

11月 給食だより

令和5年11月1日
江戸川区立鹿骨中学校
栄養士 井上 めぐみ
佐藤 香梨

例年より暖かかった10月が終わり、段々と寒さも増して秋が深まってきました。インフルエンザや風邪など、感染症の流行も心配な季節になるので「こまめな手洗い」「うがい」をしっかりと、規則正しい食生活を送りましょう。

“食事のあいさつ”に込められた思い 感謝して食事をしよう

「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たち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、意味を考えて、心を込めて言えるといいですね。

11月23日は「勤労感謝の日」



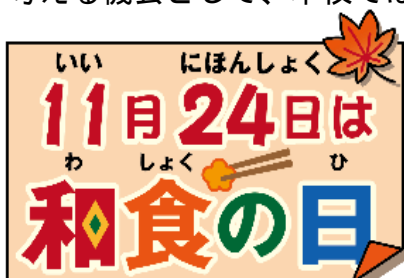
給食では「地産地消」を推進しています！

「地産地消」という言葉をご存じですか？
地域で生産された農林水産物を地域で消費する取り組みのことで、食料自給率の向上や地域活性化、環境保護への貢献等、様々な効果が期待できます。学校給食では地場産物の活用を通し、生徒たちへ地域の食文化や産業について伝えとともに、生産者や食材への感謝の気持ちを育んでいきたいと考えています。



ふるさとの食文化を知ろう！

「和食」という日本の伝統的な食文化が、ユネスコ無形文化遺産に登録されてから、今年で10周年を迎えます。中でも「発酵食品」は和食に欠かせないもので、各地で食べ継がれてきた地域特有の食品が多くあります。11月24日は、一般社団法人和食文化国民会議が定める「和食の日」です。和食を味わい、その魅力を感じて日本の食文化について考える機会として、本校では「和食の日」に山梨県の郷土料理を提供します。



日本の伝統的な発酵食品

