

食育だより

保護者様用



季節の変わり目は一日の気温差が激しく、体調を崩したり、かぜをひいたりする人も増える時期です。また、新型コロナウイルス感染症もまだまだ心配されます。ご家庭におかれましても食事と生活習慣の約束を決めるなどして、体の中から免疫力を高める工夫をお願い致します。

地産地消を推進！地場産物を食べましょう！



日立木小学校では毎月、相馬うまうま献立[😊]を実施しています！



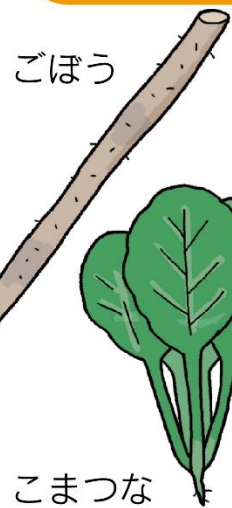
地産地消とは、地域で生産した農林水産物を地域で消費する取り組みです。生産者と消費者の結びつきが強まり、「顔が見える関係」で生産の状況も確かめられて、新鮮な食品を消費でき、地域が活性化します。

また、輸送距離が短いため、輸送のエネルギーの削減になり、環境問題に貢献できます。給食でも積極的に地場産物を活用しています。

れんこん



ごぼう



だいこん



ねぎ



はくさい

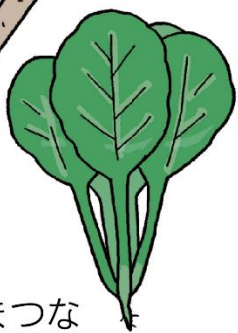


秋・冬が旬の野菜

ほうれんそう



こまつな



しゅんぎく



今日はなんの日？

11月24日は「和食の日」です。本校の給食でも“日本型食生活献立”を取り入れています。「和食：日本人の伝統的な食文化ー正月を例としてー」は、ユネスコの無形文化遺産に登録されています。

この機会に、和食や日本の伝統的な食文化について考えてみてはいかがでしょうか。

給食だより

令和4年11月15日
日立木幼稚園・小学校

園児・児童用



学校給食にかかわっている人に感謝して食べよう

11月23日は勤労感謝の日です。私たちが食べている食べ物は、いろいろな人によってつくり、届けられています。さまざまな人の労力があるおかげで、私たちは食事をすることができています。

学校給食にかかわっている人たち



栄養士
調理員



生産者



運送業者

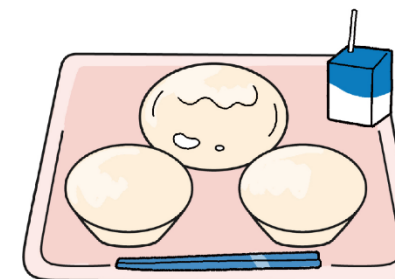
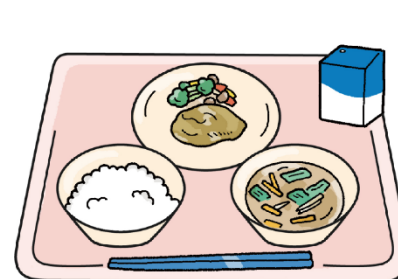


学校給食には、多くの人がかかわっています。献立を考える栄養士、その献立をもとに調理をする調理員、食べ物を育てたりとったりする生産者、食べ物を運ぶ運送業者などです。ほかにもいろいろな人が、学校給食を支えています。その人たちへ、感謝の心を持って食べましょう。

食事のあいさつをしましょう

いただきます

ごちそうさま



日本では、食事の前と後に「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをします。感謝の気持ちを込めて食事のあいさつをして、残さず食べましょう。