

# 11月給食だより

令和5年度 11月

富士宮市立学校給食センター



11月24日がなんの日か知っていますか？

い い

にほんしょく

11月24日 = 和食の日です！

## 和食の4つの特徴

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いただければと思います。

|                                |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|
| <b>1</b> 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重<br> | <b>2</b> 健康的な食生活を支える栄養バランス<br> |
| <b>3</b> 自然の美しさや季節の移ろいの表現<br>  | <b>4</b> 正月などの年中行事との密接な関わり<br> |

## 和食のマナーをチェック！

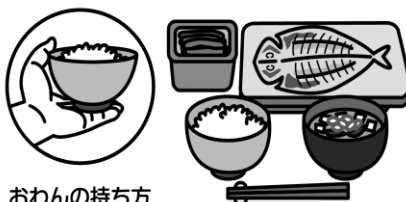


☐ 「いただきます」「ごちそうさま」を、心を込めて言っていますか？

食事のあいさつには、自然の恵みや生き物の命、食事が出来上がるまでに関わった人たちへの感謝の気持ちが込められています。



☐ 食器の正しい置き方を知っていますか？



おわんの持ち方  
ごはんは左、汁物は右、おかずは奥に置くのが基本です。ごはんや汁物のおわんは、手に持って食べます。給食の時間にもやってみましょう。

☐ 箸を正しく持っていますか？



上の箸だけを動かす



上の箸だけを動かして、食べ物を挟みます。箸のみで食事するのは、日本独自の習慣です。

こちら給食センターです！！

## 給食の「だし」

給食センターでは、料理の種類に合わせ、昆布・かつお節・混合削り節・いりこからだしをとっています。だしの「うまみ」は、和食の味に欠かせないものです。給食でも、まず汁物から飲んで、だしのうまみを感じてみましょう。



※学校給食の放射性物質検査の結果については、富士宮市のホームページに掲載しています。