

給食だより

令和3年11月5日
松戸市立旭町小学校

秋が深まり、校庭の木々の葉も少しずつ色づき始めました。朝夕と昼の気温差があるので衣服の調節をこまめにし、規則正しい食生活で冬に備えましょう。

「いただきます・ごちそうさま」～感謝の心を育てよう

11月23日(火)は「勤労感謝の日」です。この日はもともと「新嘗祭」といって、田んぼや畑でとれた米や野菜などの収穫を祝う日でした。自然の恵みや収穫できたことへの感謝の気持ちが込められています。食物が私たちの元に届くまでには食物を育てた自然の力や生産に従事する人々、材料などを買うお金を稼いでくれた人、料理を作ってくれた人などの働きがあります。これらのことを考えて食事の前には感謝の気持ちを込めて「いただきます・ごちそうさま」を言えたらと思います。またこの感謝の気持ちが、食べ物を「粗末にしない」、残したら「もったいない」という気持ちや行動にもつながっていきます。

人への感謝 「ごちそうさま」

昔、お客さまをおもてなしするとき、家の人はいろいろなところを歩き回って材料を探し求め、ときには命がけで食べ物をとらなければならないこともありました。そのご苦労に「ありがとう」の気持ちを伝えることからはじまったあいさつです。作ってくれた人、食事ができることへの感謝の気持ちを表しています。



人に「ごちそうさま」
命に「いただきます」

命への感謝 「いただきます」

私たちが食べるものは、もとをたどれば、すべて生きていたものです。そうした動物や植物の命をいただく(食べる)ことで、私たちは今、生きています。自然の恵みや、私たちの命をつないでくれる大切な食べ物に感謝する気持ちを表すのが「いただきます」というあいさつです。



これからおいしくなるよ! 秋冬の野菜

秋から冬にかけて美味しくなる野菜を楽しい川柳にしました。だいこん、ながねぎ、ほうれんそう、にんじんなど千葉県で採れた野菜が今月もたくさん給食で登場します。

はくさいの
身をひきしめる
冬の北風

ほうれんそう
寒くなるほど
甘み増し

ぼくは花の子
つぼみを食べる
ブロッコリー

しろい足
ながさを競う
根深ねぎ

だいこんは
なまよし煮てよし
漬けてよし

せいかく
性格も
まっすぐになりそう
冬ごぼう

りんかくでわかるよ
だんしゃく、
メークイーン

かおいろ
顔色もよくなる
にんじん
ベータカロテン

旬の食べ物

さつまいも

さつまいもはじわじわと熟を加えると酵素の力で甘くなります。だから焼きいもはおいしいのです。さつまいもには、でんぷんがたくさんあり、力がもりもりわいてきますよ。