# 11月給食だより

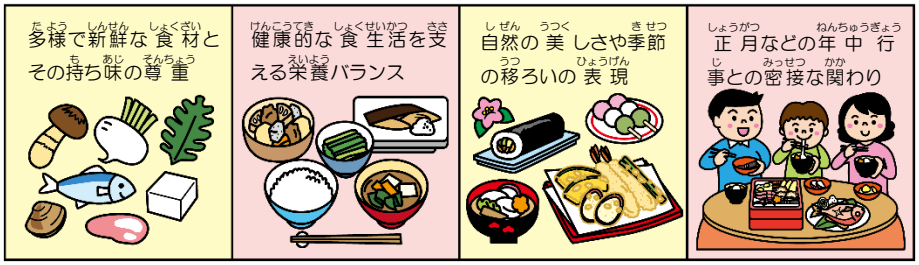
日野町教育委員会
幼稚園・小学校

## 日本人の伝統的な食文化 和食 に親しもう

「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。

### 「和食」の特徴




### 「和食」に欠かせないもの

ご飯として食べるほか、団子や餅にしたり、発酵させて調味料にしたりと、形を変えて用いられます。

昆布やかつお節、煮干し、ほししいたけなどの食材から「うま味」を引き出したもので、和食の味の基本です。「うま味」は日本人が発見した日本独自の味覚で、海外でも「UMAMI」と呼ばれます。

微生物の力を利用して、独特な風味やうま味を作り出した発酵調味料の数々も、和食には欠かせません。

11月24日は、一般社団法人和食文化国文会議が定める「和食の日」です。この日は給食でも、だしをきかせた「すまし汁」や、発酵調味料であるみそを使った「鯖のみそ煮」が出ます。

### 今月の地場産食材

１１月の地場産食材は、「わたむきねぎ（白ねぎ）」「白野菜」「キャベツ」です。お米は、「みずかがみ」「きらみずき」です。

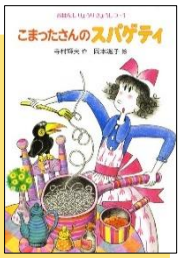
「わたむきねぎ」は、日野町の新たな特産品として、3年前から生産に取り組まれている**白ねぎ**です。30日（月）の「やきとり」にたくさん使用します。

### 図書コラボ給食

**11月17日は**

**「こまったさんのスパゲティ」**

**作：寺村　輝夫**
**絵：岡本　颯子**




「こまったわ」が口癖のこまったさん。お休みの日にスパゲティを作っていると、いつの間にかアフリカの大草原に来てしまいました。こまったさんは、そこで出会ったアフリカゾウに教えてもらいながら、おいしいスパゲティ作りに大忙し。読むとワクワクしてきて、きっとスパゲティが食べたくなりますよ。お料理のヒントもいっぱい詰まった、昔からみんなに愛されている名作です。

給食では、こまったさんがアフリカゾウに教えてもらった、ツナとトマトのスパゲティ「コン・トンノ」が登場します。お楽しみに♪

### 11日　南比都佐小学校

南比都佐小学校では、健康委員会で、栄養とみんなの好きなものを考えながら３つの献立を考えました。低学年にも分かりやすいように、画用紙に献立の絵を描き、昇降口に貼り出しました。１週間ほど掲示した後、給食委員会の子どもたちが各教室にアンケートを取りに行き、一番人気だった「ニーハオ・ニダ給食」に決まりました。自分たちで考えて、選んだ献立が実際に給食に出るのは、とてもうれしいことですね。（給食主任）

楽しい献立名まで考えてくれて、嬉しいです♪（栄養教諭）

【子どもたちが考えた献立】

**①和食～たのしんでみて～給食**
ごはん・牛乳・鮭の塩焼き・ひじきの炒め煮・かきたま汁・デザート

**②洋食でほっぺが落ちちゃうよセット**
コッペパン・牛乳・ハンバーグ・ブロッコリーサラダ・フルーツポンチ

**③ニーハオ・ニダ給食**
ごはん・牛乳・焼きぎょうざ・ナムル・トッポギスープ・デザート