

いただきます

豊浦町学校給食センター
給食だより 2020年10月

地場産物を食べよう



おいしいものがたくさんとれる実りの秋に、身近な地域でとれる食材を探してみませんか？地域でとれたものを地域で消費することを「地産地消」といいます。地場産物を食べることのよさは、生産者の顔が見えることで安心・安全なことや、輸送時間が短くて新鮮なこと、環境によいことなどがあげられます。



地域の生産者が大切に育てたものを感謝して食べましょう。

10月15日は
世界手洗いの日



食事の前に石けんによる手洗いをしっかりして、細菌やウイルスなどによるかぜや食中毒を予防することが大切です。

食べ物を大切に…



「食」は、わたしたちが生きる上で欠かせないものです。食べ物が食べられることに感謝の気持ちをもち、おいしく楽しく食事をしましょう。

日本の年中行事と行事食

日本では昔から四季折おりの年中行事があり、その中で受け継がれてきた食事が行事食です。行事食は家族の健康への願い、自然の恵みへの感謝、昔の人の生活の知恵などひとつひとつに意味があります。私たちが食べる行事食はどんなものか、また由来などを調べて理解を深めてみましょう。

月	年中行事と行事食	
1月	鏡もち 雑煮 おせち 料理（正月：1日） 七草がゆ（7日） 雑煮 しるこ（鏡開き：11日）	
2月	恵方巻き（節分：3日）	
3月	ひしもち 白酒 ひなあられ（桃の節句：3日） ぼたもち（彼岸：21日ごろ）	
5月	ちまき 柏もち（端午の節句：5月）	
7月	そうめん（七夕：7日） うなぎ（土用の丑の日）	
9月	月見団子 さとも（十五夜：15日ごろ） おはぎ（彼岸：23日ごろ）	
12月	かぼちゃ（冬至：22日ごろ） 年越しそば（大みそか：31日）	

郷土料理や伝統的な食文化を受けついで料理

郷土料理は、各地域の産物を上手に活用して、風土にあった食べ物として作られ、食べられてきました。そして歴史や文化、食生活とともに受けつがれています。

北海道の郷土料理って？

ジンギスカン・石狩鍋・イカめし・三平汁など 他にもたくさんあります。