公式ホームページ