



令和3年10月28日  
練馬区立旭丘小学校

# 世界に誇れる和食文化

2013年に「和食；日本人の伝統的な食文化―正月を例として―」はユネスコ無形文化遺産に登録されました。その特徴を下の表で紹介いたします。無形文化とは、目に見える形では残らないため、わたしたちが日々の食生活を通じて未来へと伝えていくことが重要です。

## 和食の特徴

①多様な新鮮な食材と素材の味わいを活用	②バランスがよく、健康的な食生活
③自然の美しさの表現	④年中行事との関わり

## 和食クイズ

1 配ぜんする時のごはんとみそ汁の位置はどっちが右でどっちが左？

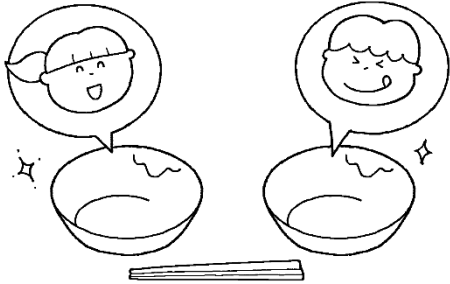
正解：左にご飯、右に味噌汁

2 調味料を加える順番の「さしすせそ」の「せ」は何？

正解：しょう油

わたしたちは食べることでエネルギーや栄養素を取り入れて、生きています。食べることは、ほかの生き物たちの命をいただくことであり、生命のつながりによって成り立っています。食べ物を大切にして、感謝の心を持って食べましょう。

## 感謝を込めて残さず食べよう！



わたしたちの食事は、多くの方がかわって支えられ、命をいただくことで成り立っています。残すのは命を粗末にすることです。残さず食べましょう。

## その言葉がうれしい



## ◆今月の献立から◆

◇10日(水) **練馬産キャベツを使用した全校一斉給食**  
区内の小・中・全校一斉に、練馬産の“ねり丸キャベツ”を使った給食を実施します。6月に引き続き、2回目の実施となります。今月はキャベツをたっぷり使ったホトシチューを作ります。

◇27日(水) **熊本県の郷土料理 太平燕(タイピーエン)**  
太平燕は、たっぷりの野菜と春雨が入ったスープです。中国福建省に伝わる、おめでたい日に食べる料理がルーツといわれています。

◇29日(月) **リクエスト給食**  
今月は3年1組のリクエストです！  
献立は当日までのお楽しみです♪

## 給食の食材の主な産地(9月)

- 東京都 (ねぎ、小松菜、ピーマン、まいたけ)
- 北海道 (かぼちゃにんじん、大根、じゃが芋、セロリ)
- 秋田県 (きゅうり)
- 青森県 (たまご、れんこん、いんげん、ごぼう、にんにく、かぶ)
- 茨城県 (れんこん、さつまいも、ピーマン)
- 千葉県 (にら、みつば、里芋)
- 栃木県 (なす、もやし)
- 埼玉県 (豚肉)
- 長野県 (白菜、しめじ)
- 兵庫県 (玉ねぎ)
- 福岡県 (万能ねぎ)
- 熊本県 (くり)
- 高知県 (生姜)
- 愛媛県 (たけのこ)
- 鳥取県 (鶏肉)