



11月給食だより



実りの秋、食べ物を大切にいたしましょう

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、里いもなど、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、日々の食事を大切にいたしましょう。



食事を支える人たち

せいでんしゃ ひと 生産者の人
しよくひん かこう はんばい かつ ひと 食品の加工や販売に関わる人
りようり つく ひと 料理を作る人
た もの いのち 食べ物
もとは生きていた 食べ物の命

日本人の伝統的な食文化「和食」に親しもう

11月24日の「和食の日」は、「い(1)い(1)日本(2)食(4)」の語呂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

たよう しんせん しよくざい 多様で新鮮な食材とその 持ち味の尊重	けんこうてき しよくせいかつ 健康的な食生活を ささ えいよう 支える栄養バランス	しぜん うつく きせつ 自然の美しさや季節の うつ ひょうげん 移ろいの表現	しょうがつ ねんちゅうぎょうじ 正月などの年中行事 みっせつ かつ 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

しよくき ただ なら
食器を正しく並べましょう

「いただきます」「ごちそうさま」を

こころ をこめて言いましょう

はし ただ つか
お箸を正しく使いましょう

ちいき つた へん 郷土料理や

ぎょうじしよく あじ
行事食を味わってみましょう

