11月 給食だより

令和８年10月28日
おおさわ学園三鷹市立第七中学校
校　　長　　青　木　　睦
栄　養　士　　髙　橋　ひかる

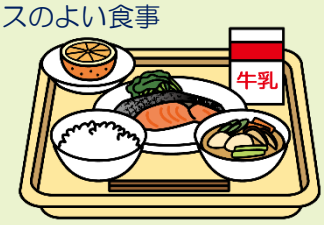
11月24日は和食の日、11月は和食月間です！

私たち日本人の伝統的な食文化である「和食」は、2013 年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。無形文化遺産は、遺跡や自然などが登録される世界遺産とは異なり、土地の歴史や生活風習と深く関わる伝統や行事など、目に見えない文化を対象としています。食文化では「和食」のほかに「伝統的酒造り」が 2024 年に登録されました。毎年 11 月 24 日は和食文化国民会議が定める「和食の日」、そして、11 月は農林水産省が「和食月間」と位置付けています。学校給食では、ご飯を中心に、だしのうま味を生かした汁物や旬の食材を使った料理を取り入れるのはもちろん、年間を通して行事食や郷土料理を提供し、「和食」文化に触れる機会を大切にしています。毎日の給食から「和食」について学んでみませんか？



給食から学ぶ和食文化

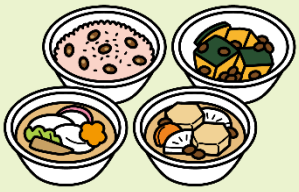
「ご飯・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事



「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶から生まれる感謝の気持ち



行事食や郷土料理など、地域や日本に伝わる食文化



秋の圃場見学

10 月 21 日（水）に三鷹市の圃場巡回に行ってきました。石井健さん、冨澤昌人さん、清水章さんの畑を見学させてもらいました。
下記の写真が畑の様子です。１１月からも三鷹産の秋野菜を給食でも使用します。楽しみに待っていてください！





冨澤さん
小松菜はハウス栽培。
虫が入らない工夫等、
教えていただきました。





石井さん
昔からブロッコリーを多く作っているとのこと。
90～100 日で育ち、堆肥にも拘っていると伺いました。

清水さん
長葱は 3 つの品種がありました。蜂蜜の話も聞きました。秋の蜂蜜は、糖度が高いようです。

