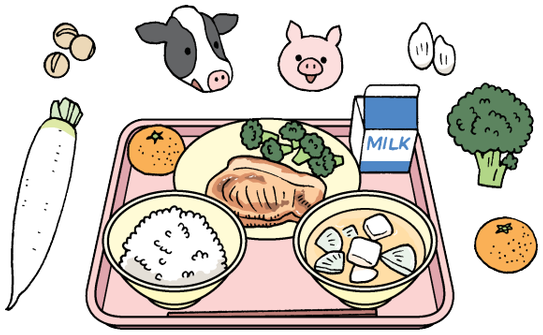
ⓒ少年写真新聞社2026

11月 給食だより

江東区立亀戸中学校

11月23日は勤労感謝の日 感謝して食べよう！



わたしたちが毎日食べている給食には、米や野菜、肉、魚など、いろいろな食品が使われています。わたしたちは、こうした生き物の命をいただいて、自分の命を養っているのです。そして、学校給食は、たくさんの人たちがかかわってつくられています。その人たちに感謝して、給食をいただきましょう。

生産する人



農作物や水産物、畜産物などをつくったり、とったりしてくれます。

運んでくれる人



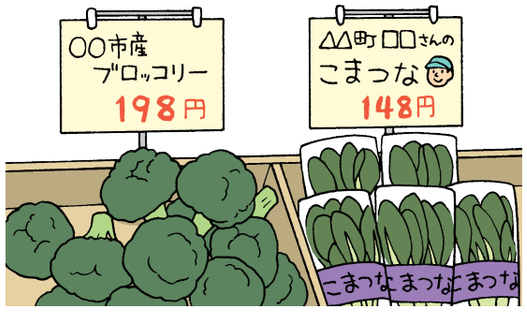
給食をつくる学校や給食センターまで、農産物などをトラックなどで運んでくれます。

献立作成・調理する人



栄養士の先生は献立を考えてくれます。また給食は調理員さんたちがつくってくれます。

地元の農作物を選ぼう

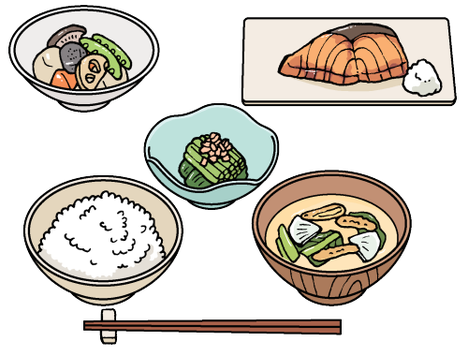


地元でつくられたものは、生産者の顔がわかり、どのようにしてつくっているのかも身近に見ることができます。地域でとれたものを、その地域で食べるという「地産地消」を心がけることは、輸入や遠方から食料を運んでくることによる、環境への負荷も少なく、SDGsの達成にもつながります。自分の住んでいる地域でつくられている農作物などを積極的に選ぶようにしていきましょう。

11月24日は和食の日 受け継ごう 和食文化

「和食；日本人の伝統的な食文化」が、2013（平成25）年にユネスコ無形文化遺産として登録されました。

和食は、料理そのものだけではなく、「自然を尊ぶ」という日本人の気質に基づいた「食」に関する「習わし」と位置づけています。この「和食文化」を、長く将来にわたって伝えていくためにも、わたしたちで守っていくことが大切です。

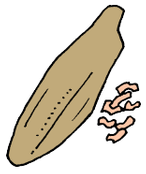


和食文化を支える いろいろなだし



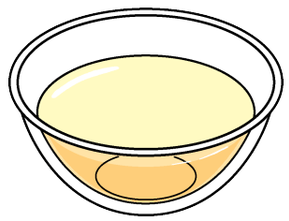
こんぶ

収穫したこんぶを干して、乾燥させたものです。



かつおぶし

かつおの身を煮てからいぶして乾燥させたものです。



煮干し

いわしなどの稚魚を煮て、干したものです。



干ししいたけ

しいたけを機械や天日で乾燥させたものです。



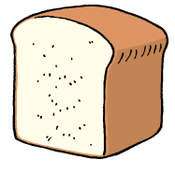
11月8日は いい歯の日



クイズ

日本では、食パンの外側の茶色い部分を、パンの耳といいますが、英語では何という？

① ひじ
② ひざ
③ かかと



答え ③
アメリカでは「heel of bread」（パンのかかと）と呼んでいます。「bread crusts」ともいいます。

参考文献 「食に関する指導の手引き-第二次改訂版」文部科学省 『技術・家庭〔家庭分野〕綿引伴子ほか130名著 開隆堂刊 『和食の教科書』足立己幸編著 江原絢子 針谷順子 高増雅子著 文溪堂刊 農林水産省HPほか