

# しよく いく 食育だより

むつみちゅうぶしょうがっこう  
六ツ美中部小学校

えいようきょうゆ さかもとふみよ  
栄養教諭 坂本文代

だいごう  
第4号



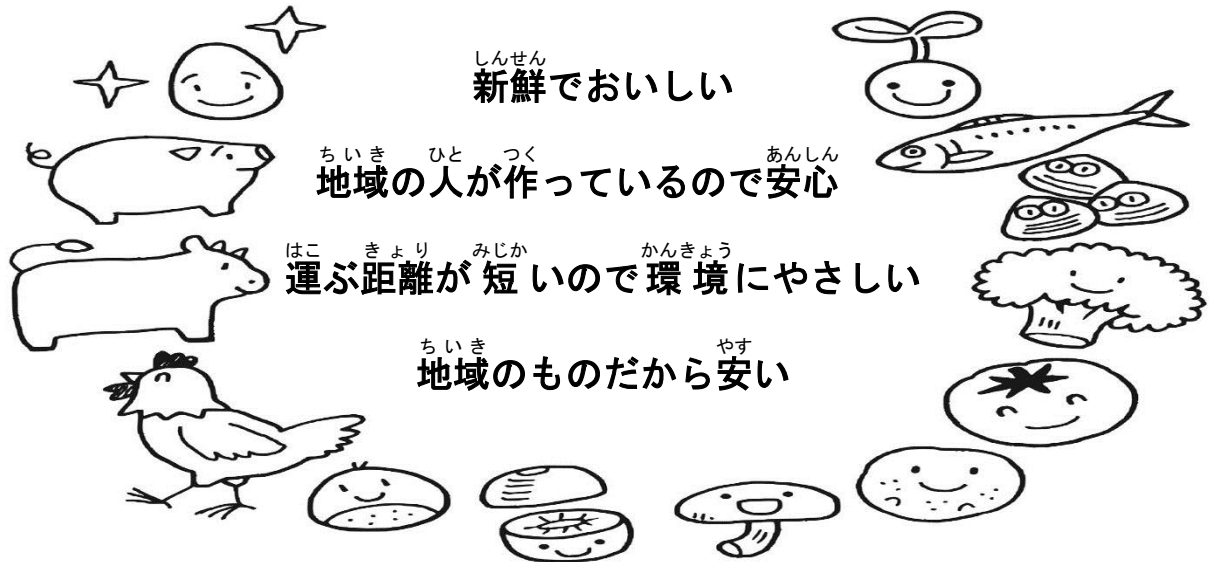
みのあき  
実りの秋です。みなさんは、ちいきせいさん  
地域で生産したものをちいきしょうひ  
地域で消費するという意味を持つ

ちさんちしょうことばき  
「地産地消」という言葉を聞いたことがありますか。ちさんちしょうあんしんあんぜんしんせん  
地産地消は、安心安全で新鮮な食べ物

た  
が食べられるだけでなく、しよくりょうじきゅうりつこうじょう  
食料自給率の向上にもつながります。ちいきつく  
地域で作られている食べ

もの  
物について、ぜひうちわだい  
お家でも話題にしてみてください。

## ちさんちしょう ◆ 地産地消のよいところ ◆



## ◆ あいち た がっこうきゅうしよく ひ 愛知を食べる学校給食の日 ◆

11月18日(金)の献立

- むらさき麦ごはん
- 牛乳
- なすのみそ汁
- れんこんハンバーグの  
おろしソースかけ
- ほうれん草と  
もやしのじゃこ和え
- お米のムース

おかざきしきゅうしよく  
岡崎市の給食では、ちさんちしょう  
地産地消をすすめています。

11月18日(金)の給食では、あいちけんさん  
愛知県産・岡崎市産

の食べ物をたくさん使った献立が登場します。ちいき  
地域の

食べ物を大切にして、おいしくいただきます。

《 使用する地域の食材 》

あいちけんさん  
愛知県産：米・牛乳・れんこん・三つ葉

おかざきしきゅうしよく  
岡崎市産：むらさき麦・なす・みそ・もやし

# ◆ 感謝して食べよう ◆

11月23日は「勤労感謝の日」

です。普段何気なく食事をしてしま

いがちですが、その裏には、食べ物

を育てる人や運ぶ人、料理をする人

など、さまざまな人たちが関わって

います。毎日おいしい食事が食べら

れることに感謝しましょう。



野菜は、汚れなどが  
ないようにチェックしながら洗っています。

「おいしくなあれ」と思いをこめて、一生懸命作っています。



南部給食センターの様子

## 秋野菜クイズ 正しいのはどっち?

秋に多くとれる野菜についてのクイズです。AとB、どちらが正しいか考えて、正しい方を○で囲みましょう。

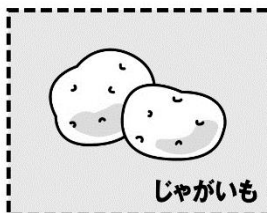


①

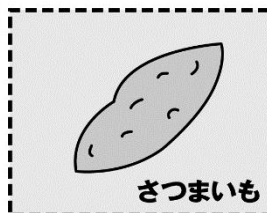
食べている部分が「根」  
なのはどっち?



A



B



②

長ねぎをごく細い  
せん切りにして  
水にさらしたものを、  
なんていう?



A



B



③

次のうち、にんじんの花は  
どっち?



A



B



① B (じゃがいもは地下のくきの部分)  
② A (料理にそえる美味などに使われる)  
③ B (Aは、白髪やキヤンツなどのアブラ科の花)