令和８年

11 月号 食育だより

練馬区立
泉新小学校
校長　山岸 史子
栄養士　松本 佳奈

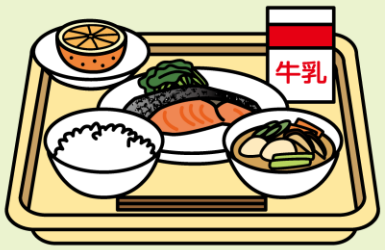
11月24日は和食の日、11月は和食月間です！

私たち日本人の伝統的な食文化である「和食」は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。無形文化遺産は、遺跡や自然などが登録される世界遺産とは異なり、土地の歴史や生活風習と深く関わる伝統や行事など、目に見えない文化を対象としています。食文化では「和食」のほかに、「伝統的酒造り」が 2024年に登録されました。毎年 11 月 24 日は和食文化国民会議が定める「和食の日」、そして、11 月は農林水産省が「和食月間」と位置付けています。学校給食では、ご飯を中心に、だしのうま味を生かした汁物や旬の食材を使った料理を取り入れるのはもちろん、年間を通して行事食や郷土料理を提供し、「和食」文化に触れる機会を大切にしています。毎日の給食から「和食」について学んでみませんか？



給食から学ぶ 和食文化

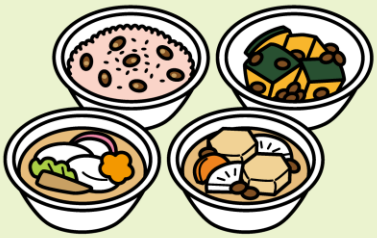
「ご飯・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事



「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつから生まれる感謝の気持ち



行事食や郷土料理など、地域や日本に伝わる食文化



11 月の給食について

13 日　6 年生選挙体験　給食投票メニュー「みそラーメン」

7 月に 6 年生の授業で選挙体験がありました。給食のカレーライス、からあげ、おさつトースト、みそラーメンの中で、みそラーメンに票が多く集まりました。6 年生は代表者が 4 つの党に分かれ、熱い演説を繰り広げていました。

18 日　日本の郷土料理　北海道「石狩汁」

江戸時代に漁師たちがサケを鍋にした石狩鍋を家庭や給食などで食べやすいように汁物に仕立てた料理です。

19 日　世界の料理（台湾）「ルーローハン風丼」

台湾の代表的な料理の一つで、豚肉を醤油や砂糖、香辛料を使って甘辛く煮てご飯の上にかけて食べます。
給食では配膳しやすく、食べやすいようにルーローハン風丼にして提供します。

30 日　ねり丸キャベツ一斉給食「ねり丸キャベツの家常豆腐丼」

練馬区内で獲れた新鮮なねり丸キャベツを家常豆腐にたっぷり使います。
秋のキャベツは肉厚で火を通すと甘みが引き立つ特徴があるため、家常豆腐丼にします。

