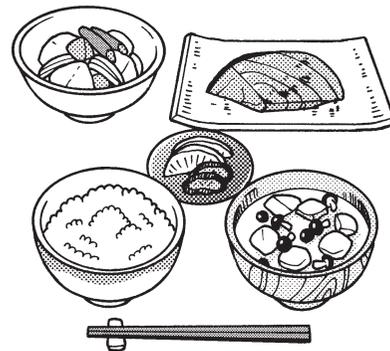


給食だより 11月

秋も深まってきました。今月は、「勤労感謝の日」や「和食の日」があります。こうした日を迎えるにあたって、動植物などの自然の恩恵への感謝と共に、生産者をはじめ、食に携わる人々への感謝の気持ちをあらわし、和食文化の継承の大切さを考える機会としてはいかがですか。

11月24日は「和食の日」 受け継いでいこう和食文化

和食は、2013（平成25）年12月に「和食；日本人の伝統的な食文化」としてユネスコ無形文化遺産に登録されました。和食は多様で新鮮な食材が用いられ、素材の味を生かした調理がされています。また一汁三菜を基本としていることから栄養バランスがよく、健康的な食生活になっています。そして、自然の美しさを表現し、年中行事とも深いかわりがあります。家庭の中で和食のよさや食文化について話し合ってみてください。

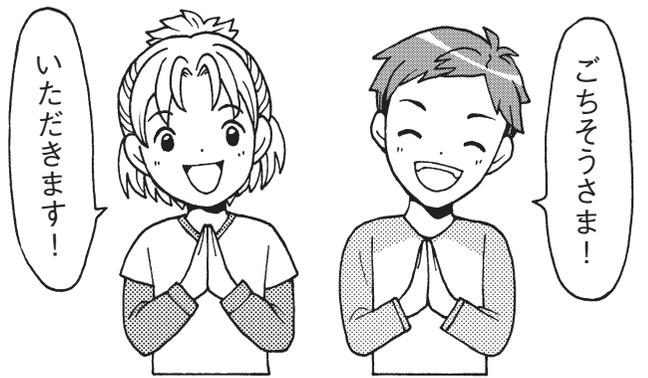


感謝して食べよう！「いただきます」「ごちそうさま」

食事の時に、みなさんはきちんと「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか？

「いただきます」は、生き物の命をいただくことへの感謝の気持ちを伝える言葉です。また、「ごちそうさま」にはおいしい食事をつくるために駆け回ってくださった人々への感謝の意味が込められています。

毎日の食事の時には、きちんとあいさつをしましょう。



かむかむクイズ

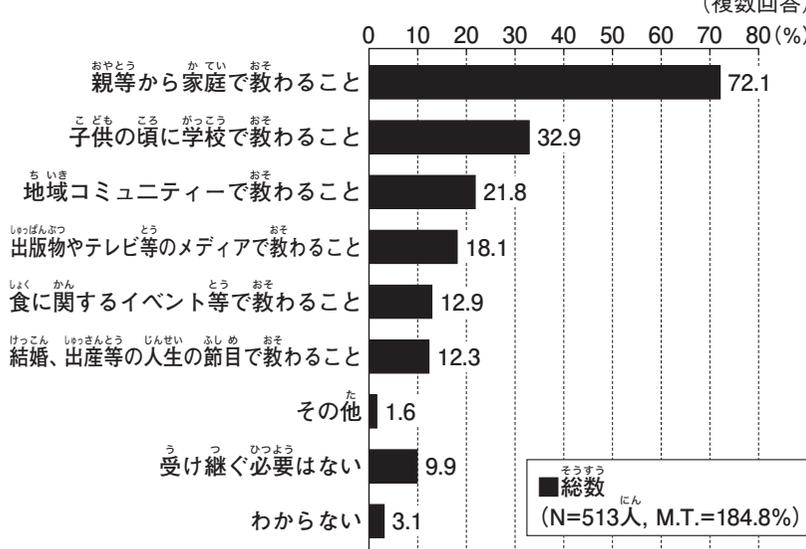
Q. 食べ物をよくかんで食べるとだ液がたくさん出てきますが、だ液の働きで正しいのはどれ？ 下から選んでみよう！

- ① 食べ物の消化・吸収を助ける。
- ② 口の中の汚れを落とし、むし歯を防ぐ。
- ③ 食べ物の味がよくわかる。
- ④ 食べ物をのみ込みやすくする。



Data 見る食育 ▶▶▶ 食文化の継承

食文化を継承するために必要なこと



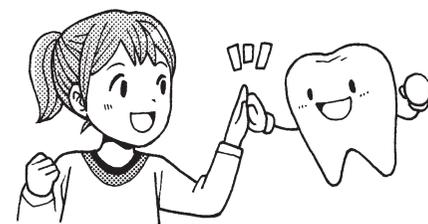
郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、はしづかいなどの食べ方・作法を受け継いでいるか聞いたところ、「受け継いでいる」は69.3%、「受け継いでいない」は28.1%でした。左のグラフは「受け継いでいない」と回答した人に食文化を継承するために必要なことをたずねたもので、家庭で伝えることが大切と考えている人が多いことがわかります。

※Nは質問に対する回答者数で、100%が何人の回答に相当するかを示す比率算出の基数である。M.T.(Multiple Totalの略)は回答数の合計を回答者数(N)で割った比率であり、通常その値は100%を超える。

出典：「食育に関する意識調査報告書」農林水産省 平成31年3月

11月8日は

いい歯の日



将来にわたって、何でもよくかんで食べられる健康な歯を保つことが大切です！

保護者のみなさまへ

日本に海外からの観光客などが増えるにたが、和食に親しむ外国の方も多くなっています。また、海外の消費者に行った調査では、好きな外国料理の1位が「日本料理」になっていて、世界中で日本料理が広まり、和食が親しまれて注目されています。外国の人に和食のよさや日本の食文化について伝えていけるように、ご家庭でも話題にあげてみてください。

※「日本食品に対する海外消費者アンケート調査-6都市比較編- モスクワ・ホーチミン・ジャカルタ・バンコク・サンパウロ・ドバイ」日本貿易振興機構2014年
「日本食品に対する海外消費者意識アンケート調査(中国、香港、台湾、韓国、米国、フランス、イタリア)-7ヶ国・地域比較-」日本貿易振興機構2013年