

給食だより

令和4年度11月
鹿屋市立北部学校給食センター

秋が深まってきました。ま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、畜産業などに関わっている人や食事を作ったり、配達したりする人たちなど、いろいろな人たちのおかげで、毎日の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。

食べ物の命をいただいています！

わたしたちが食べている食べ物は、どれも生き物の命をいただいているものばかりです。

また、生産者や料理を作ってくれた人たちなど、様々な人々の手を経ることで、毎日の食卓に並んでいます。食事をするときには、感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。



地場産物を食べよう！

みなさんの地域では、どのような農作物が作られていますか？
自分の住む地域で作られる地場産物を知り、生産者の人の努力を身近に感じてください。また、ぜひ各家庭の食卓にも積極的に取り入れていきましょう。

11月の給食に使用されている
地場産物（鹿屋産・鹿児島県産）

米・干しいたけ・里芋・こんにゃく・
豚肉・鶏肉・豆腐・厚揚げ・きびなご など



☆和食を見直そう☆



11月24日は「和食の日」です。日本人の伝統的な食文化を見直すとともに、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日として制定された記念日です。平成25年には、ユネスコの人類無形文化遺産の代表的な一覧表に和食そのものではなく、『「自然の尊重」という日本人の精神を体現した、生産から消費に至るまでの食に関する社会的習慣』として、日本の食文化が登録されました。日本人の食の欧米化が進む中、和食を食べるだけでなく、和食について知りましょう。



○「和食」の4つの特徴

○多様で新鮮な食材とその持ち味の
尊重



○健康的な食生活を支える栄養
バランス



○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



和食の基本「だし」



←こんぶ
煮干し→



干し
しいたけ→



←かつお節



和食のベースになる
「だし」を味わいましょう！