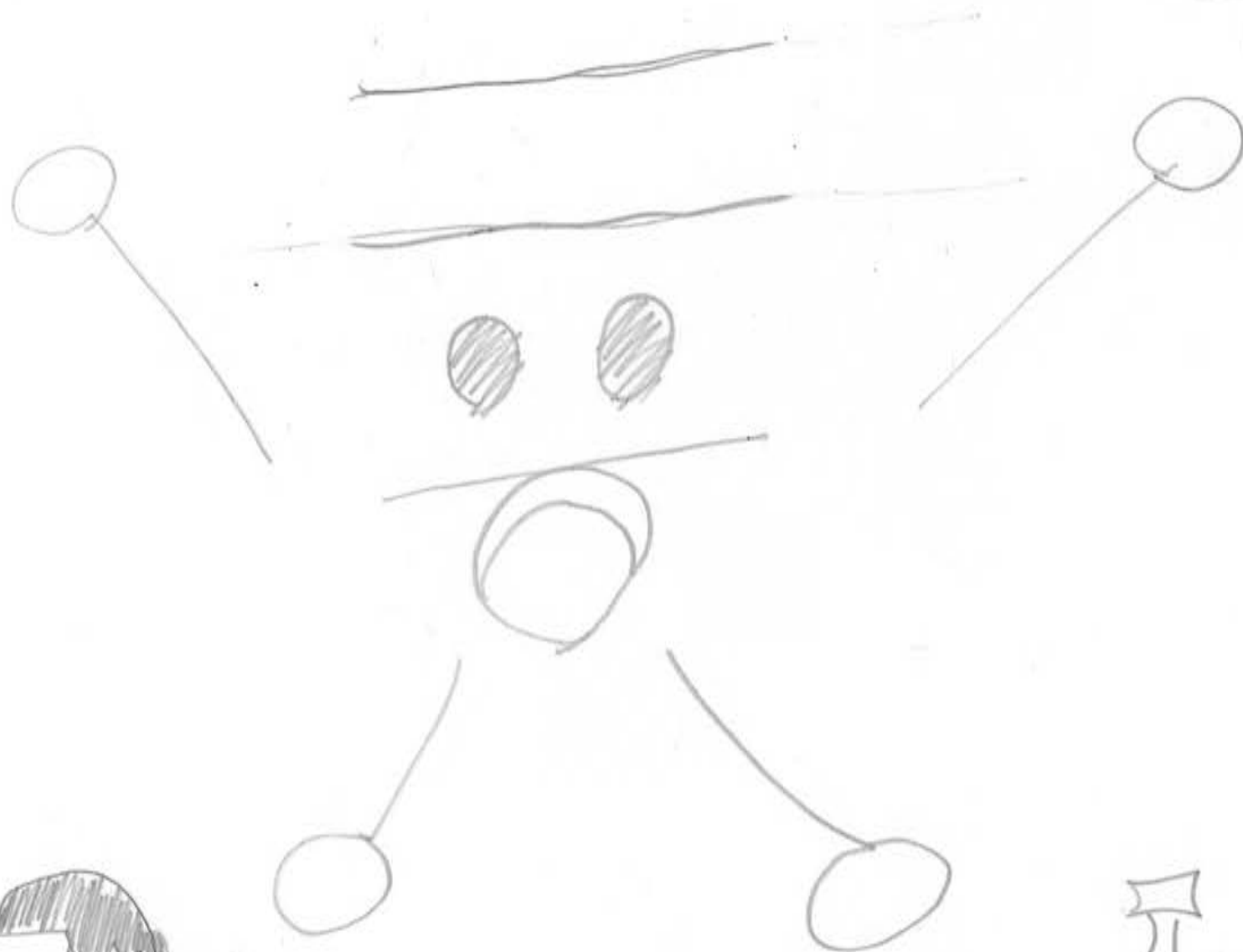


あ、見つけた!!

わたしたちの

「いただきます」



いただきますとは？



料理の材料になつてくれた
生き物(命)すべてに感謝
(やがていのちにかわる物)
料理になるまでかかった。
人たちすべてに感謝

いのちをかけたえどへのたいひ

あなたはしていますか？

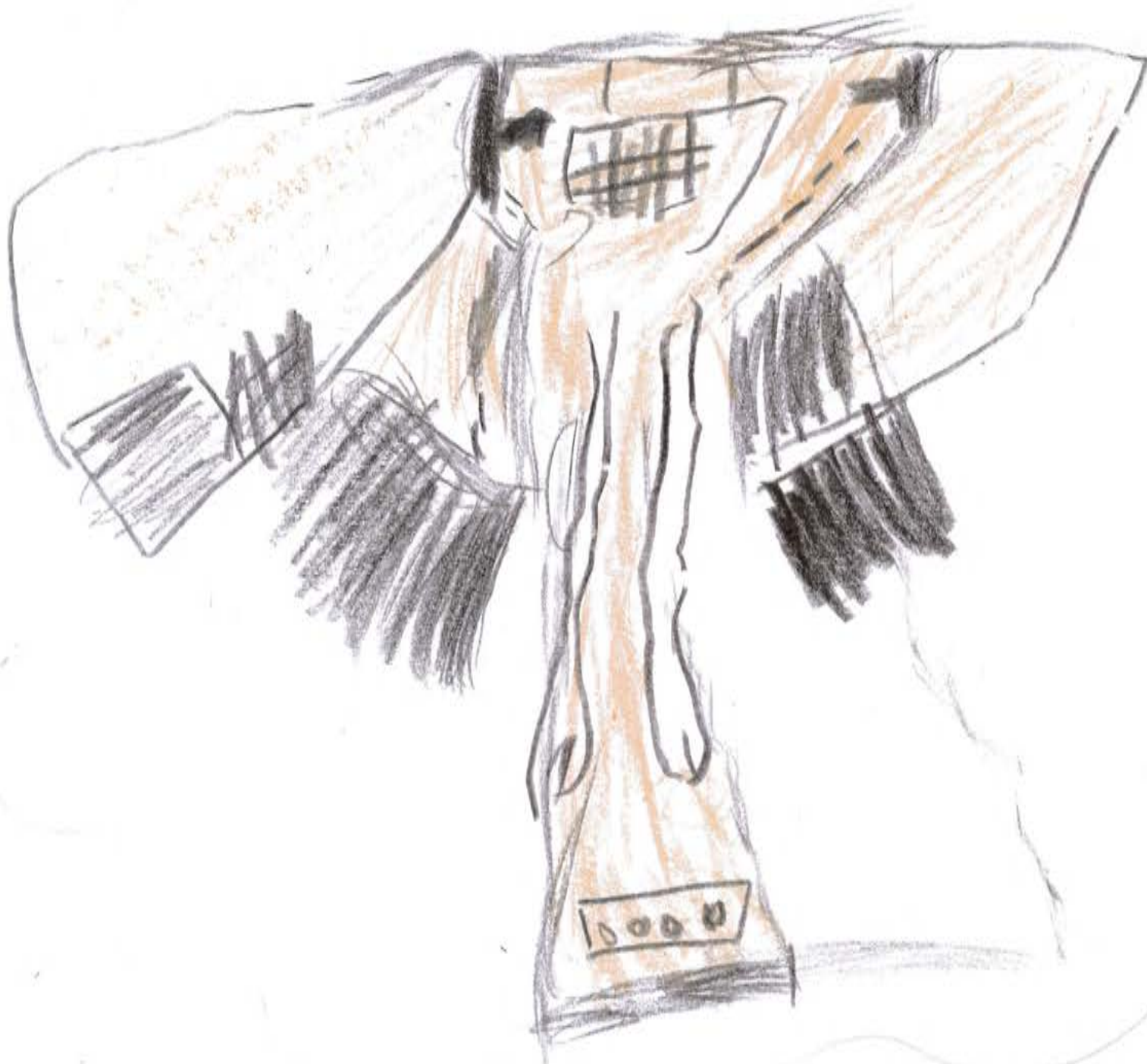
おすをいのちをかけてぶねでえどまでほんだ言舌しを

おすをはん田でつくってベザイセンで5から6人でえどまでしえみち
ちうせんを

しえだいのながのまたざえもんはいのちをかけてあらし雨おみとたいひ
えどまでおすをはこびました。そして長いたんが1から2週
間たてとうとうえどにつきました。えどのすしやにつきました。

そしてそのほんだおすは おすしのチャリとしてつか
われました。またざえもん、がすを日本じゅうにひろめたの
です。

ベザイセンのえどです。



お酒作のすごいところベスト3

ベスト1
☆ 1 ☆
お酒作を入ればなんでもながもちする。

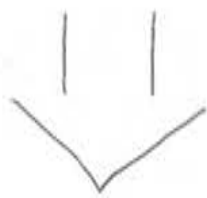
☆☆



ベスト2
☆ 2 ☆
お酒作が入れてある米斗玉里を食べるとしょくよくがます。

ベスト3
☆ 3 ☆
11 おしよくをささえてる。

☆☆



こんなにはばらしいお酒作も
日本にひろめてくださり

中壘又左衛門さん

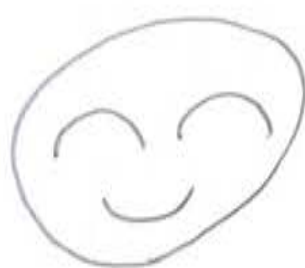
ありが^っとう

ござ^っい^っます

おおおわれな

いただきます。

ピーマンの
あげびたし



思ったことはなんか
ピーマンをきったところが
びびったけど楽しかった。

いっしょに作って
くれたお母さんへ
いつも私たちのために
お料理作ってくれてありがとう。
あじない、ほうちやうとか使ったリ
ゆびとかきったりしてでも私
たちのために作ってくれてあり
がとう。私もお母さんみたいに
じょうず^に作ってみたいで
す。でもお母さん、ゆびとか
きかないでくださいね。
私もお母さんみたいに
ど^ろろ^ろとしてお母さん
ほめられるぐ^うぐ^うに作
作りた^いです。いつもありがとう。
いただきます。

れなより

はまれんたろうのいまだきます。

あじごしまん

ざいりょう

- シュウケン
- にんじん
- ごしぼう ☆
- あじが
- ちくわ
- しゅうゆ 360ml
- さとう
- 水はる合分(へらさず)

しょうしょう小まじこ

- みりん
- あまけ



(つくりかた)

1. ぐをいためる

2. ☆をくわえてにる (色がないうほうです)



3. 2をすいはんきにいれてそのままく

おかけあさんがどう思っているか。

みんながよろこんでくれると
いいなと思いつけている。

いっしょにズ、てくれ たおかあさんへ
でんとうりょうりをおしえてくれてありがとう
ごう。 でんとうりょうりはおいしい
よ。 ぼくのでんとうりょうりはおじごは
んです。 おかあさんのあじごはん
はすごくおいしかったよ。 しぼくがおとくに
なってもぼくのでんとうりょうりとして
だいじにします。 おかあさん
ぼくのためにしか、てくれてありがとう
おかあさん これからもがんば
ばってね。
あかあさんのごしんをゆこさないようにたべよう。
いただきます
はられんたろうより



おがぼたかんしのいたたままも

ポテトサラダ

作りかた

①ゆでたまごをゆでる

② ~~ゆつとゆして~~ 2から10分ゆでる。

③ ジャガイモのかい物をむいておろす。

④ ジャガイモがやわらかくなるまでゆでる。

⑤ ~~ゆでた~~ ジャガイモがやわらかくなると、ゆかりをまいて、マヨネーズをまいて、おろす。

⑥ たまごのかわをむいて、うすくスライスし水にさらしておく。



すててもういじ火にかけてふきいもにする。ゆかりもはながをゆきて、ジャガイモたごながついでいようにする。水分をなくすためにする。

⑤ ジャガイモを火からおろしてあらくゆがしすしすきまがてさましてま。

⑥ 人じんのかわをむき、ゆかりにしさとゆでる。

⑦ たまごのかわをむいてうすくスライスし水にさらしておく。

いつもおかしな料理をつくらせてくれたおかあさんへ
いつもおかしな料理をつくらせてくれてありがとうございませう
あの料理をたべるといつもしあわせです
ポテトサラダはしょくじにとって大切なお料理です
ポテトサラダがごしあんに出る日は、いつもたのしみにして
います。おかしな料理を食べているときにかんじました。
イグメのきつくてくれるたびにたいせつさがだんだん
あがっています。
これからはおかしな料理をかんじさせてください。
いつもおかしな料理をつくらせてくれるおかしな料理は、おいしいよ。
いつもありがとう。
おかあさんがソング!
しょくじものこさがたげるよ!

いただきます!
糸者方環斗より

益田 みゆのいただきます

レッドオニオンの甘酢づけ

- ① 玉ねぎのかわをむく
- ② // をスライスする。
- ③ // 水に入れてよくもむ
- ④ キッチンペーパーで水分をとる
- ⑤ 玉ねぎのおもさをはかる
- ⑥ かんたん酢 100グラムにたいして
大さじ2入れる。かんたん酢が
なければほかの酢でもよい。はちみつ
やさとうも小さじ1弱入れる
- ⑦ れいぞうこに入れてひやす。かつおぶしや、ごまかけても
よい。ひえたらかんせい

ざいりょう (2人分)

- ・レッドオニオン 2こ
- ・かんたん酢 (ほかの酢)
- ・かつおぶし (このみで)
- ・ごま (このみで)



食べたかんそう

さん味があたけど
かつおぶしをかけたら
おいしかった

作, たかんそう

かんたんなので作り方を
おぼえて自分で作りたい
です。

おはあちゃんへ

いっしょに作ってくれてありがとう!!

わたしは、玉ねぎを切ったりすると目がすごく

いたくなります。わたしもはあばみたいに、

れんしょうして、目のいたみがなくなるように

がんばります。はあばはなんでもすばやいね。

わたしも、自分の子どもができたなら子どもにおし

えたいです。さいしょうてきにわたしはいろ

いろな料理をおぼえたいです。

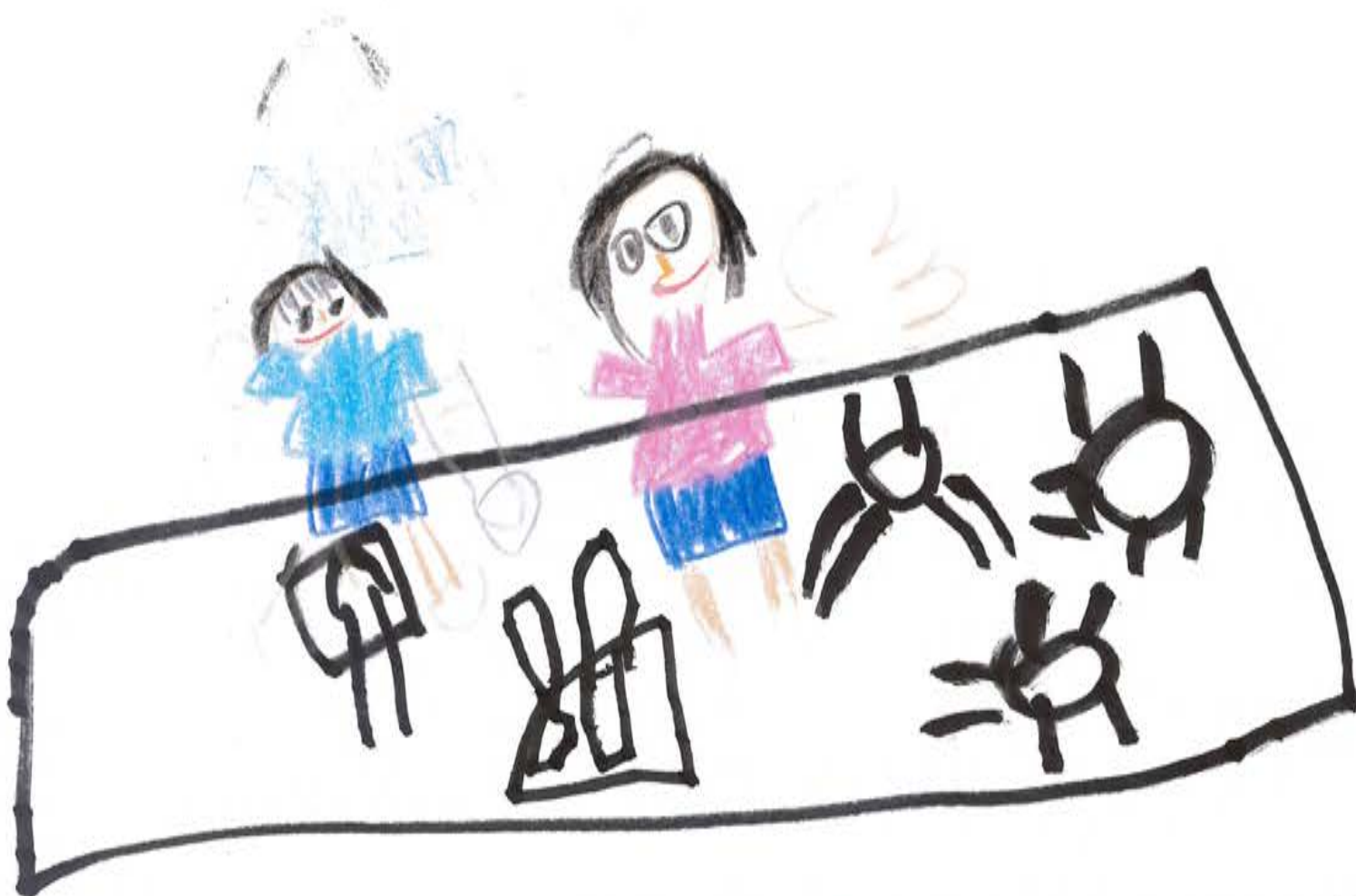
いつもありがとう。

いただきます

みゆより

いっしょに7人でしめたおかげで

おおのゆうたろう
いっただきます



と う ろ	い つ も あ い が	お か あ さ ん	い い と あ い し か た	む づ か し か た	を し ま し た	と り よ あ り	お か あ さ ん	こ の ま え	あ い は い
-------------	----------------------------	-----------------------	--------------------------------------	----------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------	------------------

かね子ちさき

「いただきます」

の



ゆき (ゆき) いたぬ



お、もったいもしほ、なんかい
さけをなべにいれるところが
こわかったけど、たのしかった。

おかあさんへ。

いつもおいしいごはんをつくってくれてありがとう。
う。

ほうれんそうがきれいだけれどかばんはぼろぼろだね。びいまんもおなじだよ。

ちーちゃんのきれいなたべものをなくすね。
つらいねかばんはぼろぼろでちーちゃんしびのたぐいには
ごはんを炊いてくれてありがとう。おかあさんのかばん
かばんがだいすきだよ。ちーちゃんかばんがくせいにになったら

おいしいごはんをつくってあげるね。
きょうちーちゃんおかあさんのおてっただいすきだね。

ちーちゃんかばんが「おとなになってもおりのうりかばんはま
ね。

ちーちゃんの好きなものをたまりにつくらせてくれてありがとう。
ぼろぼろとおかあさんごはんありがとう。

「ただいまささきよ」♡

山田 美弥子の

「いただきます」



にんじんの
すのもの
鳥肉、やさい
みかん & リンゴ
リンゴす ジュース



^{おも}田 思ったことは、なんか、
ニンジンきったところか、
こわかったけど、^{たの}楽しかった。

たべものをつくらせてくれた みなさんへ

つくってくれたため 人間がすすすすそたいつのか
とても見てみたいで。

食べ物を つくらせてくれたかわり、自分、ほかの人も
元気になります。 「ありがとうございます。」

スーパーに売ってくれること。

きれいな食べ物もあるけど がんはって食べたり
なくすようにします。

食べ物について したことがあります。 ↓

「いただきます」を 1分間目をつぶるのか
はじめてしりました。 これですーパーやお店のほうりごとをみわす。

家族やしている人へ

きれいな食べ物も、いしょうけんめいになれるようがん
はって来てありがとうございます。大好たよ。食べ物を、

くれてありがとうございます。とてもうれしいです。

今のきせつじゃないけどちがうきせつの食べ物をく
れてありがとうございます。

そゆう方こそ いろいろお手つたいいします。

「いただきます。」 美弥子より

みなさん知っていますか？



日本は食糧(食料)を
毎年5500万トン輸
家庭ごとに与えられる
食品は
1000万トン

これっておかしくないですか？
私たちは考えました。

方法は見つからない

日本人全員が

食べもの(生きもの)に感謝して

本当の**いただきます**をすること！



やがて

いのち

かわる

いた

ます





はらっしん

ま ちがん
はらっしん ちがん
はらっしん ちがん

