11月給食だよ



令和7年11月

しょく ぶん か

「和食」というと何を思い浮かべますか? ご飯・みそ汁・おかずの組み合わせや、 すし、そば、うどん、天ぷら、おでんなどの料理を思い浮かべる人もいるかもしれま がいこく つた りょうり

せん。また、ラーメンやカレーといった外国から伝わった料理も、アレンジが加えらにほんどくじ りょうり はってん がいてくじんかんこうきゃく にん きれて日本独自の料理として発展し、外国人観光客にも人気のグルメとなっています。
ー方で、ライフスタイルの変化によって、地域に伝わる郷土料理や行事食などの伝統的な食文化が失われつつほって、ライフスタイルの変化によって、地域に伝わる郷土料理や行事食などの伝統的な食文化が失われつつまって、対しいが、かいまかまり、その保護・継承が課題となっています。そのような背景から、2013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へ登録されました。これは料理としての和食だけでなく、「自然の尊重」という日本人のせいん たいげん しょく かん しゃかいてきかんしゅう いか とくちょう ま 精神を体現した食に関する「社会的慣習」のことで、以下の4つがその特徴として挙げられています。

た よう しんせん しょくざい 多様で新鮮な食材と も あじ そんちょう その持ち味の尊重



けんこうてき しょくせいかつ 健康的な食生活を ささ えいよう

支える栄養バランス



し ぜん うつく き せつ 自然の美しさや季節 ひょうげん の移ろいの表現



しょうがつ ねんちゅうぎょうじ 正月などの年中行事 みっせつ かか との密接な関わり



日本の食文化を大切にするために、心がけたいこと

ただ

食器を正しく並べま



「いただきます」「ごちそう さま」を心を込めて言いま



はし ただ お箸を正しく使いま

しょう



ち いき つた きょう ど りょう り 地域に伝わる郷土料理 ぎょう じ しょく あじ や行事食を味わってみ

ましょう

