給食だより

11月

令和８年１０月３０日

練馬区立光が丘春の風小学校
校　　長　　内木　勉
栄養士　　青木　あゆみ

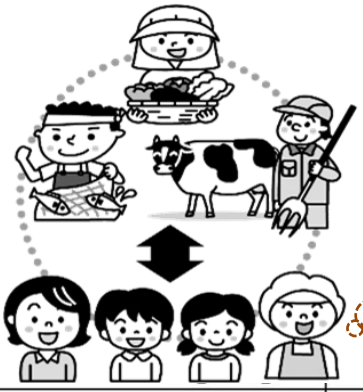
木々の葉が色づきはじめ、秋の深まりを感じられようになりました。これから寒さが本格的になってきます。季節の変わり目は、気温の変化から体調をくずしやすくなります。バランスのよい食事、適度な運動、そして睡眠をしっかりとることを心がけ、風邪をひかない丈夫な体を作りましょう。

１１月２３日は勤労感謝の日です。私たちが毎日の食事をすることができるのは、食材を育てたり調達したりする生産者の方々や、その食材を運んでくれる人、食品の加工や調理をする人など、たくさんの人に支えられているからです。収穫に感謝し、食べものを大切にいただきましょう。

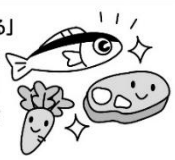


ご存じですか？「地産地消」

地産地消とは、「**地**域で生**産**された農林水産物を**地**域で**消**費する」取り組みです。食料自給率の向上に加え、新鮮で安全な食材を手に入れることができる、輸送にかかるコストを減らし環境にも優しいなど、よいことがたくさんあります。学校給食では、下記のような教育的効果も期待されることから、積極的に地場産物の活用に取り組んでいます。ご家庭でも「地産地消」を意識して、食材を選んでみてはいかがでしょうか？



１１月の給食では、練馬区産の野菜も使う予定です。大根やキャベツ、里芋です。

学校給食に地場産物を活用すると… 	地域の自然、食文化、産業などへの理解が深まる 	「顔が見え、話ができる」生産者などにより生産された、新鮮で安全な食材を確保することができる 	流通にかかるエネルギーや経費の節減、包装の簡素化など、環境保護に貢献することができる 
食料の生産、流通などに関わる人びとの努力をより身近に理解することができる 	生産者や生産過程などを理解し、食べ物への感謝の気持ちを抱くことができる 	生産者など、地域の方の学校教育に対する理解が深まり、連携・協力関係を築くことができる 	日本や世界を取り巻く食料の状況や、食料自給率に関する知識や理解を深め、学習意欲を向上させることができる 

１１月３０日は、ねり丸キャベツ給食の日です！

練馬区で一番多く栽培されている野菜は、キャベツです。

練馬の産物や食文化に関する理解を深めることと、生産者に対する感謝の心を育むことをねらいとして、１１月３０日、区立の小中学校が一斉に、練馬産のキャベツを使用した献立を実施します。

本校では、キャベツたっぷりミートローフに使います。

地元の生産者の方々が大切に育てたキャベツが、練馬区教育委員会から提供されます。地場産ならではの新鮮な味を、生産者の方々に感謝しながら楽しんでほしいと思います。



★１１月に使用する主な食材の産地（予定）★

にんじん	北海道	白菜	長野県	大根	練馬区
玉ねぎ	北海道	にら	茨城県、栃木県	ブロッコリー	立川市
かぼちゃ	北海道	チンゲン菜	茨城県、静岡県	小松菜	瑞穂町、町田市
じゃが芋	北海道	長ねぎ	青森県、千葉県	キャベツ	練馬区
もやし	栃木県	マッシュルーム	茨城県	里芋	練馬区
糸みつば	千葉県	にんにく	青森県	ほうれん草	埼玉県
ごぼう	青森県	さつま芋	千葉県	みかん	愛媛県
生姜	茨城県	空心菜	静岡県、茨城県	柿	和歌山県
きゅうり	高知県	かぶ	千葉県	りんご	山形県、青森県
牛乳	東京都、群馬県、山梨県、岩手県、青森県、秋田県、宮城県、山形県、北海道				