

まゆみよぐだより

平成29年11月7日
松戸市立松飛台第二小学校

校庭の木々が色づき始め、秋も深まってきました。

学校では、「松二小合唱祭」や「持久走記録会」にむけて子どもたちは毎日元気に活動をしています。朝晩の冷え込みも段々厳しくなってきました。朝ごはんをしっかり食べて体調を崩さないようにしましょう。

～11月23日は「勤労感謝の日」～

勤労感謝の日とは、もともとその年に収穫された農作物の恵みに感謝し、穀物が豊かに実ることを願う「新嘗祭」というものでした。今では、国民の祝日に関する法律によって「勤労をたっぴ、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」日と定められています。

「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶は、感謝の心をあらわす大切な言葉です。きちんと感謝の気持ちを込めて挨拶をしましょう。



いただきます



感謝の心をあらわす言葉



ごちそうさま

わたしたちは、魚や肉、米、野菜、果物などさまざまな命をいただいて生きています。すべての命に感謝の気持ちを込めて「いただきます」といしましょう。そして、食べ残しなどで食べ物を粗末にしないように心がけましょう。

「ごちそうさま」の「ちそう（馳走）」とは、走り回るといふ意味があります。食事をつくるために食材を育てたり、料理をしたり、駆け回っていただきありがとうございましたという意味が込められた言葉です。食事の後に心を込めていましょう。

食べ物をごみにしないで

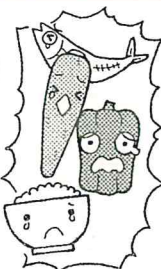
せっかくなつくられた食べ物も、わたしたちが食べ残してしまえば、そのままごみとして捨てられてしまいます。自分が食べられる量を盛りつける、苦手な食べ物でも一口だけでも食べてみるなど、食べ物をごみにしない方法を考えてみましょう。

こんな理由で食事を残していませんか？

ピーマンはきらいなの



おやつを食べたらおなかがいっぱい



ダイエット中だから



お皿によそいすぎちゃった

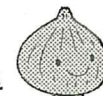


地産地消のよさを知ろう

地域で生産されたものを地域で消費することを地産地消といいます。地産地消にはたくさんのよいことがあります。

実りの秋に、地域の生産者が心を込めてつくった食材を味わっていただきましょう。

地元産



外国産

新鮮

輸送する時間が短いので新鮮な食材が手に入ります。

安心安全

身近でつくられているので生産者がわかり、安心して食べられます。

自給率アップ

地産地消は、食料自給率の向上につながります。

環境に優しい

輸送にかかるエネルギーが少なく、地球環境に優しいといえます。

～試食会を行いました～

10月13日（金）に給食の試食会を行いました。当日は1年生の保護者と家庭教育学級の皆様を対象に、給食についての説明後、試食の他に給食の配膳や片付けまでを行っていただきました。

また、アンケートにもご協力いただき、温かい感謝のお言葉等をいただきました。どうもありがとうございました。給食室一同これからも子ども達のために安全で美味しい給食が提供できるように心がけていきたいと思ひます。

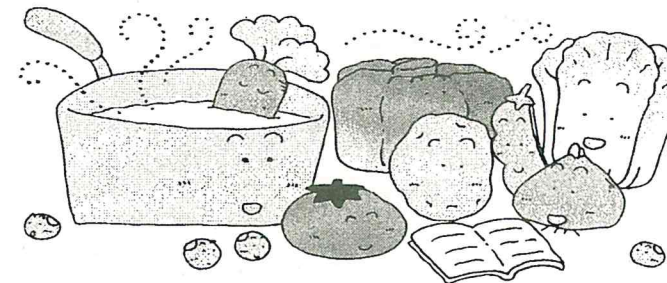
当日、「さばのオレンジ煮」と「カミカミ和え」のレシピを配布しましたが、「じゃことナッツのふりかけ」のレシピもほしいとの要望がありましたので記載します。

<材料（1人分）>

- | | | |
|---------------|--------------|----------------|
| 〇ちりめんじゃこ・・・3g | 〇塩こんぶ・・・0.4g | 〇ピーナッツダイス・・・4g |
| 〇白いりごま・・・1.2g | 〇かつおぶし・・・1g | 〇きざみのり・・・0.4g |
| 〇みりん・・・1.8g | 〇上白糖・・・0.5g | 〇しょうゆ・・・0.5g |
| 〇清酒・・・0.4g | | |

<作り方>

- ① 塩こんぶは軽く水洗いをする。
- ② ちりめんじゃこを炒める。
- ③ 塩こんぶを加えて調味する。
- ④ ピーナッツとごまを加える。



<お知らせ>

11月の給食徴収日は11月13日（月）を予定しています。

口座のご確認とご協力をお願いします。なお、10月に行われた体育大会、合同音楽会へ参加された児童の給食費については、減額調整してありますのでお確かめ下さい。