



食育だより



令和7年11月19日発行
No. 132
諫早市東部学校給食センター
TEL 0957-22-6777

秋もいちだんと深まり、紅葉が目を楽しませてくれる季節となりました。新米、肉、魚、野菜、きのこ、果物などもおいしさが増してきます。冬の訪れに備えて、豊富な食材をバランスよく取り入れた食事で寒さに負けない体づくりをしましょう。

「ありがとう」を伝えよう

…《11月23日は、勤労感謝の日です》…

給食を例にとっても、毎日給食を食べることができるのは、日頃から目には見えないところで多くの方が働いてくださっています。

みなさんにおいしく食べてもらえるよう日々努力されています。直接お礼を言える機会はなかなかありませんが、あいさつや食べ方で感謝の気持ちを伝えたいですね。

「いただきます」のあいさつをする



「いただきます」には食べものとなった動植物の命をいただくことへの感謝の気持ちが表されています。

味わって食べる



好き嫌いせず、よく味わっておいしくいただくことも、作った人や食べものへの感謝の気持ちを伝える大切な方法です。

食器は、ていねいにあつかう



食器やはしの持ち方、使い方、そしてきちんと後片付けをすること。そのどれもが作ってくれた人への敬意と感謝を表します。

「ごちそうさま」のあいさつをする



「ごちそうさま」は、食事ができるようにと駆け回って(馳走して)くださった方の苦労をねぎらうあいさつです。

給食に限らず、食事の時には、ありがとうの感謝の気持ちを込めて、「いただきます!」「ごちそうさまでした!」のあいさつが、自分から進んでできる人でありたいですね。

～県内丸ごと長崎県給食～

…地場産物使用推進週間《11/17(月)～11/23(日)》…

長崎県において、毎年6月と11月は「長崎県産品愛用運動推進月間」です。学校給食においても特に地元の産物を意識した「地場産物使用推進週間」として、11月17日(月)から23日(日)までの1週間を設定し、県下一斉の取組を実施しています。

その取組の一環として《県内丸ごと長崎県給食》を実施します。

この日は、調味料を除く全ての食材が長崎県産の食材で作られます。

また、長崎県では学校給食における県内産品を使用する割合(重量比)を71%以上とすることを目標としています。

学校給食に地域の産物を取り入れる事は、新鮮な食材を確保すると共に、子ども達の郷土の理解を深め、生産に関わる方々や食への感謝の気持ちを育む大切な機会となります。

これを機会に、ご家庭でもぜひ「地産地消」について話題にいただければと思います。



※小長井小学校の5年生が体験学習で収穫した「赤米」(赤米ごはん)を提供します。

- ・小学校 11月20日(木)実施予定
- ・中学校 11月21日(金)実施予定



いいことたくさん!

