

いただきます

令和7年(2025年)
11月号 第2向陽小学校



感謝の気持ちをもって食事をしましょう!

11月23日は勤労感謝の日です。わたしたちが食べている食べ物は、いろいろな人によってつくられ、届けられています。さまざまな人の労力があるおかげで、わたしたちは食事をすることができています。

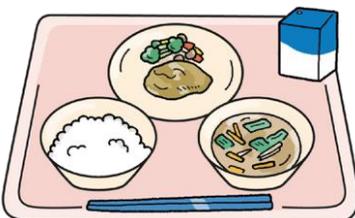
学校給食にかかわっている人たち



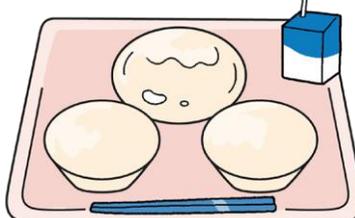
学校給食には、多くの人がかかわっています。献立を考える栄養士、その献立をもとに調理をする調理員、食べ物を育てたりとったりする生産者、食べ物を運ぶ運送業者などで、ほかにもいろいろな人が学校給食を支えてくれています。その人たちへ、感謝の心を持って食べましょう。

食事のあいさつをしましょう

いただきます



ごちそうさま



日本では、食事の前と後に「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをします。感謝の気持ちを込めて食事のあいさつをして、残さず食べましょう。

和食の日

11月24日は「和食の日」です。「和食；日本人の伝統的な食文化ー正月を例としてー」は、ユネスコの無形文化遺産に登録されています。

この日は、和食や日本の伝統的な食文化について考えてみましょう。そして、家族で話題にしてみませんか？

2向小では11月21日に、
手巻き寿司とすまし汁を提供します。

ちくわ、きゅうり、チーズ、ツナを自分で巻いてつくる手巻き寿司と、昆布とかつお節でとった出汁のすまし汁です。昆布の出汁は淡泊で上品な味わい、かつお節の出汁は力強くコクのある味わいです。

2つの異なるうま味を合わせることで、うま味が数倍強くなります。



「和食」に欠かせないもの



ごはんとして食べるほか、団子や餅にしたり、発酵させて調味料にしたりと、形を変えて用いられます。



昆布やかつお節、煮干し、ほししいたけなどの食材から「うま味」を引き出したもので、和食の味の基本です。「うま味」は日本人が発見した日本独自の味覚です。



微生物の力を利用して、独特な風味やうま味を作り出した発酵調味料の数々も、和食には欠かせません。

秋・冬が旬の野菜

