令和3年度 石川県立ろう学校



# 給食だより11月





## 11月8日は 「いい歯の日」

将来ずっと自分の歯で味わって食べることができるよう、しっかり歯を だき、歯を大切にしましょう。

| 横に関する四学熟語 | 『明眸皓歯』

意味:明るく澄んだ美しい瞳と白くきれいな歯。転じて美人、美男のこと。





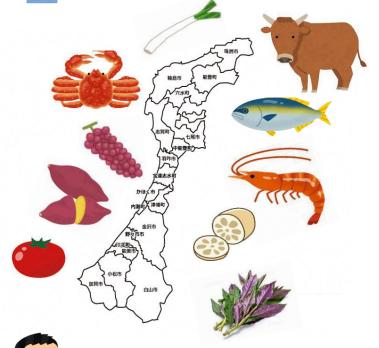
いろいろな食材が豊富にあります。



# 加賀野菜と能登野菜



『昭和20年以前から栽培され現在も堂として盗訳で栽培されている野菜』
さつまいも、加賀レンコン、たけのこ、加賀太きゅうり、
金時草、加賀つるまめ、ヘタ紫蕊す、源助だいこん、せり、
打木赤皮甘栗かぼちゃ、盆沢一本太ねぎ、竺塚からしな、
赤ずいき、くわい、奈沢春菊



### ○ **能登野菜** 17品首

『能登の風土を活かして生産され、優れた特徴、品質を有する野菜』 中島菜、沢野ごぼう、金糸瓜、神学原くわい、小菊かぼちゃ、 能登かぼちゃ、能登赤土馬鈴薯、能登山菜、能登白ネギ、 能登釜時、かもうり、能登ミニトマト、能登長なす、 能登すいか、能登だいこん、能登ブロッコリー、詹川菜

地区によってさまざまな食文化があります。

#### <能登地区>

熱かいからようした食文化 (例)

○魚汁 能登を代表する調味料で塩漬けした魚を一年以上発酵・熟成してつくられる。
イワシの身やイカの内臓が原料にされる。魚のうまみが凝縮されている。
秋田県のしょっつる、香川県のいかなご醤油とならぶ日本 三大魚醬としても有名です。

## **<金沢近郊>**

各地から集まった魚介や農作物が武家料理の発展を後押しした。 大きな城下町を炭酔する食文化 〇武家料理 じぶ煮 (轄) や鶏肉に小麦粉をまぶして煮込んだ料理)、はす蒸しなど。

また、加賀特産のかぶらを使ったかぶらずしはお正月に欠かせない料理です。

#### <加賀地区>

業の作付面積の多くを担っている広大な穀倉地帯を反映する食文化 (例) 〇押しずし 加賀地区ならではの食習慣。

加賀市の稀ずしのほか、熊楚を使った整ずしも加賀地区の伝統料理です。



# 地産地消 ~地元でとれた食材を地元で消費すること~

にもといくざい、つか 地元食材を使うことで、食文化をはぐくむ、地域の生産者を応援する、輸送に係る二酸化炭素を削減するなどの効果があります。





