

# 食育だより 11月号



令和6年 10月31日

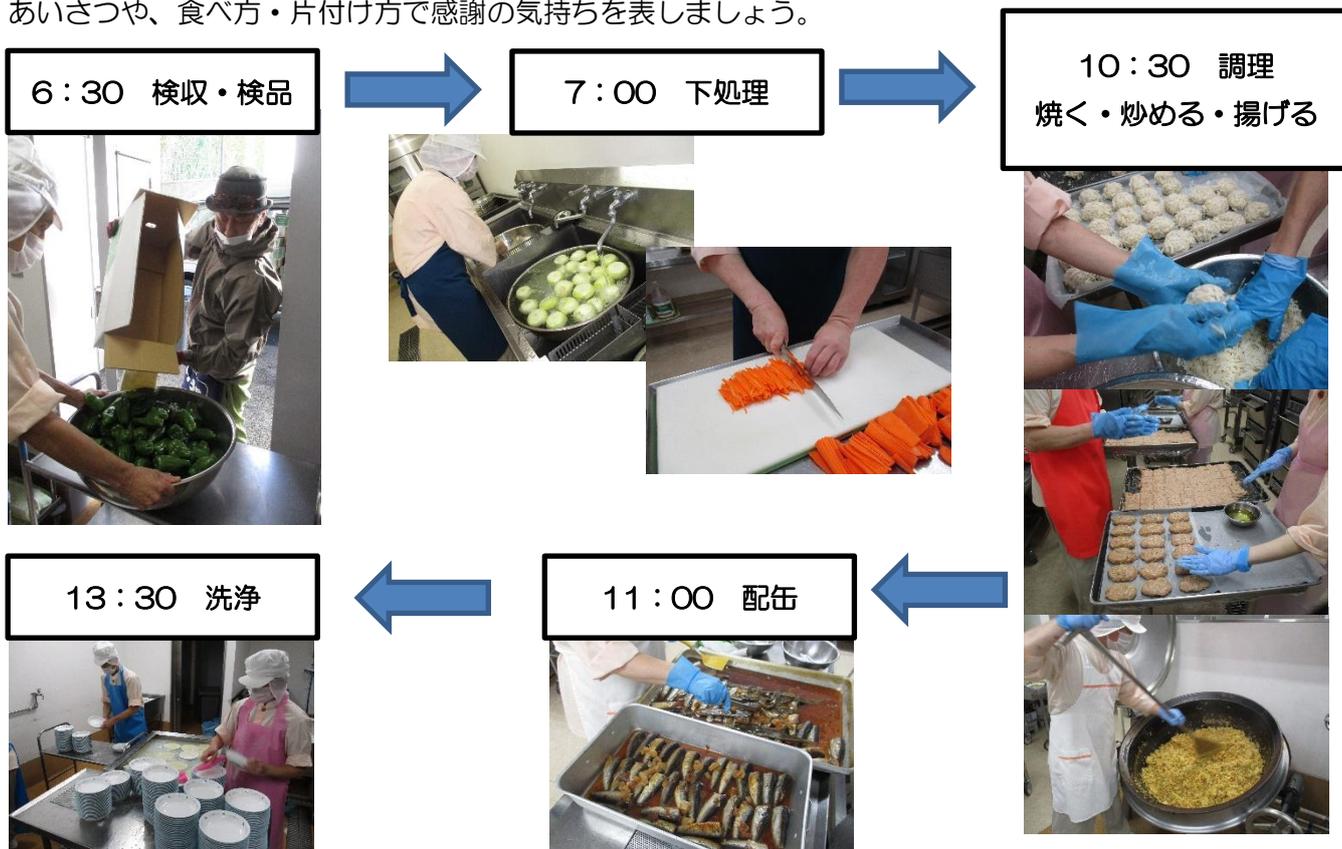
練馬区立豊玉第二中学校

先週の金曜日、無事に文化発表会を終えることができました。どのクラスも一丸になって取り組むことができたと思います。クラスでの団結力も一層深まったと思います。11月には定期考査があります。気持ちを切り替えて取り組んでほしいです。

ここのところ急に気温が下がり、体調を崩してしまう人もいます。スープやみそ汁など温かいもの、しょうがや唐辛子など体を温めるものを食べて元気に過ごしましょう。

## ○感謝の気持ちをこめて「いただきます」○

11月23日は勤労感謝の日です。この日は、「勤労をたっぴ、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう日」とされています。私たちの生活が成り立っているのも、働いている多くの人たちのおかげです。給食もとても多くの人に関わっています。今回は普段見ることのできない給食室の1日をお伝えします。私たちが毎日安全でおいしい給食を食べることができるのは、目に見えないところで働いてくださっている方々のおかげです。直接お礼を言える機会はなかなかありませんが、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつや、食べ方・片付け方で感謝の気持ちを表しましょう。



毎日の給食の調理時間は5時間くらいです。5時間で約260人分の給食を作っています。練馬区では手作りの給食を大切にしているので、食材は手で切り、コロッケなど丁寧に成型することを意識しています。給食がおいしい！といってもらえるのは給食室では大きな励みになります。直接伝えられない場合は食缶を空っぽにすると感謝の気持ちが伝わるかもしれません。これからもたくさん食べてください。