



11月の給食だより

ひ ひ あき ふか かん ころ あき みの かぜ たいちよう き す
日に日に秋の深まりが感じられる頃となりました。秋の実りをいただき、風邪などひかないよう体調に気をつけて過ごしてくださいね。

11月8日は **よくかむと体や脳によいことがたくさん**

味がよくわかる 唾液が多く出る 食べ過ぎを防ぐ 脳の働きアップ 消化を助ける

11月23日は **給食は、多くの人に支えられています！**

わたし きゆうしよく た おお ひと かか さかな と
私たちが給食を食べることができると、多くの人に関わっています。魚を獲る
ひと ぶた とり そだ ひと こめ やさい つく ひと た もの はこ ひと きゆうしよく つく ひと
人、豚や鶏などを育てる人、米や野菜を作る人、食べ物を運ぶ人、給食を作る人
ひと ささ かんしゃ きゆうしよく た
などです。これらの人たちに支えられていることに感謝して、給食を食べましょう。



11月24日は **「和食」はユネスコの無形文化遺産です！**

平成25年に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されてから、今年で10年です。

ユネスコ無形文化遺産とは、芸能や伝統工芸技術など形を伴わない文化財で、その土地の歴史、生活風習、伝統、行事や儀式などと密接に関わっているものを登録・保護する制度です。

世界の食に関する無形文化遺産（右図）と「和食」の特徴（下図）とを比べ、食文化について、理解を深めましょう。

食に関する無形文化遺産の例



- 1 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- 2 健康的な食生活を支える栄養バランス
- 3 自然の美しさや季節の移ろいの表現
- 4 正月などの年中行事との密接な関わり

