

きゅうしょくだより 11月号

(藤沢市立天神小学校)

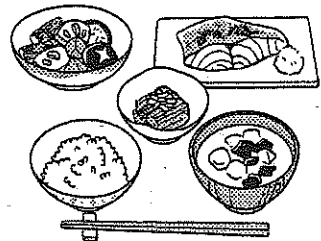
2023年 11月号

11月も終わりに近づき、だんだんと寒くなる日が増えてきました。欠席も増え、学級閉鎖になるクラスも出てきました。水が冷たい季節ですが、手洗いをしっかりして、早寝やバランスのよい食事などで体を大切にしてください。

11月24日は和食の日

和食が、ユネスコ無形文化遺産に登録されて、今年で10年です。多くの食材を使い、栄養バランスがよい和食は人気があり、海外でも日本食のレストランが増えています。

日本人の伝統的な食文化



「一汁三菜」

ごはんのみそ汁などの汁物、おかず(菜)を3品そろえることが和食の基本です。

「自然の美しさ」を食事にとりいれ、表現することも和食のよさです。四季の風景やその移り変わりを旬の食材とともに楽しみます。年中行事や人生の節目を祝う食事などもあります。和食を食べるとともに、和食のよいところを学んで、大切にしたいと思っています。

ユネスコ 無形文化遺産

とは？
芸能や社会的慣習、伝統工芸技術などの無形文化財の中で、土地の歴史や生活風習などに深く関わっているとして、ユネスコにより、登録、保護が行われているものです。

感謝の気持ちを大切に!!

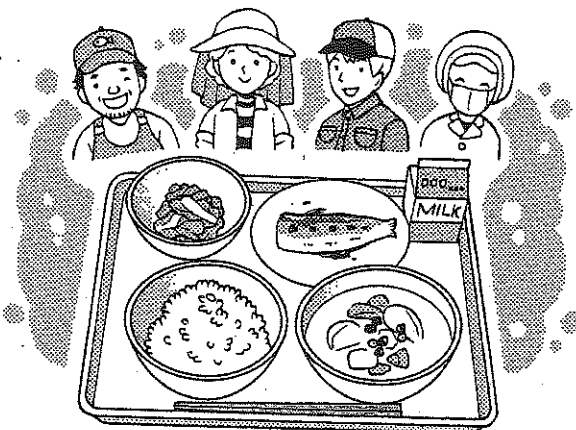
いつもありがとう!



11月23日は「勤労感謝の日」です。もともとは、その年の収穫に感謝をささげる日でした。この日は、働いている人を大切にし、お互いに「ありがとう」という感謝の気持ちを持つ日です。

給食も多くの人に支えられ

てできています。魚をとったり、牛や豚などを育てたり、米や野菜をつくったりする人や、食べ物と運んだり売ったりする人、給食をつくる人



など、たくさんの人の働きでできています。

今年の夏は、とても暑かったので、米や野菜がうまく育たず、大変な農家さんもいました。苦労や努力をしてつくられた食べ物を「ありがとう」の気持ちをこめて大切にしたいと思っています。

ふじさわランチ

佐藤農園

11月27日(月)は、ふじさわランチでした。藤沢でとれた新鮮なブロッコリー、にんじん、だいこんを使って、だいこんカレーライスとブロッコリーのゆずしょうゆ和えをつくりました。新鮮な野菜はみずみずしく、あまみがありました! 特にブロッコリーのゆずしょうゆ和えは、残りもほとんどなしでした!!

みんなふじさわの味を楽しみました!!

