

食育だより



令和3年
11月号

(毎月19日は食育の日)

鋸南町学校給食センター

11月24日は「いい日本食の日」とかけて「和食の日」です。また前日の23日は、古くはお米の収穫を祝う日だった「勤労感謝の日」です。しかし、今、日本の食料自給率は、食事から得られるエネルギー量を基準にした「カロリーベース」という計算法で37%になっています。もし何かの事情で外国から食べ物が来なくなってしまうと思うと少し不安ですね。品目によっても国産で十分まかなえるもの、外国に大きく頼っているものがあります。できることを考えていきたいですね。

これが、今の日本の『食』の姿

農林水産省が発表した、昨年度(令和2(2020)年度)の各品目の食料自給率(カロリーベース)です。

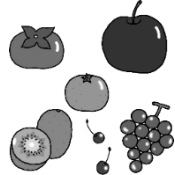
野菜類 80%



大豆 6%



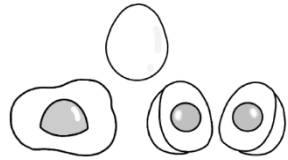
くだもの 38%



肉類 53(7)%



たまご 97(12)%



魚介類(食用) 57%



小麦 15%



米 97%



いも類 73%

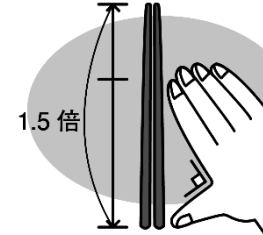


11月は千葉県の各小中学校で地産地消(千産千消)デーの取り組みをします。鋸南町では11月30日に八百屋さんやお豆腐屋さんにご協力いただき、千葉県産の食材をふんだんに使用した給食を予定しています。【千葉県産の食材】米・牛乳・スズキ・豚肉・豆腐・油揚げ・きゅうり・長ネギ・大根・小松菜・キャベツ・人参・こんにゃく・切り干し大根

目指せ「はし名人」

はしを上手に使えますか? 食事をきれいに食べるには、はしの持ち方や使い方がとても重要です。正しい持ち方を確認し、使い方を見直してみましょう。

はしの選び方



親指と人差し指の間の長さの1.5倍が目安。

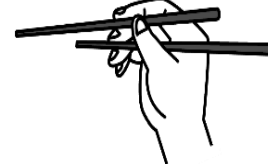
自分専用のはしを持ち、はしだけで食事をするのは日本だけの習慣です。

はしの持ち方

- ①えんぴつと同じように、親指・人差し指・中指で1本のはしを持つ。
- ②数字の「1」を書くように、上下に動かす。
- ③もう1本のはしを、親指の付け根から、中指と薬指の間に通す。
- ④上のはしを動かして、はし先を閉じたり開いたりして、食べ物をはさみます。



はしの
動かし方を
練習しよう!



下のはしは
動かしません。

いろいろな使い方に挑戦してみよう

まぜる	はさむ	つまむ	くるむ	きる
まとめる	すくう	はこぶ	ほぐす	はがす

★正しいはし使いに慣れるまで大変ですが、一緒に練習していきましょう。



児童生徒のより一層の安全・安心確保の観点から、提供する学校給食の食材について放射能検査を行っています。10月22日に豚肉(千葉県産)について検査した結果、不検出でしたのでお知らせいたします。