



つづく つながる 夢を育てる学び舎
国立二小だより

令和8年(2026年)9月30日

国立市立国立第二小学校

校長 内田 辰彦



ありがとうございます…いただきます!

主幹教諭 中田 真理

校庭の芝生に今年もとんぼが遊びにくると、二小に秋の訪れを感じます。長かった夏休みを終え、子どもたちはこの1か月、順調な2学期を過ごしています。特に今は、運動会に向けてどの学年も目標を定め、児童の協調性や身体的能力と基礎体力の向上のため一丸となって歩んでいるところです。

2回目の巻頭言、今日は家庭科の専科を体験したからこそその気づきについてお話します。縁あって、3年前から担任ではなく家庭科を専門とした教科教育を、主に5・6年生に行っています。担任時代は、家庭科授業は講師の先生や非常勤教員の先生が授業をしてくださっていたので教科指導はしていませんでした。ですから、大学で家庭科教育法を学んで以来の家庭科指導。これがもう、本当に大変で…、そして面白いのです!夏や冬の住まいの過ごし方の違い、衣服の選び方、物やお金との付き合い方等は、指導することで改めて現代社会に即した理解を深めることができ、子どもたちと一緒に次々に新しい扉を開けていくようでした。そして、ミシンと格闘したり、誤って針で指を刺したり、調理室で美味しい匂いに包まれたりしているうちに、私の中で「食」への関心が大爆発しています。

食といえば、ある一つの言葉の凄さに、改めて気づかされました。それが、「いただきます」です。

私たちは毎日、何気なくこの言葉を口にしています。でもこれ、実はとんでもなく深い、世界に誇れる名言なのです。私たちが食べる肉や魚、野菜や果物には、すべて大切な「命」がありました。「いただきます」は、「あなたの命を私の命にさせていただきます。ありがとう。」という、命への最大のリスペクト(尊敬)の言葉なのです。さらに、食材を育ててくれた人、運んでくれた人、料理を作ってくれた人。目の前の食卓に届くまでに、数え切れないほどの人の手関わっています。

家庭科を教えながら、私はハッとしました。調理実習でも、子どもたちは調理した後、試食の前に感謝の心で「いただきます」と自然に口にしています。私たちが毎日食べているものは、ただのお腹を満たす燃料じゃない。たくさんの「命」と、たくさんの人の「優しさ」「愛」そのものなのです。

世界には、様々な事情で食べられるものが違う人、宗教や文化、アレルギーなど、多様な食のスタイルがあります。でも、「命をいただいて、自分が生きている」という尊さは、地球上の誰もが同じです。自分が食べたもので自分の体が創られ、誰かが食べたものでその人の体が創られている。そう考えると、自分の体も、隣にいる人の体も、みんな誰かの愛と命で創られた、世界に一つだけのかげがえのない奇跡の存在なのだと思います。だからこそ、自分も、周りの人も、同じように全力で大切にしていきたいです。

世界中のすべての命と、みなさんを支えるすべての愛に「ありがとう」を込めて。今日も心を込めて、手を合わせましょう。「いただきます!」もちろん、「ごちそうさま」も大切に。