

11月 給食だより

令和6年10月31日
江戸川区立鹿骨中学校
栄養士 佐藤 香梨
齋藤 雪絵

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。

「いただきます」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち

11月の給食目標
感謝して食事をしよう

日本では、食事の前に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさま」のあいさつをする習慣があります。それぞれ、どのような意味があるのでしょうか。

いただきます

「いただく(頂く/戴く)」は、頭にのせるという意味があり、身分の高い人から物をもらう際、頭上に捧げて敬意を表した動作にちなむ言葉です。自然の恵み、生き物の命をもらうことへの感謝を表します。



ごちそうさまでした

「ちそう(馳走)」は、食事を用意するために走り回ることを意味しており、この食事が出来上がるまでに関わった人びとへの感謝の気持ちが込められています。



食べることは、生き物の命をいただき、命をつないでいくことです。また、食事が出来上がるまでに、料理を作る人をはじめ、農作物や家畜を育てる人、魚をとる人、食材を運ぶ人、販売する人など、たくさんの人が関わっています。感謝の気持ちを忘れず、心を含めてあいさつし、食事を大切にいただきましょう。

給食を通して地産地消の良さを知ろう!

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みです。学校給食では、地域でとれた「地場産物」を活用することで、地域の産業や食文化への理解を深め、地域への愛着を育むとともに、環境問題や食料自給率といった課題について目を向ける機会にしたいと考えています。

学校給食に地場産物を活用する効果

地域の産業や食文化への理解を深めることができる



食料の生産、流通に関わる人びとに対する感謝の気持ちを育むことができる



学校と地域との連携・協力関係を構築することができる



※江戸川区では11月18.19日で「小松菜一斉給食」を行います。これは江戸川区全体として「東京スマイル農業協同組合」の方々が提供してくださった小松菜で作った給食を出すという取り組みです。農業への関心、理解を深めてもらえるように使用しています。鹿骨中は18日に実施します。