

食育だより



令和5年
11月号

給食目標：食事にかかわる人に感謝して食べよう

大田区立中萩中小学校
校長 石川貴美子
栄養士 長嶋紀久子

秋もいちだと深まり、菊の花や紅葉が目を楽しませてくれる季節となりました。新米、肉、魚、野菜、きのこ、くだものなどいっそうおいしさを増す時季です。冬の訪れに備えて、豊富な食材をバランスよく取り入れた食事です。寒さに負けない体づくりをしましょう。

感謝して食べよう



11月23日は「勤労感謝の日」です。給食を例にとっても、毎日の給食を滞りなく行うためには、ふだん私たちの目には見えないところで働いてくださっている方々のさまざまな努力やご苦労があることを忘れないようにしましょう。直接、お礼を言える機会はなかなかありませんが、あいさつや食べ方で感謝の気持ちを伝えましょう。

みなさんのもとに給食がとどくまでに、たくさんの方がかかわっています

田んぼや畑、海や牧場で働く人



米や野菜を作ったり、魚をとったり、牛や豚、にわとりを育ててくれます。

食べ物を運ぶ人



食べ物をとれた場所からみんなの町に運んでくれる運転手さん

お店の人



よい食材を選んで売ったり、注文に応じて朝、学校まで運んでくれます。

給食をつくる人

献立を考える学校の栄養士や給食を作る調理員さん



準備をする人

給食当番さん



11月24日は「和食の日」



「和食の日」はみのりの秋の日であり、勤労感謝の日の翌日であるこの日の日付を「11（いい）24（にほんしょく）」の日とかけ、和食文化国民会議により制定されました。ユネスコ無形文化遺産にも登録された和食は、海・山・里と日本の豊かな自然が生み出す多様で新鮮な旬の食材とうま味に富んだ発酵食品や保存食品の活用、そしてご飯を中心とした栄養バランスに優れた献立が特徴です。自然を尊ぶ日本人の気質に育まれ、四季の移り変わりなど自然の美を食事の場で表現し、年中行事や人生の節目の儀礼とも密接に結びついた、世界に誇るべき食文化です。

24日の給食は和食の日にちなんで「きのこの炊き込みご飯、すまし汁、笹かまの木の葉焼き、ごまあえ」の和食の献立です。

◇ 保護者の方へ

日頃より給食指導にご理解ご協力をいただきありがとうございます。

○調理済み給食放射能検査結果について

10月5日（木）《ごはん・小松菜の手作りふりかけ・みそ汁・鶏肉と野菜の煮物》の献立で検査を行いました。セシウム合計・セシウム137・セシウム134は測定下限値（5 Bq/kg）未満でした。（測定下限値とは測定機器が検出できる最小値です）

大田区では学期毎に一回調理済み給食と飲料牛乳はメーカーとは別に三週間毎に放射能検査を実施しています。検査結果は、区ホームページに記載されています。ご覧ください。