



令和4年 10月28日
江戸川区立平井西小学校
校長 藤澤 優子
栄養士 兼岡 沙弥香

給食だより 11月号

朝夕の冷え込みがきびしくなってきました。これから本格的に寒くなりますので、しっかり食べて体力をつけ、風邪をひかないようにじょうぶな体をつくりましょう。さて、11月23日は勤労感謝の日です。この日はもともと「新嘗祭」という、農作物の収穫に感謝するお祭りが行われた日でした。今年も、農作物が収穫されたことに感謝し、食べ物を大切にいただきます。

“食事のあいさつ”に込められた思い

「いただきます」と「ごちそうさま」の食事のあいさつには、それぞれどんな意味があるかご存じですか？
食事の前の「いただきます」は、食材となった自然の恵み、生き物の命をいただくことへの感謝を表す言葉です。食べ終わった後の「ごちそうさま」には、この食事を作るために関わった人々への感謝の気持ちが含まれています。単なるあいさつとしてではなく、意味を考え、心を込めて言えるといいですね。



食事に限らず、私たちの生活は多くの人の働きがあって成り立っていることを忘れず、感謝の気持ちをもって過ごしましょう。

今月の給食目標は、

「感謝の気持ちをもって食べよう」です。



自然の恵みや、生産者、調理をする人々への感謝の心を込めて挨拶を行いましょう。給食室では、毎日美味しく、温かく、安全な給食を食べてもらうために、食材の安全性や切り方・料理の出来栄などに気を付けながら給食を作っています。調理員さんに会う機会は少ないですが、給食を残さず食べたり、きれいに片付けたりするなど、行動でも感謝を伝えられるといいですね。



11月の給食について



☆全校一斉小松菜給食の日（11月24日）

給食やご家庭でもおなじみの野菜のひとつ「小松菜」は、江戸川区の特産物です。本校の給食では、江戸川区本一色にある小松菜農家の越塚さんが育てた小松菜を使っています。地域の特産品である「小松菜」をより知ってもらうとともに、子供たちに農業について理解を深めてもらおうと、江戸川区の区立小中学校では、年に1回、区内で生産された小松菜を給食の食材として使用する「全校一斉小松菜給食」が実施されます。この日は、小松菜が主役の献立が登場します。



越塚さんの畑

毎朝、前日に収穫した新鮮な小松菜が届きます！



☆みんなの給食～SDGsを考える～（11月25日）

江戸川区では、誰もが安心して自分らしく暮らせる共生社会の実現のため、SDGsの取り組みを推進しています。令和2年5月には、国から「SDGs未来都市」にも選ばれました。そこで、SDGsへの関心を高めてもらうことを目的として、学校給食でもSDGsと関連させた内容を発信します。



今回は、「食材を無駄なく使って食べよう！」をテーマに、「こんぶの佃煮」を作ります。佃煮に使うこんぶは、のっぺい汁のだしをとったこんぶを捨てずに使います。通常、廃棄してしまう部分も料理に使い、食材を無駄なく調理します。

