



食育だより 11月号

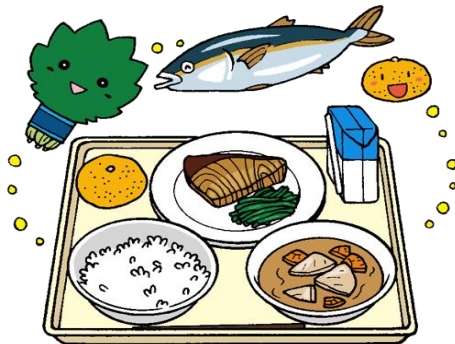
令和2年10月30日
函館市立戸倉中学校

実りの秋です。みなさんは、地域で生産したものを地域で消費するという意味を持つ「地産地消」という言葉を聞いたことがありますか？ 地産地消は、安心安全で新鮮な食べ物が食べられるだけでなく、食料自給率の向上にもつながります。地域でつくられている食べ物について、ぜひご家庭でも積極的に取り入れてください。

地場産物を食べよう

みなさんが毎日食べている給食には、地域の生産者の方々が、丹精込めて作ったさまざまな地場産物を、たくさん取り入れています。

自分が住む地域でつくられている地場産物を知り、生産者の方々の努力を身近に感じてみましょう。



11月に
給食で使われている

地場産物

函館産～じゃがいも、
にんじん
長ねぎ、大根
キャベツ

北海道産～玉ねぎ
白菜
ブロッコリー

ごはんを食べていますか

ごはんの主成分は体や脳のエネルギー源となる炭水化物で、良質なたんぱく質、ビタミンB1なども含んでいます。主食である米を食べる機会を増やすようにしましょう。

給食では、新函館産の「ふっくりんこ」を使っています。



11月23日 勤労感謝の日



食べ物が私たちの口に入るまで、たくさんの方々の努力があります。



あらためて、毎日おいしい食事が食べられることに感謝しましょう。



いい にほんしょく 「11月24日」の日 ～和食文化を考えよう～

11月24日は、語呂合わせで「いい日本食」の日です。

日本人が和食文化について認識を深めて、次世代に和食文化の保護と継承していく大切さを再認識してもらいたいものです。

函館市では毎月「和食の日」を設けて、地場産物を多く取り入れた和食献立を設定しています。

