

# \* 給食だより \*

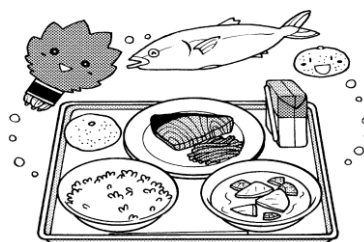


秋が深まってきました。間もなく冬の足音も聞こえてきます。今月は23日に勤労感謝の日があります。農業、漁業、畜産業などにかかわっている人や配送をしたり食事を作ったりする人たちなど、いろいろな人たちのおかげで、毎日食事をすることができます。こうした方たちへの感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。

## 地場産物がおいしい給食に！

学校給食には、地域の生産者の方々が丹精込めて作ったさまざまな地場産物が入り入れられています。こうした取組は全国ですすめられています。

本校の給食でも、宮城県産の食材が入り入れられています。



## 11月8日は いい歯の日

11月8日の給食では、かむことを意識した献立を提供します。かみごたえのあるごぼうを取り入れました。

よくかむことは、虫歯予防や肥満予防、脳の活性化など健康に深く関わっています。



## 読書の秋



読書の秋ということで、図書室とのコラボレーション献立を実施します。

20～24日は「郷土汁」というレシピ本から各地の郷土汁を提供します。

29日は「14ひきのあさごはん」という絵本から生まれた「きのこスープ」を提供します。

本校の図書室にはレシピ本の他にも様々なジャンルの本があります。ぜひ図書室に足を運んでみてください。

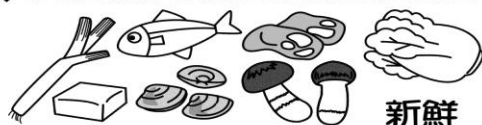
## 日本の食文化を見直そう

### 11月24日は 「和食」の日

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されました。それを受けて、“和食”文化の保護・継承 国民会議”では、「いい日本食」の語呂合わせから11月24日を、日本の食文化について見直し、「和食」文化の保護・継承の大切さについて考える日として、「和食」の日と制定しました。

### ◆日本の食文化「和食」の特徴◆

#### ◆多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重



#### ◆栄養バランスに優れた健康的な食生活



#### ◆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との密接な関わり



