

給食だより

(毎月19日は食育の日)



2020年
11月号

明石市立花園小学校

ここ数日は季節外れの暖かさが続いています。日が暮れるのが早まり、赤や黄色に色づいた木々を見ると秋の深まりを感じます。11月は「勤労感謝の日」や「和食の日」があります。毎日おいしい食事が食べられることに感謝できる人になりたいですね。

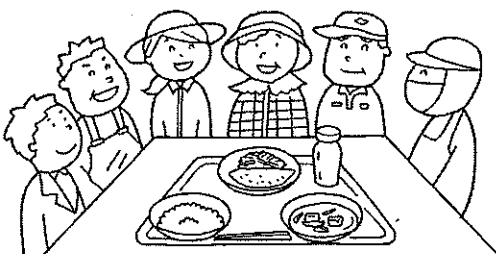
11月の目標：給食に使われている食べ物を知ろう

学校給食は多くの人がかかわっています

給食は、栄養の先生が献立を考えて、調理員さんが給食をつくっています。また、使われている食材は農家さんや漁師さん、畜産農家さんなどの生産者の人たちが育てたりとったりしたものを運送業者さんが運びます。このように、多くの人のおかげで、給食はみなさんのもとに届けられているのです。

さらにみなさんの健康を願い、いつも気を配っている保護者の方、そして担任の先生のことも忘れてはいけません。

感謝の気持ちを込めて味わって食べましょう。



食事のあいさつってどんな意味があるの？



かかわった人や命への感謝が込められているよ

いただきます

食べ物はもともと生きた動物や植物の命です。その命をいただくことへの感謝が込められています。

ごちそうさま

漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回って来てありがたいという意味です。

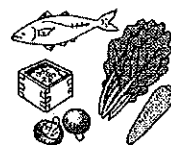
11月24日は
和食の日

2013年にユネスコの無形文化遺産に登録された「和食：日本人の伝統的な食文化」は、いわゆる「日本料理」や「フランス料理」というような、料理のジャンルだけでなく、「自然を尊ぶ」という日本人の精神に基づいた食に関わる文化が、世界に広く認められたということです。和食の特徴は下の4つです。みんなで受け継いでいくことが大切です。

多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重

日本は、海・山・里と豊かな自然が広がっている
のでたくさんの種類の食材があります。

また、素材を活かす料理方法や料理をするための道具が発達しています。



健康的な食生活を支える栄養バランス

ごはんや汁物、いくつかのおかずを組み合わせる日本の食事スタイルは、栄養バランスがとりやすいと言われています。

「だし」や発酵食品を上手に使っているのが特徴です。



自然の美しさや季節の移ろいの表現

日本では、食事の場で自然の美しさや四季の移ろいを表現します。季節の花や葉で料理を

飾りつけしたり、季節にあった食器を利用したりします。



正月などの年中行事との密接な関わり

自然のめぐみである「食べ物」を分け合い、食事の時間をともに過ごすことで、家族や地域の絆を強めてきました。



兵庫県産の食べ物が登場します！

国の緊急経済対策の一環で、兵庫県では新型コロナウイルス感染症の影響を受けた農家さんや漁師さんなどの生産者の人たちを応援すること、そして県内の小・中学生にそのおいしさや魅力を伝えることを目的に、県産の和牛肉・鶏肉・水産物・米粉を給食に使用する食材として各市に無償で提供する事業が行われています。明石市ではこれらの事業を積極的に受け、給食を提供していきます。

普段の給食では、なかなか食べられない神戸ビーフや丹波地鶏、子どもたちにも人気のあるたこやのりなどが登場します。これを機に地元のおいしい食材を子どもたちにより一層伝えていきたいと思っています。

「はりまをあげよう」の人気No.1は「たこのからあげ」、No.2は「やさいのゆずふうみ」でした。4年生のみなさん、投票ありがとうございました！

