



いただきます

秋も深まり、紅葉が目を楽しませてくれる季節になりました。秋の味覚もいっそうおいしさを増す時季です。冬の訪れに備えて、外から帰ったら手洗いうがいを忘れずに、食事をしっかりと、寒さに負けない体づくりをしましょう。

11月21日(月)から28日(月)は、福井市 学校給食週間です！

11月23日は、「勤労感謝の日」です。この日を含む一週間を、「福井市学校給食週間」としています。毎日の食事は、たくさんの人に支えられています。また、食事は食べ物の命をいただくことで成り立っています。学校給食週間では、給食について学び、感謝の気持ちがさらに深まるような取り組みを行っています。この機会に、ご家庭でも、給食の思い出などを話題にあげていただけたらと思います。



21日(月) 石塚左玄まるごと給食

食育の祖：石塚左玄のおしえ「一物全体食」を取り入れた給食です。「さつまいも」「かぶ」は皮をむかずに、丸ごと、「煮干し」は頭からしっぽまで丸ごと使います。

食育の祖：石塚左玄

食べ物は、どこも捨てずに、丸ごと全部食べると体にいいですよ。
(「一物全体食」の訓え)



22日(火) 友好都市給食【茨城県結城市】

2002年に福井市と友好都市提携を結んだ「茨城県結城市」は、とうもろこしの名産地です。

「コーン茶飯」は、しょうゆなどの調味料を入れた、ほんのり茶色のごはんに、とうもろこしが入っています。

茨城県結城市の学校給食人気メニューのひとつです。



24日(木) 地場産和食給食

福井市産の『きやろふく(にんじん)』を使った「ツナの炒り煮」と、福井県産の里芋・大根・にんじんが入った「煮物」と、福井県産の「梅干し」をおかずに、福井市産の『いちほまれ』のおいしさを、しっかり味わって食べましょう。

「日本一、ほまれ高きお米」になってほしいという願いがこめられています。

★11月から3月の給食のごはんは『いちほまれ』です

いちほまれ

25日(金) 地場産洋食給食

県産小麦『ふくこむぎ』入りのコッペパンに、福井県でとれた「真鯛のフライ」、「まいたけのソテー」、福井県の伝統食材『打ち豆』を入れた「コーンポタージュ」を組み合わせた給食です。

食育の祖：石塚左玄

自分の住む地域でとれた食べ物は、そこに住んでいる人に優しく新鮮で栄養たっぷりですよ。
(「一物全体食」の訓え)



28日(月) 福いいネ！給食

福井県産の豚肉が入った「ぎょうざ」と、塩こうじで味付けした「キャベツの塩こうじ炒め」、福井県でとれた大豆を使った豆腐や、福井県産のにんじん・ねぎを使った「中華スープ」の給食です。

デザートには、福井県の学校給食で人気の「お米のムース」が登場します。お米のムースには、福井県産の『コシヒカリ』が使われています。



Facebook

「みんな大好き 福井市学校給食」



♡ 伝えよう! 「感謝の」の気持ち ♡



いただきます



ごちそうさま



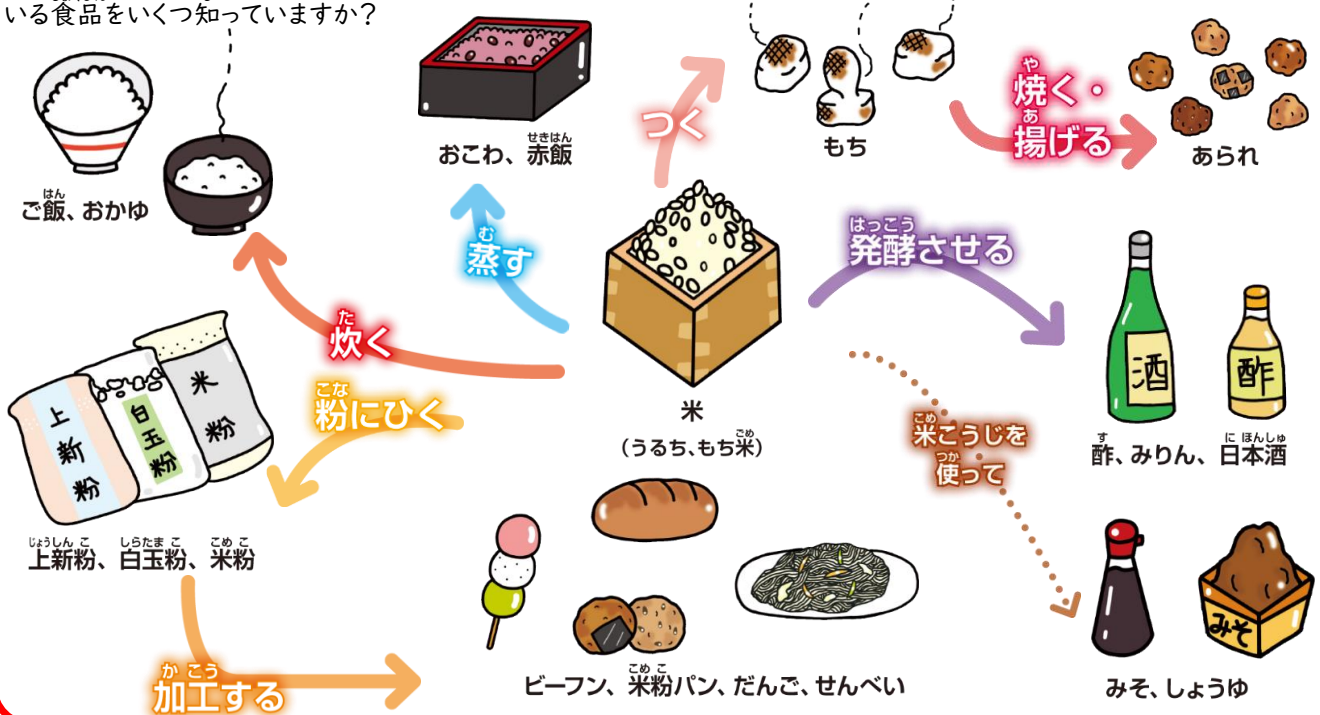
心を
込めて

食事のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」には、食べ物への感謝と、食事に関わる多くの人々への感謝の気持ちが、こめられています。ただ、何気なくあいさつをするのではなく、心をこめて、きちんとすることが、食べ物や食事に関わる人々へのお礼でありマナーです。

また、あいさつだけでなく、食事中も感謝の心をもっていただきましょう。好き嫌いなことや、よく味わって食べること、食器を丁寧に扱うことを通して、食べ物となった動植物の命や、食事に関わる人々へ、感謝の気持ちを伝えましょう。

お米の大変身を知ろう!

日本では、お米は主食であるとともに、古くから、お米を使ったさまざまな食品が作られてきました。お米から作られている食品をいくつか知っていますか?



~やってみよう~ 食育チャレンジ 《給食の歴史クイズ》

1. 日本で、最初に学校給食が始まったのはいつでしょうか?

- ア 明治22年(1889年)
- イ 昭和22年(1947年)

2. 学校給食が始まった理由はどちらでしょうか?

- ア 子どもたちが食事のマナーを学ぶため
- イ 弁当を持ってこれない子どもたちのため



《こたえ》 1.ア 2.イ

明治22年、山形県の中愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれない子どもたちに、おにぎりや塩鮭などを出したのが、給食の始まりといわれています。