

# 給食だよい

11月

令和7年11月  
豊島区立駒込小学校  
校長 稲垣 昌弘  
栄養士 大川原敬子

秋も深まってきました。今月は「勤労感謝の日」や「和食の日」や12月のはじめには「宮城米給食の日」があります。こうした日を迎えるにあたって、生産者をはじめ、食に携わる人々への感謝の気持ちと共に、動植物などの自然の恩恵への感謝をほしいと思います。

## 感謝してたべましょ！

11月23日は勤労感謝の日です。私たちの食生活は、食べ物の命と食べ物を作ったり、とったりしてくれる人や、加工や料理をしてくれるなどたくさんの人々に支えられて成り立っています。感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。私たち日本人は、あまりにも食べ物にあふれているために感謝の気持ちが薄れがちです。でも世界中には食べ物がなくて苦しんでいる人がたくさんいます。そのことをよく考えましょう。

みんなで食べられるしあわせ。命をくれている食べ物たちに感謝の気持ちを忘れずに！

- \* すききらいしないで残さずなんでも食べる。
- \* 「いただきます」「ごちそうさま」など食事のあいさつをする。
- \* 食器に食べかすを残さない。



# 日本人の伝統的な食文化 和食に親しもう！

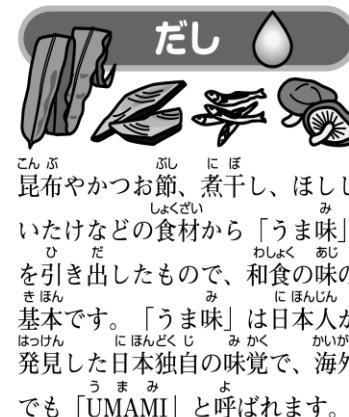
## ○和食の日

11月24日(月)は、「和食の日」です。平成25年に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコの無形文化遺産代表一覧に登録されました。21日に和食の味わいの中で最も重要な「だし(うま味)」を子供たちが実感し、和食へ興味をもつききっかけになるように、だしを感じられる料理を提供します。また、全校児童に、だしや家庭用和食レシピを配布します。ぜひご家庭でも和食について話題にしていただきたいと思います。

**「和食」の特徴**

た よう しんせん しょくさい <b>多様で新鮮な食材と</b> その持ち味の尊重	けんこうてき しょくせいかつ <b>健康的な食生活を</b> 支える栄養バランス	し せん うづく き せつ <b>自然の美しさや季節</b> の移ろいの表現	しょうがつ ねんちゅうぎょうじ <b>正月などの年中行事</b> との密接な関わり

## 「和食」に欠かせないもの



微生物の力をを利用して、独特な風味やうま味を作り出した発酵調味料の数々も、和食には欠かせません。

## 給食に使用している食材の産地情報について

- ・給食で使用した主な食材の、産地情報を毎月の給食だよりに掲載します。
- ・野菜類、いも類、果物類は使用頻度の高い種類、肉類、魚介類、卵は使用状況により、牛乳は豊島区教育委員会からの情報の更新により掲載します。
- ・市場で安全が確認されている食材は、被災地のものでも使用することがあります。

〈10月の給食で使用した主な食材の産地〉 10月2日～10月31日現在

○人参（北海道） ○玉ねぎ（北海道） ○じゃがいも（北海道） ○キュウリ（埼玉）

○小松菜（東京） ○キャベツ（群馬） ○ミカン（熊本） ○ブドウ（山梨）

○鶏肉（宮崎） ○豚肉（青森） ○ホキ（ニュージーランド） ○シシャモ（アイスランド）

※牛乳集乳エリア：千葉 ※米（秋田産あきたこまち）