

きゅう しょく

給食だより



れいわ ねん がつごう
令和5年 11月号
あいけんりついちのみやろうがっこう
愛知県立一宮聾学校

だんだんと秋が深まってきました。朝夕の冷え込みも増してきています。規則正しい食生活で、冬の寒さに負けない体を作りましょう。

さて、今月の給食目標は「食の文化を考えよう」です。11月24日は「いいにはんしょく」で「和食の日」。健康に良い和食は、海外でも大きな注目を集めています。

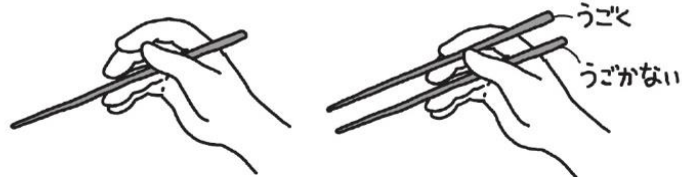
今月の食事マナー講座

「はしを正しく使いましょう」

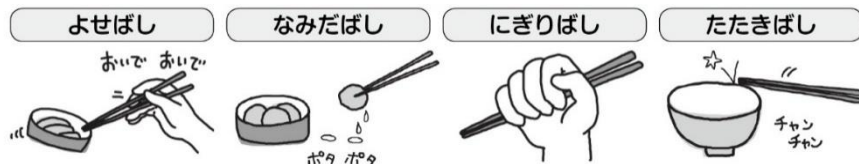
はしは、和食には欠かせない食器です。食べ物をつまんだり、切り分けたり、かき混ぜたり、いろいろな使い方ができます。正しいはしの持ち方や使い方ができると、食事姿も美しくなりますよ。

はしのもちかた

下のはしは、うごかないはし 上のはしは、うごくはし

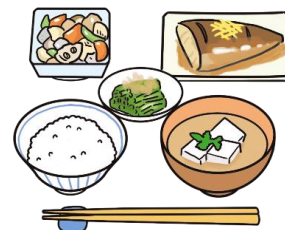


こんなはしの使い方はやめようね



和食は、日本で育まれてきた伝統的な食文化です。日本の和食は、今や世界中で人気の「washoku」となり、ユネスコ世界無形文化遺産にも登録されています。

健康的な食生活を 支える食事



ごはんを中心に一汁三菜をそろえた和食は、栄養のバランスがとりやすい食事です。

年中行事との 深いつながり



家族や仲間と行事食を食べることで、人々のきずなを深める良さがあります。

SDGsと和食



食べ物を無駄にしない工夫、地産地消、旬を生かす和食の伝統は、SDGsの視点からも注目されています。

新米の季節です

新米が出回る季節ですね。精米したての新米は、つや、粘り、風味、どれをとっても格別です。給食では、11月中旬ごろから「あいちのかおり」の新米を使用します。楽しみにしてください。

