

月刊 桜ランチ通信 11月号

自分の食について考える

寒い日が多くなってきました。

11月は勤労感謝の日があります。この機会に自分の食に携わるさまざまな人や食そのものについて、考えてみましょう。

みなさんは、毎日当たり前のように、食べ物を手にとり、食べ物を食べることができていると思います。しかし、その食べ物には、どんな人が携わっていて、その食べ物がどのように作られ、どのように運ばれ、私たちの手にあるのでしょうか。また、食べ物を作るためには、どのくらいの水が使われ、どのくらいのエネルギーが使われているのでしょうか。

例えば、食肉についていえば、日本は多くを輸入にたよっています。その食肉となる牛や豚は、草やとうもろこしなどの穀類をえさとして育つため、そのえさである穀類を育てるために使われる水は、牛肉1kgを生産するのに、およそ20トンもの水が使われるといわれています。

自分の食について、あらためていろいろな角度から考えてみると、さまざまなことが関わっていることに驚かされます。みなさんも、ぜひこの機会に考えてみてはいかがでしょうか。

想像してみよう！ 給食を支える人びと

おいしい給食が食べられるのは、農家さん、漁師さん、食べ物を運ぶ人、栄養士や調理員さん、そして働いてくれる家の人など、多くの人に支えられているからです。

感謝の気持ちを持って食事のあいさつをして、残さずに食べるようにしましょう。



農家さん



漁師さん



食べ物を
運ぶ人



家の人



栄養士や
調理員さん



読書週間とコラボ！本にまつわる料理フェア 第2弾！

～どんな場面や登場人物などに関係しているかわかるかな？～

11月1日（月）「魔女の宅急便」より、肉団子のトマト煮

11月2日（火）「妖怪アパートの幽雅な日常」より、しめじごはん

11月4日（木）「おばけのアッチとドラキュラスープ」より、ドラキュラスープ

11月5日（金）「森のスパゲティやさん」より、あさりときのこのスパゲティ
「はらぺこあおむし」より、チョコレートケーキ

11月8日（月）「弧笛のかなた」より、菜めし

11月9日（火）「小さなスプーンおばさん」より、マカロニスープ

