

# 給食だより 11月号



2026年10月30日

町田市立三輪小学校

校長 荻間 順子

気温が高い日もありましたが、気候は秋らしくなり、校庭の木々も色づき始めています。朝夕の寒暖差があり、体調を崩しやすい時期です。風邪をひかないように、規則正しい生活と栄養バランスを意識した食事をとって免疫力を高めましょう。

11月24日は **和食の日**、11月は **和食月間** です！ 

日本人の伝統的な食文化である「和食」は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。無形文化遺産は、遺跡や自然などが登録される世界遺産とは異なり、土地の歴史や生活風習と深く関わる伝統や行事など、目に見えない文化を対象としています。食文化では「和食」のほかに「伝統的酒造り」が2024年に登録されました。毎年11月24日は和食文化国民会議が定める「和食の日」、そして、11月は農林水産省が「和食月間」と位置付けています。

学校給食では、ご飯を中心に、だしのうま味を生かした汁物や旬の食材を使



った料理を取り入れるのはもちろん、年間を通して行事食や郷土料理を提供し、「和食」文化に触れる機会を大切にしています。三輪小学校では、11月に『和食 Week』と題し、11月24日～27日は、「新米食べ比べ」や「だしを味わう」ことができる献立にしています。ご家庭でも、和食について考える機会になればと思います。

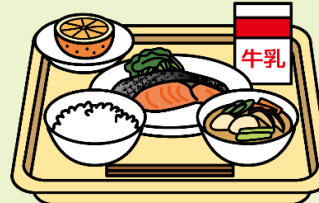
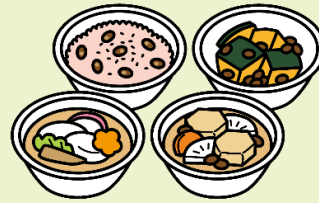
わ しよく ぶん か

きゅう しよく まな **和食文化**

「ご飯・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつから生まれる感謝の気持ち

行事食や郷土料理など、地域や日本に伝わる食文化



## ＊食材の産地について（10月分）

|       |       |       |        |       |    |       |                  |       |              |
|-------|-------|-------|--------|-------|----|-------|------------------|-------|--------------|
| にんにく  | 青森、町田 | しょうが  | 熊本、町田  | きゅうり  | 福島 | えのきたけ | 福岡               | マスカット | 山形           |
| 玉ねぎ   | 北海道   | もやし   | 栃木     | まいたけ  | 長野 | さんま   | 台湾               | みかん   | 和歌山          |
| 人参    | 北海道   | 大根    | 青森     | しめじ   | 長野 | いか    | パルー              |       |              |
| 小松菜   | 埼玉、東京 | ごぼう   | 青森     | チンゲン菜 | 愛知 | 赤魚    | アメリカ・大西洋         | 米     | 宮城、岩手、北海道、秋田 |
| キャベツ  | 群馬    | じゃがいも | 北海道、町田 | 白菜    | 長野 | ししゃも  | アイスランド・ノルウェー・カナダ |       |              |
| ほうれん草 | 愛知    | ねぎ    | 埼玉     | エリンギ  | 長野 | りんご   | 群馬               |       |              |
| さつまいも | 茨城    | にら    | 愛知     | れんこん  | 茨城 | 柿     | 和歌山              |       |              |