

特 集

せたなの恵み いただきます

～本当の豊かな食とは～

日本の食文化には、2つの素晴らしい言葉があります。

●「いただきます」

「いただきます」とは、偉大な自然の恵みへの感謝の気持ちを表したものです。魚、肉、野菜、どれもがもともとは生きていたもの。私たちは命をいただきますと感謝しています。

●「ごちそうさま」

「ご馳走様」の「馳走」は、「はしりまわる」の意味。お客さんのために走り回ってもてなすことから、御馳走様（ごちそうさま）になったものです。

この2つの言葉は、日本独特のあいさつで、英語にはこれにあたる言葉がありません。

豊かで便利な飽食の現代、「自然の恵みへの感謝の心」を思い出し、本当の「豊かな食」を楽しみませんか？



皆さんの1日の食事の中に、
せたなの食材はどれだけ含まれて
いるでしょうか？

この40年余りの間に大量生産、
大量消費、流通革命、輸入農産物
自由化の流れによって、安価な
食品が世界中から手に入る時代
となり、それによって食生活も
一見豊かになったように見えま
す。さまざまな産地の食材が食
べられるようになった反面、食
べる機会が少なくなった地元
の食材。

このような背景から全国的に
「地産地消運動」が展開されてい
ます。

「地元でとれたものを地元で消
費する」「生産者と消費者の顔の
見える関係づくり」昔当たり前
だったことが見直されています。

地産地消とは、 地域で生産されたものを その地域で消費すること

●安全性の確保

BSE、食品偽装表示、輸入
農産物残留農薬などの問題から
これまで以上に「安全・安心」
な食が求められています。

●食生活の見直し

栄養価の優れた米・野菜・魚
を中心とした日本食が見直され
ています。

●食文化の継承

伝統的な郷土料理などの食文
化を受け継ぐことによって地域
への愛着も深まります。

●一次産業の発展

輸入農水産物の増加、後継者
不足など、生産基盤が弱くなっ
ています。

●自然環境の保全

遠隔地から食料を運ぶ際に
は、燃料や流通コスト、更に梱
包代などがかかります。

