

給食だより

(毎月8日はおやまわ食の日)

令和6年度
11月号

小山市立東城南小学校

給食を通して地産地消の良さを知ろう!

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みです。学校給食では、地域でとれた「地場産物」を活用することで、地域の産業や食文化への理解を深め、地域への愛着を育むとともに、環境問題や食料自給率といった課題について目を向ける機会にしたいと考えています。

地産地消の良さとは?

**新鮮な旬の味覚を
味わうことができる**

**作っている人の顔が
わかり、安心感が
得られる**

**地域内で資金が還元
され、地域経済の
活性化につながる**

**農業が活性化する
ことで農地が保全され、
景観の維持や洪水の
防止につながる**

**運ぶ距離が短くなり、
エネルギーやCO2排出量
が削減でき、環境に優しい**

**SDGs (持続可能な
開発目標) の達成に
貢献できる**

学校給食に地場産物を活用する効果

**地域の産業や食文化へ
の理解を深めることが
できる**

**食料の生産、流通に関わる人
びとに対する感謝の気持ちを
育むことができる**

**学校と地域との連携・協力
関係を構築することが
できる**

「いただきます」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち

日本では、食事の前に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさま」のあいさつをする習慣があります。それぞれ、どのような意味があるのでしょうか。



いただきます

「いただく(頂く/戴く)」は、頭(あたま)にのせるという意味があり、身分の高い人から物をもらう際、すし(すし)に捧(たか)げて敬意を表した動作(さ)にちなむ言葉です。自然の恵み(めぐみ)、生き物の命(いのち)をもらうことへの感謝(かんしゃ)を表します。



ごちそうさまでした

「ちそう(馳走)」は、食事を用意(ようい)するために走り回(はしまわ)ることを意味(いみ)しており、この食事が出(で)るまでに関わ(かかわ)った人びとへの感謝(かんしゃ)の気持ち(きもち)が込められています。



食べることは、生き物の命(いのち)をいただき、命(いのち)をつないでいくことです。また、食(じ)事が出来(で)るまでに、料理(りょうり)を作る人(ひと)をはじめ、農作物(のうさくぶつ)や家畜(かちく)を育てる人(ひと)、魚(いさな)をとる人(ひと)、食材(しょくざい)を運(は)ぶ人(ひと)、販売(はんばい)する人(ひと)など、たくさんの人(ひと)が関わ(かかわ)っています。感謝(かんしゃ)の気持ち(きもち)を忘れず(わすれず)、心(こころ)を込め(こめ)てあいさつし、食(じ)事を大切(たいせつ)にいた(い)だきましょ。



あなたの好きな給食メニューは?

☆とりごぼうごはん☆

《材料》	《分量》	《下処理》	《作り方》
精白米	2カップ	洗米する	①お米を炊く。
サラダ油	適量		②フライパンに油をひき、鶏肉、ごぼうを炒める。
鶏もも肉	80g	2cm角に切る	③にんじんを②に加えて炒める。
ごぼう	1/2本	縦半分斜め薄切り	④調味料Aを③に加えて煮る。
にんじん	4cm	いちょう切り	⑤④に枝豆を加え合わせる。
酒	小さじ1		⑥炊き上がったごはんを⑤と混ぜ合わせる。
A 砂糖	大さじ1		
しょうゆ	大さじ1		
むき枝豆	15g	下ゆで	

うまみの出る鶏肉に、香りや食感のよいごぼうを合わせて、少し甘辛味の混ぜごはんです。ごぼうや鶏肉にしっかり味をつけることがポイントです。

