

～きゅうしょくたより～

パンのみみ

2120年11月号

御所見小学校



11月24日は「いい日本食の日」とかけて「和食の日」です。また前日の23日は、古くはお米の収穫を祝う日だった「勤労感謝の日」です。今、日本の食料自給率は、37%です。

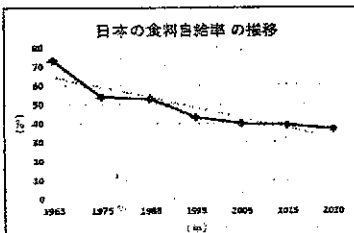
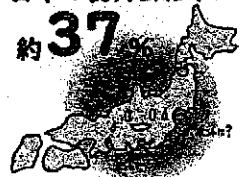
(食事から得られるエネルギー量を基準に計算したカロリーベースの値)

もし何かの事情で外国から食べ物が増えてしまったらと思うと少し不安です。品目によっても国産で十分まかなえるもの、外国に大きく頼っているものがあります。日本の食の今の姿を知り、わたしたちにできることを考えてみましょう。

今の日本の「食」すがた

*農林水産省が発表した、2020年度の各品目の食料自給率(カロリーベース)

日本の食料自給率は
約37%



日本は多くの食べ物を輸入していて、現在の食料自給率は約37%(カロリーベース)しかありません。世界の国を見ると、第1位のカナダは266%、第2位のオーストラリアは200%となっています。もし外国の輸入が止まると、日本国内の人々が生きていくだけの食料が足りなくなり、私たちの食生活は成り立たなくなります。そのため、日本政府は食料自給率の向上に向けた対策を打っています。

- ①米文化の推進
- ②農業の担い手の開拓
- ③地産地消の推進

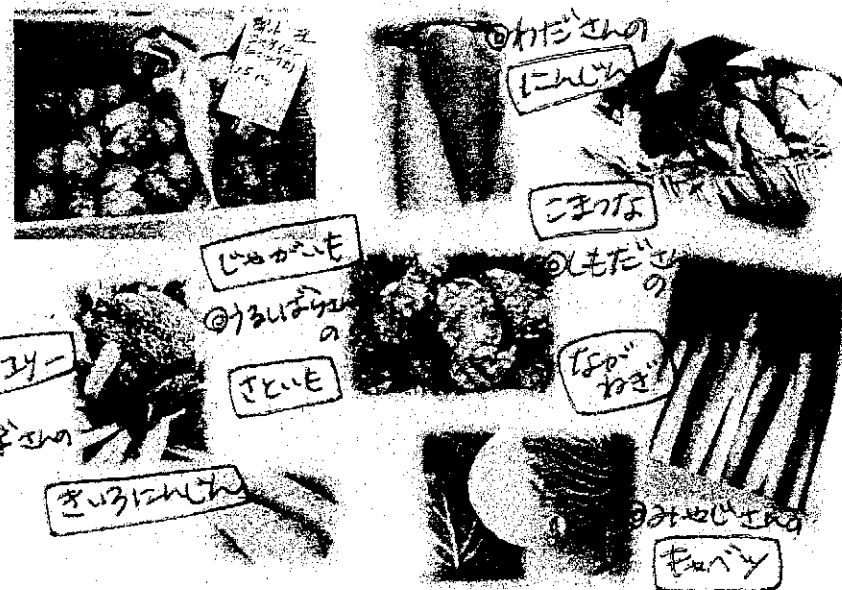
私たちの食生活のためにも、地域で作られているもの、国産のものを大切にしていきたいですね。



野菜類 80%	大豆 6%	くだもの 38%
肉類 53(7)% Ⅲ () 内は畜産品自給率を考慮した値	たまご 97(12)% Ⅲ () 内は畜産品自給率を考慮した値	魚介類(食用) 57%
小麦 15%	米 97%	いも類 73%

今あらためて・・・地産地消のよさを知ろう

市内で農業が盛んな地区の学校で取り組んでいる地産地消の学校給食。御所見小も地域の農家の方々の継続的なご協力のもと、ほぼ毎日給食に地場野菜を使うことができます。新鮮さはそのままおいしさにつながり、子ども達が育つ地域で大切に作られている野菜を食べることは、食への安心感を得ることができます。そして、自分たちの食べているものが多くの人々に支えられていることを知り、感謝の気持ちを抱くことができるようになることを願っています。実りの秋の今は、毎日2~4名の農家さんからとれたての野菜が次々と給食室に届いています！



給食レシピ

今月は子どもたちから教えてほしいとリクエストのあったものから紹介します！

【ししゃもの南蛮漬けのたれ(11/19実施)】

ししゃもの他、小あじやわかさぎ・鶏肉などに片栗粉をまぶしてカリッと揚げてもOK！

＜材料：作りやすい量＞

＜作り方＞

さとう 大さじ4
しょうゆ 大さじ3と1/3
みりん 大さじ5
酢 大さじ4
一味唐辛子 ひとつり

たまねぎ 小1個
ピーマン 2個
にんじん 5cmくらい
調味料を合わせて加熱し、さとうが溶けたら、せん切りにした野菜を加えてさっと火を通す。
※たまねぎは、あれば紫たまねぎもきれいです。長ねぎもおいしいです。たれは清潔な容器に入れて冷蔵庫で保存し、早めに使い切ってください。