

食育だより



瑞穂野南小学校
令和6年11月号



11月23日は勤労感謝の日です。わたしたちが食べている食べ物は、いろいろな人によってつくり、届けられています。さまざまな人の労力があるおかげで、わたしたちは食事をすることができています。

学校給食にかかわっている人たち



学校給食には、多くの人がかかわっています。献立を考える栄養士、その献立をもとに調理する調理員、食べ物を育てたり取ったりする生産者、食べ物を運ぶ運送業者、他にもいろいろな人が学校給食を支えています。おいしい食事が食べられることに感謝しましょう。

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くれてありがとうという意味です。

- ご家庭でも「いただきます」「ごちそうさま」を言う習慣をつけましょう。
- 命を無駄にしないよう感謝を込めて残さず食べましょう。

和食の日

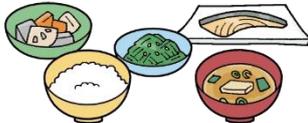
11月24日は「和食の日」です。日本には、多様で豊かな食文化があります。この日は、和食や日本人の伝統的な食文化について考えてみましょう。そして、家族で話題にしてみませんか？



世界に誇れる和食

和食は2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。

和食の特徴

<p>① 多様で新鮮な食材と素材の味わいを活用</p> 	<p>② 栄養バランスがよく、健康的な食生活</p> 	<p>③ 自然の美しさや季節のうつろいを表現</p> 	<p>④ 年中行事との密接な関わり</p> 
---	--	---	---

10月の給食から

18日 こまつな給食

麦入りご飯 牛乳 白身魚
のチーズフライ おひたし
豚肉とじゃがいもの煮つけ

30日 おにぎりの日

牛乳 鶏肉のからあげ
ナムル なめこ汁

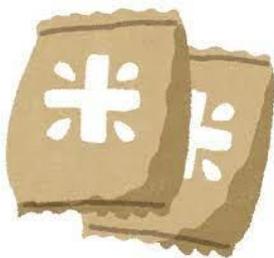
9月・10月に旬を迎えた地元産小松菜を給食に取り入れ、「おひたし」として提供しました。



家庭から持参したおにぎりについて、友達と話しながらおいしくいただきました。



渡邊秀雄様からお米2俵(120kg)寄付して頂きました。



先日、地元米農家の渡邊さんから、子ども達に美味しいお米を食べてほしいと120kgものたくさんのお米を寄付していただきました。
11月8日から給食でおいしくいただいています。給食時、子ども達に「感謝して残さず食べましょう」と伝えました。
食材の価格が上がり続けている中、大変ありがたいです。

10月の放射性物質検査結果

10月30日に使用した「精白米」ですが、検査結果、ヨウ素・セシウムともに不検出でした。毎月の実施している検査の結果は、翌月の「食育だより」でお知らせします。