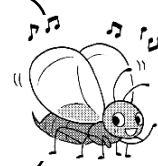


食育だより 11月



練馬区立豊玉中学校

朝夕の冷え込みで、樹々の葉も、赤や黄色に色づき始めました。これからどんどん寒くなっていきます。規則正しい生活、バランスの良い食事、運動、休養を心がけ、寒さに負けない体づくりをしていきましょう。また、11月は勤労感謝の日があります。私たちが毎日、安全でおいしい給食を食べることができているのは、たくさんの人たちのおかげでもあります。給食をしっかり食べて、感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。

地産地消

「地産地消」という言葉をご存じですか？地域で生産された農林水産物（地場産物）を地域で消費する取り組みのことで、食料自給率の向上をはじめ、地域活性化や、環境保護への貢献など、さまざまな効果が期待できます。学校給食では地場産物の活用を通し、子どもたちへ地域の食文化や産業について伝えるとともに、生産者や食べ物への感謝の気持ちを育てていきたいと考えています。

	新鮮な旬の食材が食べられる 	生産者の顔が見えるので安心感がある
食べ物を大切にする心が育つ 	輸送距離が短くなり、環境に優しい 	地域経済の活性化につながる

練馬区産地場野菜を使った給食を実施します。

17日（水）は練馬区内小中学校で練馬区産キャベツを使用した給食を実施します。キャベツは、区より配布された物を使用します。豊玉中学校では、「練馬キャベツのホイコーロー丼」を提供します。

11月24日 和食の日

日本の食文化は、ユネスコ無形文化遺産に「和食：日本人の伝統的な食文化」として登録され、世界からも注目されています。この「和食」とは、料理のことだけではなく、「自然の尊重」という精神に基づいて育まれてきた食に関する社会的慣習を意味し、右のような特徴があります。持続可能な社会を実現するためにも大切にしていきたい食文化です。11月24日は、一般社団法人和食文化国民会議が定める「和食の日」です。和食を味わい、その魅力を感じ、これからの日本の食文化について考える機会にしていいただければと思

わ しょく とく ち ょ う	
和食の4つの特徴	
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 自然の美しさを表現する 	4 正月などの年中行事との密接な関わり

参考書籍：学校給食

今月も給食費の引き落としがあります。教材費と一緒にゆうちょ銀行から引き落としされます。引き落とし前日までの入金にご協力お願いいたします。今月の引き落とし日は、11月15日（火）です。