11月給食だより

「いただきます」と「ごちそうさまでした」

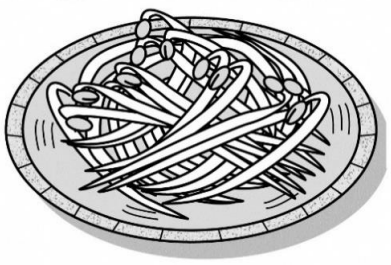
私たちが普段何気なく食べている物は、肉や魚に限らず、米や野菜など、もとはみんな生きていたものです。また、食事ができあがるまでには、農作物を作る人、家畜を育てる人、魚をとる人、食べ物を運ぶ人・販売する人、料理を作る人など、多くの人が関わっています。感謝の気持ちを込めて「いただきます」と「ごちそうさまでした」のあいさつをし、なるべく残さずに食べましょう。

食べ物の命・食事ができあがるまでに関わる人たち

感謝の気持ちを忘れずに…

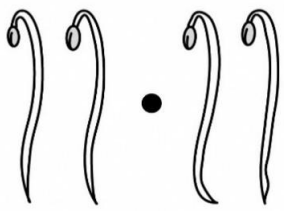
ありがとう♥

もやし



もやしは豆類の種子を発芽させたもので、カイワレ大根や豆苗などと同じスプラウト類（発芽野菜）の一種です。緑豆、ブラックマッペ、大豆のもやしが主に生産されており、豆の状態ではほとんど含まれないビタミンCなどの栄養成分が発芽によって合成されます。１年中買うことができて、価格が手ごろなのも魅力ですが、傷みやすいので早めに使い切りましょう。

11月11日 もやしの日



シャキシャキした食感を生かし、サッとゆでてお浸しやあえ物にしたり、汁物の具に加えたり、炒め物にするのもオススメ。かつては温泉や湧き水を利用した栽培法がありましたが、現在は工場で生産されるものがほとんどです。青森県の大鰐温泉もやし、山形県の小野川豆もやしは、今でも温泉を利用して栽培されている貴重な伝統野菜です。

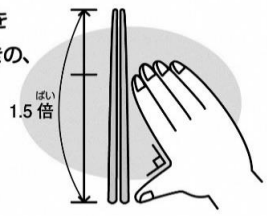
工業組合もやし生産者協会が制定

「はし」の持ち方 使い方

はしを上手に使うことができますか？　日本の食事マナーにおいて、はしの使い方はとても重要です。正しい持ち方を身につけることで、お皿に食べ物を残したり、ポロポロとこぼしたりすることなく、料理をきれいに食べることができます。

自分の手に合った物を選びましょう。

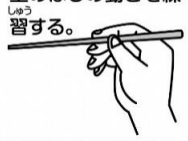
親指と人差し指を直角に開いたときの、指先を結ぶ長さの1.5倍が目安です。



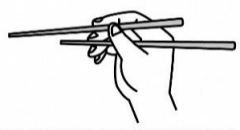
はしの持ち方

① 1本のはしを、親指・人差し指・中指の3本の指で、えんぴつと同じように持つ。

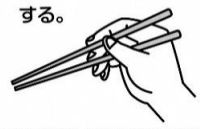
② 「1の字」を書くように、たてに動かして、上のはしの動きを練習する。



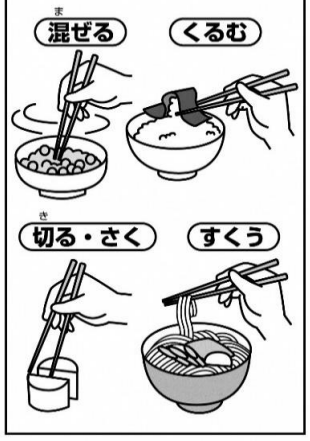
③ もう1本のはしを、親指の付け根から、中指と薬指の間に通す。



④ 上のはしだけを動かすようにし、はし先を閉じたり開いたりする。

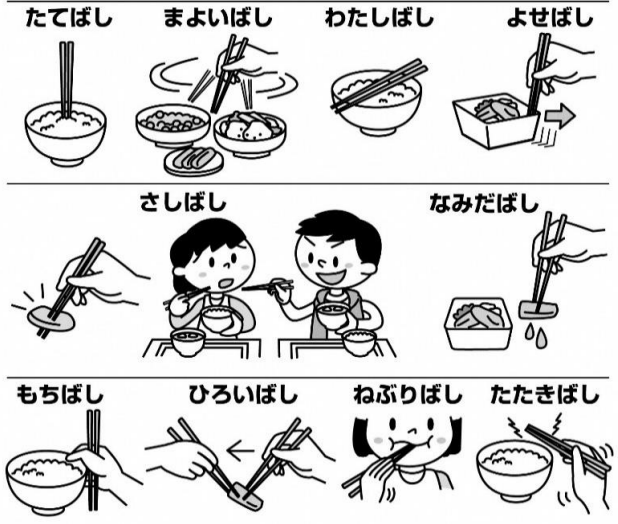


はしは、食べ物をつまんだり、はさんだりして口に運ぶほかに、いろいろな使い方ができる便利な道具です。



こんな使い方はダメ！

「嫌いばし」といい、不作法とされます。



季節のおたより

食生活の多様化により“和食離れ”が進んでいるといわれる中、平成25年12月に「和食；日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコ無形文化遺産へ登録決定し、話題になりました。ここでいう「和食」とは料理そのものではなく、“自然を尊重する心”に基づいた、食べることに関する日本人の習わしであり、右の４つが特徴として挙げられています。

給食では旬の食材を使った和食を中心に、行事食や郷土料理を献立に取り入れ、子どもたちへ「和食文化」の魅力を伝えていきたいと考えます。

世界に誇る、日本人の伝統的な食文化「和食」

★お知らせ　給食費補助について★

本年度の補助金交付につきましては，給食費を完納し未納がない保護者に，補助金を交付いたします。補助金交付申請書（平成30年２月発送予定）が届きましたら，必ずご提出をお願いいたします。

また，給食費そのものが半額，全額無料になるわけではありませんので，ご理解の程，よろしくお願いいたします。

問い合わせ先　　境町立学校給食センターTEL　８６－５９０７

学校給食用食材の放射性物質の測定結果

境町立学校給食センターでは，学校給食用の食材について，放射性物質測定器で測定し，結果を公表します。

測定結果　　（単位：Ｂｑ／ｋｇ）

検査日	品目	産地名	放射能物質測定結果	
			放射性ヨウ素(131)	放射性セシウム(134･137)
9月22日	キャベツ	群馬	検出せず	検出せず
	チンゲンサイ	茨城	検出せず	検出せず

※測定システムは，「ＮａＩシンチレーション検出器」ヨウ化ナトリウムシンチレーションによる機器でヨウ素ー１３１，セシウムー１３４・１３７を検出・測定しています。

「検出せず」とは，放射性物質が存在しないか，検出限界値（２０Ｂｑ／ｋｇ：測定時間による）以下であることを表します。