

11月給食だより



実りの秋食べ物を大切にいただきましょう

こうてい きぎ いろ ひ ひ あき ふか かん むかし にほんじん じゅう 校庭の木々が色づき、日に日に秋が深まってきたことを感じます。昔 から日本人にとって重 要な穀物であるお米をはじめ、大豆やそば、星いもなど、さまざまな作物が収穫時期を迎えて います。各地で収穫を祝うお祭りが開催され、11月23日には「新嘗祭」という伝統的な宮中

ぎょうじ おこな 行事が行われます。

この日は「勤労感謝の日」として国民の祝日になって

いますが、食べることは、たくさんの人の勤労 ^{**} に支えられていることを忘れずに、日々の しょく じ たいせつ 食事を大切にいただきましょう。







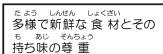


日本人の伝統的な食文化 天 食 に親しもう

| 1月24日の「和食の日」は、「い(1)い(1)日本(2)食(4)」の語名合わせが由来になっています。

「和食の日」は、日本人の伝統的な和食文化を保護し、継承する日として、2013年に「和食・日本人の伝統的な食 ぶんか 文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されたことを受けて制定されました。これは料理としての和食だけでなく、「自 ぜん そんちょう にほんじん せいしん たいげん しょく かん しゃかいてきかんしゅう っき とくちょう あ 然の尊重 」という日本人の精神を体現した食に関する「社会的慣習」のことで、次の4つがその特徴として挙げられ ています。

「和食」の特徴





けんこうてき しょくせいかつ 健康的な 食 生活を tet えいよう 支える栄養バランス



自然の美 しさや季節の 移ろいの 表 現



正 月などの年 中 行事 ー・。 との密接な関わり



日本の食文化を大切にするために、心がけたいこと

食器を定しく並べましょう

「いただきます」「ごちそうさま」を

こころ 心をこめて言いましょう



お箸を正しく使いましょう



がき に 伝 わ る 郷土料理 や

**・うじしょく あじ 行事食を味わってみましょう



