

11月

しょくいく

食育だより

岩国市立灘小学校

令和7年11月21日

(毎月19日は食育の日!)

だんだんと、朝晩が冷え込むようになりなりました。冬に備えて、いろいろな食材をバランスよく食べ、生活習慣を整え、寒さに負けない体を作りましょう。

ふるさと給食の日を実施しました!

11月13日(木)に、「ふるさと給食の日」を実施しました。この日のメニューは、ごはん、チキンチキンれんこん、ふるさと汁、マイヤーレモンゼリー、牛乳でした。チキンチキンれんこんには、岩国れんこんが、ふるさと汁には、山口県産の野菜がたくさん入っていました。また、ゼリーには、神東地域で生産されている、マイヤーレモンの果汁が入っていました。

この日の給食時間に、岩国市の行政の方や、岩国れんこんの生産者、マイヤーレモンの生産者にインタビューをした動画を視聴し、ふるさとの食材について学びました。

児童からは、「岩国れんこんの歴史が分かった!」「マイヤーレモンは、普通のレモンに比べて酸っぱくないから、食べやすい!」などの感想がありました。

ふるさとの食材を
たくさん使った
給食です。



ふるさと給食は、11月10日から14日の週に、岩国市・和木町全ての小中学校で実施しました。

きょうどりょうりし 郷土料理を知っていますか?

郷土料理とは、人々の間で受け継がれ、地域に定着した料理のことをいいます。その地域の食材を使用したものや独特の調理法で作られているもの、祭りや行事で食べられているものなどがあります。

11月20日(木)の給食は、岩国市の郷土料理「大平」でした。



11月24日は、「和食の日」です！

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に登録されました。それを受け、和食文化の保護継承の大切さについて考える日として、11月24日を“いい日本食”「和食」の日と制定しました。

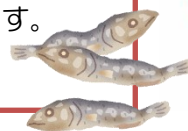
和食の味わいの中で、最も重要なのが「だし」です。みそ汁やすまし汁はもちろん、煮物やおひたしなど、様々な料理の味を決定づける味の要です。11月25日の給食は、「和食の日」にちなんで、「和食献立」です。

和食や、日本人の伝統的な食文化の大切さについて考え、未来に伝えていきましょう。

11月25日（火）の献立

ごはん、いわしの甘露煮
ごま和え、味噌汁、牛乳

給食の味噌汁は、
煮干しでだしを
とっています。



いいにほんしょく
11月24日は
「和食の日」

和食クイズにチャレンジ！

和食において重要な調味料「さ（さとう）、し（塩）、す（酢）、せ（しょうゆ）、そ（？）」。

さて、「そ」とは何でしょうか？

① ソース ② しそ ③ みそ

答えは、このページの1番下にあります。

給食試食会を実施しました！

11月4日（火）に、給食試食会を実施しました。当日の給食は、岩国れんこんを使った「岩国れんこんカレー」や「りっちゃんのサラダ」でした。給食試食だけでなく、灘小学校の給食や食育の紹介、給食参観も行いました。

参加していただいた保護者の皆様、2年部の役員として来られた皆様、お忙しい中、ありがとうございました。

今後も学校給食へのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。



和食クイズの答え：③ みそ