



# 給食だより 11月

令和3年10月29日  
港区立青山中学校  
校長 中田 和直

秋も深まってきました。11月3日は「文化の日」です。この日は自由と平和を愛し文化をすすめる日とされています。世界にはいろいろな文化があり、食文化もさまざまです。いろいろな食文化に目を向けると、自分たちの食文化をあらためて知ることができます。



## 「和食」を見直そう!



11月24日

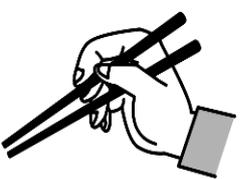


(一社) 和食文化国民会議・制定

「和食；日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコ無形文化遺産に登録されていることをご存じですか？ ここでいう「和食」とは、ただ単に料理のことだけではなく、日本の豊かな自然や気候風土のもとで育まれてきた「自然の尊重」という精神に基づく食文化です。近年、ライフスタイルなどの変化により、この食文化が失われつつあることから、その価値を見直し、国民全体で保護・継承していく必要があります。給食では、ご飯を主食とした和食の献立を中心に、行事食や郷土料理を取り入れるなど、子どもたちに伝統的な食文化を伝えています。

## 家庭で実践したい「和食」の取り組み



<p>食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」を言う</p> 	<p>はしを正しく使って食べる</p> 	<p>ご飯と汁物、主菜、副菜をそろえる</p> 	<p>伝統的な行事食や郷土料理を取り入れる</p> 	<p>旬の食べ物を味わう</p> 
--	---	---	--	--

## 《給食に感謝しましょう》

11月23日は勤労感謝の日です。わたしたちが毎日おいしい給食を食べられるのは、食べ物を育てる人やとる人、運搬をする人、給食を作る人など、さまざまな人たちが支えてくれていのおかげです。食にかかわる人たちへの感謝の気持ちをもって、給食を食べましょう。

