



松前町学校給食センター

秋もいちだんと深まり、菊の花やもみじが目を楽しませてくれる季節になりました。新米肉、魚、野菜、きのこ、くだものなどいっそうおいしさを増す時季です。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。

感謝して食べよう

11月23日は「勤労感謝の日」です。毎日の食事は、生き物の命や自然の恵みをはじめ、多くの人の支えによって成り立っています。直接お礼を言える機会はなかなか少ないですが、食事のあいさつや食べ方で感謝の気持ちをしっかり表していきたいですね。

命への感謝「いただきます」

私たちが食べるものは、もとをたどれば、すべて生きていたものです。そうした動物や植物の命をいただく(食べる)ことで、私たちは生きています。自然のめぐみや私たちの命をつないでくれる大切な食べ物に感謝する気持ちを表すのが「いただきます」というあいさつです。



よく味わって食べよう

食べる人を思って作られた料理を好き嫌いをしないで、よく味わっておいしくいただくことも、食べ物や作った人への感謝の気持ちを表します。食事のマナーを守り、みんなが気持ちよく食べられるように心がけましょう。



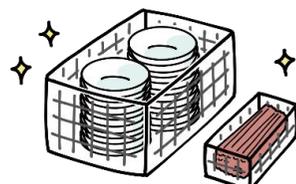
人への感謝「ごちそうさま」

昔、お客様をおもてなしする時、家の人はいろいろなところを歩き回って材料を探し求め、時には命がけで食べ物をとらなければならないこともありました。そのご苦労に「ありがとう」の気持ちを伝えることから始まったあいさつです。作ってくれた人、食事ができることへの感謝の気持ちを表しています。



思いやりの気持ちで後片付け

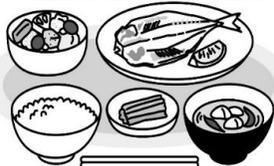
食器の扱い、配膳、はしの使い方、そして後片付け。そのどれもが作った人への感謝の気持ちを表すものになります。特に後片付けは、次に作業する人のことを考え、決められた方法で片づけましょう。



11月24日「和食の日」

いいにほんしょく

(一般社団法人和食文化国民会議制定)



素材そのものの味を生かす

南北に長く、海、山、里と各地域の風土に合わせて育まれてきた多彩な食材が用いられます。素材そのものの最大限に生かす調理技術や調理器具が発達してきました。



11月24日は「和食の日」です。海、山、里と豊かな表情を持つ国土に育まれてきた日本の食文化は、栄養バランスに優れた健康的な食事として、世界から注目を集めています。さらに「自然の尊重」という大きな考え方で貫かれていることも和食の特徴となっています。

自然の美を表現

食事の場で自然の美しさや四季の移り変わりを表現することも大きな特徴です。旬の食材を使い、また季節の花をあしらったり、調度品や器にも気を配って季節感を楽しめます。



健康的な食事

ごはんを主食とした「一汁三菜」を基本に「うま味」を生かすことで理想的な栄養バランスに近づきます。日本人の長寿や肥満防止に役立ってきました。



年中行事との関わり

日本の食文化は年中行事と密接に関わって生まれてきました。自然のめぐみである「食べ物」をみんなで分け合い、一緒に食事をする事で家族や地域のきずなを強めています。



愛のレジスタンス!

コロナ禍の下のディスタンス!

ふり じげん たいさく
~冬もしっかり新型コロナウイルス対策!~

てあら 手洗いするときも!



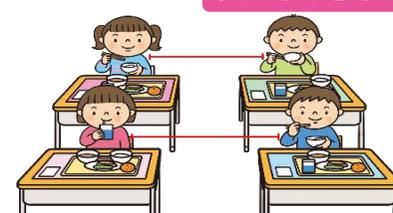
話めずに順番に並び、せっけんでしっかり手を洗おう。

はい 配ぜんるときも!



前の人とよく距離をとって。おしゃべりはしないね。

た 食べる時も!



マスクをとったら、大きな声は出さない。よくかんでよく味わって食べよう。

あとかたづ 後片付けでも!



マスクをつけて、しよっきはひとりずつ返します。のこしたものはきめられたしごとで集めてね。