

給食だより

令和6年

11月

常陸太田市学校給食センター



木の葉が色づきはじめ、秋が深まってきました。昼間は暖かくても夕方になると急に冷え込んだり、日によっても気温差があったり、風邪をひきやすい時期でもあります。規則正しい生活を心がけて体調をくずさないようにしましょう。

11月は 地産地消強化月間 です

地産地消とは、「地元で生産されたものを地元で消費する」取組です。11月は多くの農産物が旬を迎えて、茨城の食べ物がとてもおいしい季節になります。

茨城県では、家庭の日である毎月第3日曜日（今月は17日）を「茨城をたべようDay」、その週（今月は17日～22日）を「茨城をたべようWeek」としています。

また、11月を「地産地消強化月間」として、地産地消運動を推進し、県産食材を食べる取り組みを広めています。



《地産地消のよいところ》

- ・新鮮でおいしく、栄養豊富なものが食べられる。
- ・生産者が分かり、安心して食べられる。
- ・輸送エネルギーが節約でき、自然環境にやさしい。
- ・流通コストがかからない分、値段が安い。
- ・食材を通して、季節を感じられる。

給食でも、茨城県産や常陸太田市産の食材を積極的に取り入れています。



☆ご家庭でも、地元の新鮮な食材をぜひ使ってみてください☆

常陸太田市合併20周年記念給食が出ます！

今年は、常陸太田市が金砂郷町、水府村、里美村を編入し、合併して20周年となる年です。学校給食では、合併20周年記念給食を予定しています。常陸太田市産のお米や野菜、常陸牛などを使用したお祝いメニューになっています。

＜提供日＞

中学校 11月26日(火) 小学校 11月28日(木)



茨城県では、県民の生活習慣病の予防を推進するため、毎月20日を「いばらき美味しいお Day」(減塩の日)として定めています。11月20日は給食でも減塩メニューを取り入れています。ぜひ、ご家庭でもできるところから減塩を意識してみませんか。

感謝の心を持って食べよう！

みなさんの食事は、たくさんの人の苦労や努力によって支えられています。11月23日は「勤労感謝の日」です。この機会に感謝の気持ちを伝えてみませんか。

いただきます！



感謝の気持ちを込めて「いただきます」と「ごちそうさまでした」のあいさつをしましょう。

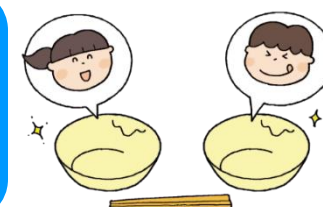
ごちそうさまでした！



《《《《《「いただきます」と「ごちそうさま」の意味》》》》》

「いただきます」

食料となった自然の恵み、生き物の命をいただくことへの感謝を表す言葉です。



「ごちそうさま」

この食事を作るために関わった人たちへの感謝の気持ちが含まれています。

食事は、生き物や植物の命をいただくことで成り立っています。残すのは命を粗末にすることです。できるだけ残さないように食べましょう。

給食を支えてくれる人たちへインタビュー



今月は

さとがわ 里川カボチャ農家さん



さとがわ 里川カボチャおいしいです。たくさん食べてください。



はすみ 荷見さん

さと 佐藤さん

里川かぼちゃ研究会

昭和30年頃から、常陸太田市里美地区・里川の源流近くの高地で栽培されてきた地域伝統野菜です。鮮やかなピンク色の皮が特徴です。



里川地区は夏場、昼と夜の寒暖差があるため、甘くておいしくなるそうです。