

11月給食だより



早寝 早起き 朝ごはん
「早寝早起き朝ごはん」
運動シンボルマーク

日暮れが早くなり、冬がすぐそこまで来ているを感じます。朝・夕の冷え込みが厳しくなってきましたので、服装に気を付け、こまめな手洗い・うがい、バランスの良い食事で風邪を予防しましょう。

さて、11月は、「勤労感謝の日」や「和食の日」があります。こうした日を迎えるにあたって、動植物などの自然の恩恵への感謝とともに、生産者をはじめ、食に携わる人々への感謝の気持ちを表し、和食文化を継承することの大切さを考える機会としてはいかがですか。

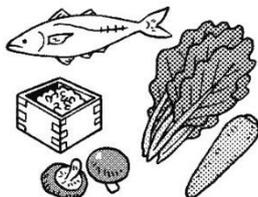
★ 11月24日は「和食の日」



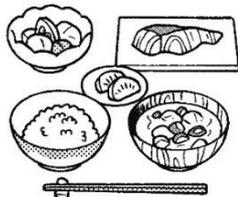
いいにほんしょく
11月24日は
「和食の日」

平成25年に「和食：日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコの無形文化遺産に登録されました。無形文化遺産とは、芸能や伝統工芸技術などの形の無い文化のことです。和食の特徴は以下の4つです。みんなで受け継いでいくことが大切です。

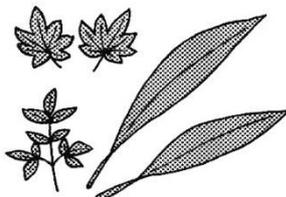
1 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重



2 健康的な食生活を支える栄養バランス



3 自然の美しさや季節の移ろいの表現

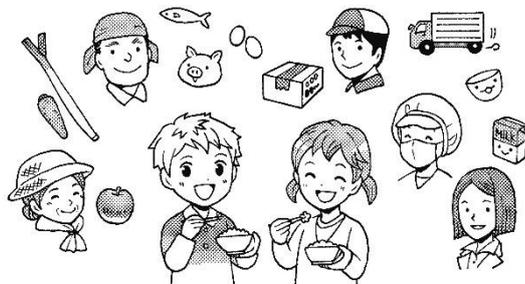


4 正月などの年中行事との密接な関わり



★11月23日は「勤労感謝の日」

この日は、「勤労をたっぴ、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」日です。いつも口にしている食べ物が、どこから、どうやって食卓まで運ばれてきているのか、それに関わる人たちのことを、食卓の話題にしてみてもいいのではないでしょうか。食べ物は生き物の命です。「いただきます」、「ごちそうさま」の挨拶に感謝の心を込めて食べることが大切です。食事を通して子供たちの思いやりの心を育ててほしいと思います。



★11月17日は「練馬産キャベツの日」

練馬区では、区内の農家に御協力をいただき、食育の一環として、地場産物を使用した学校給食の全校一斉実施を行っています。練馬区は23区の中でも畑が多く、季節ごとにいろいろな野菜が収穫されます。その中でも農地の約4割を占めるのがキャベツ畑です。地元で収穫された野菜を食べることで、食料の生産や流通などに関わる人々の努力を身近に感じ、また、生産者の方への感謝の気持ちをもってほしいと思います。練馬東小学校では「キャベツたっぷりミートローフ」を作ります。



©2011 練馬区ねり丸

*** 11月5日（金）は給食費の引き落とし日です ***

前日までに、ゆうちょ銀行の指定口座に入金をお願いします。