

令和7年10月31日 練馬区立旭丘中学校

食べ物を大切にいただきましょう

木々が色づき、日に日に秋が深まってきたことを感じます。昔から日本人にとって 重要な穀物であるお米をはじめ、大豆やそば、里いもなど、さまざまな作物が収穫時 期を迎えています。各地で収穫を祝うお祭りが開催され、11月23日には「新嘗祭」 という伝統的な宮中行事が行われます。この日は「勤労感謝の日」として国民の祝日 になっていますが、食べることは、たくさんの人の勤労に支えられていることを忘れ ずに、日々の食事を大切にいただきましょう。





給食の食材の主な産地(9月)

- ・東京都 (ピーマン、小松菜)
- ・北海道(たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ、大根、にんじん、じゃが芋、すいか)
- ・青森県 (にんにく、大根、ごぼう)
- ・栃木県(もやし、ほうれん草)
- 埼玉県(豚肉)
- 長野県(パセリ、しめじ、えのき)

- 秋田県(長ねぎ)
- 茨城県(白菜、豚肉)
- ・千葉県(さといも、さつま芋)
- 静岡県(セロリー)
- ・宮崎県(ピーマン、みかん、ごぼう)

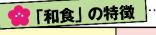
- 福島県(きゅうり、梨)
- ・群馬県(キャベツ、白菜)

鳥取県(鶏肉)

日本人の伝統的な食文化

「和食」というと何を思い浮かべますか? ご飯・みそ汁・おかずの組み合わ せや、すし、そば、うどん、天ぷら、おでんなどの料理を思い浮かべる人もいる かもしれません。また、ラーメンやカレーといった外国から伝わった料理も、ア レンジが加えられて日本独自の料理として発展し、外国人観光客にも人気のグル メとなっています。

一方で、ライフスタイルの変化によって、地域に伝わる郷土料理や行事食など の伝統的な食文化が失われつつあり、その保護・継承が課題となっています。そ のような背景から、2013年に「和食;日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形 文化遺産へ登録されました。これは料理としての和食だけでなく、「自然の尊重」 という日本人の精神を体現した食に関する「社会的慣習」のことで、以下の4つ がその特徴として挙げられています。

















5日(水) ☆ 練馬産キャベツの献立 ☆

区内の小中学校一斉に、練馬産キャベツを使った給食を実施します。旭丘中学 校では、『回鍋肉』と『キャベーキ』を作ります。

7日(金) ☆ いい歯の日の献立 ☆

11月8日は日本歯科医師会が定める記念日です。よく噛んで食むことで肥満 を防止し、脳が活性化します。噛み応えのある根菜などをふんだんに使った給食 です。

20日(木) ☆ 2年生リクエスト給食 ☆ 今月は2年生のリクエスト給食です。お楽しみに♪