

11月食育だより



池田市教育委員会
池田市立学校給食センター
令和4年11月 第91号

日ごとに秋が深まり、五月山が少しずつ色づいてきました。秋が旬の米や魚、野菜や果物などの食べ物が、毎日の食卓を彩ります。いつもの食事で食べているものが、どこからどのように届いているか知っていますか？毎日おいしい食事が食べられることに感謝していただきましょう。

“食事のあいさつ”に込められた思い

「いただきます」と「ごちそうさま」。毎日の食事のあいさつには、それぞれどんな意味があるか、考えたことはありますか？

食事の前の「いただきます」には、自然の恵みを受けていることや、生き物の命をいただいていることへの感謝が込められています。

食事の後の「ごちそうさま」には、この食事を作るために関わった、たくさんの人たちへの感謝の気持ちが含まれています。

単なるあいさつとしてではなく、意味を考え、心を込めて言えるようにしましょう。



『勤労感謝の日』とは、働くものに感謝する日です。この機会に、ありがとうの気持ちを伝えてみませんか？



ある調理員さんの一日

6:00	野菜など納品受取 野菜などの下処理
9:00	調理開始
11:00	調理終了 釜など洗浄作業 書類作成
12:00	給食を食べる 休憩
13:00	洗浄作業
15:00	書類作成

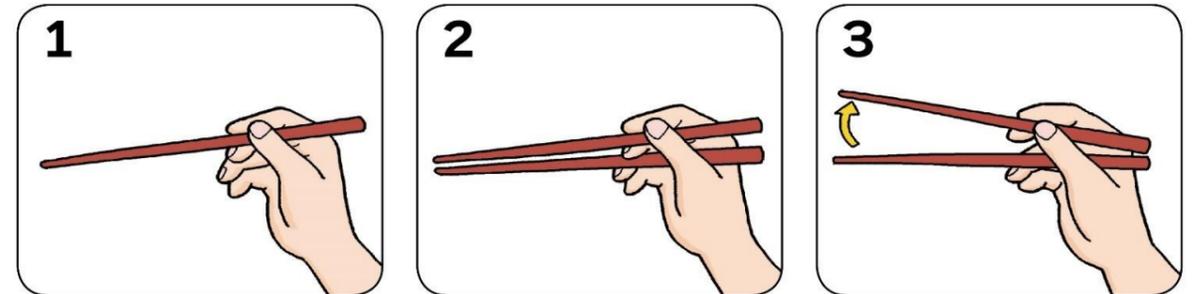
その言葉がうれしい



はしを正しく使えていますか？

和食の食事作法で、はしの使い方はとても重要です。「切る」、「はさむ」、「混ぜる」、「くるむ」、「つまむ」など、はしには多様な機能があります。正しい持ち方や使い方を身につけると、食事がしやすくなります。自分のはしの持ち方を確認してみましょう。

基本のはしの持ち方

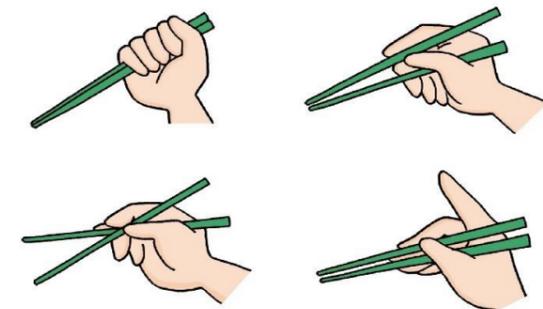


1 上のはしは正しい鉛筆の持ち方で軽く持つ。数字の1を書くように縦に動かす。

2 下のはしは親指のつけ根から、中指と薬指の間に通す。はし先はそろえる。

3 親指を支点にして、中指で上のはしを持ち上げる。上のはしだけを動かす。

こんな持ち方をしていませんか？



☆ことわざクイズ☆

□□に入る言葉は何？

□□より重いものを持たない

(意味・・・大切に育てられたことのため)

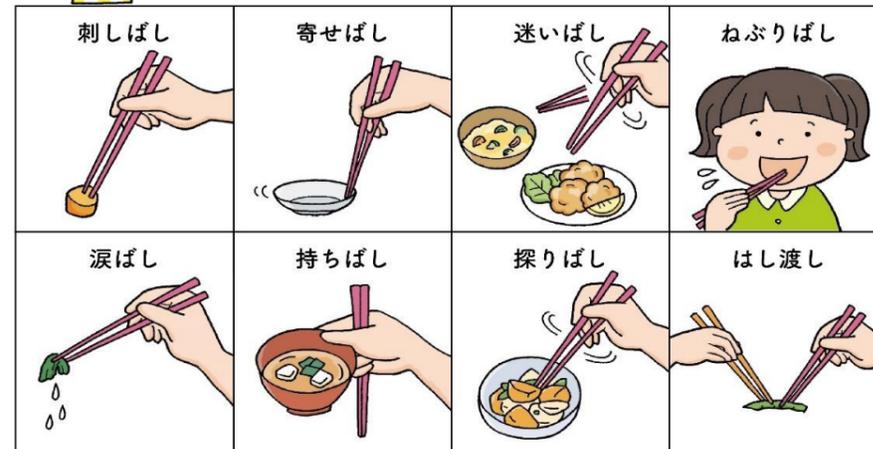
□□に始まり□□に終わる

(意味・・・日本料理では、はしづかいが最も大切であること)



マナー違反に注意！

きらいばし



一緒に食事をする人に、不快な思いをさせてしまうはしづかいを「きらいばし」といいます。気をつけましょう。



「くわえばし」、「指しばし」など、「きらいばし」は他にもあります。

(☆ことわざクイズ☆の答え/はし)