



食育だより

令和5年 11月

吉見町学校
給食センター

秋が深まってくると、木々の葉の色も赤や黄色に染まり、きれいな紅葉が見られます。

給食でも、吉見町産の新米に切り替わります。また、朝晩と昼間の気温差もあり、体調を

くずしやすくなります。毎日の食事でこれからの寒さに負けない体づくりをしましょう。

世界に誇る、日本人の伝統的な食文化「和食」

食生活の多様化により「和食離れ」が進んでいるといわれる中、平成25年12月に「和食；日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコ無形文化遺産へ登録決定し、話題になりました。ここでいう「和食」とは料理そのものではなく、「自然を尊重する心」に基づいた食生活に関する日本人の習わしであり、右の4つが特徴として挙げられています。

「和食」の特徴	
<p>多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重</p> 	<p>健康的な食生活を支える栄養バランス</p> 
<p>自然の美しさや季節のうつろいの表現</p> 	<p>正月などの年中行事との密接な関わり</p> 

給食では旬の食材を使った和食を中心に、行事食や郷土料理を献立に取り入れ、子どもたちへ「和食文化」の魅力を伝えていきたいと考えます。



一般社団法人和食文化国民会議が制定

* 11月の給食～彩の国ふるさと学校給食月間～*

「彩の国ふるさと学校給食月間」は、地元産の食材を給食に取り入れ、地元産食材や郷土食について理解することにより、ふるさとへの愛着を深めることを目的としています。吉見町の給食では吉見町産の米を使用し、その他にも、みそ、大根など、吉見町でとれた食材を今月使用する予定です。また、吉見町や埼玉県内で昔から食べられている郷土料理や埼玉県産食材を使った献立を取り入れました。

11月24日（金）のっぺい汁・・・大根（吉見町産）

深谷ネギメンチカツ・・・埼玉県産ネギ

11月27日（月）油みそ丼の真・・・吉見町郷土料理

11月23日（木）勤労感謝の日：勤労をたっぴ、生産を祝い国民たがいに感謝しよう」ことを目的にさだめられた。もともとは五穀豊穡を祝う祭りが日本各地で行われた。食べ物に感謝。

「いただきます」と「ごちそうさまでした」

私たちが普段何気なく食べている物は、肉や魚に限らず、米や野菜など、もとはみんな生きていたものです。また、食事ができあがるまでには、農作物を作る人、家畜を育てる人、魚をとる人、食べ物を運ぶ人、販売する人、料理を作る人など、多くの人が関わっています。感謝の気持ちを込めて「いただきます」と「ごちそうさまでした」のあいさつをし、なるべく残さずに食べましょう。

食べ物の命・食事ができあがるまでに関わる人たち



感謝の気持ちを忘れずに...

