

# すこやか 11月号



矢巾町学校給食共同調理場

## 感謝して食べましょう



みなさんは感謝の気持ちをもって食事をしていますか？  
 食べ物は、もともとは動物や植物の命でした。  
 私たちは、それらの命をいただいて、食べることで、  
 命をつないでいるのです。  
 残さず食べることで、食べ物への感謝の気持ちを  
 表しましょう。

料理がみなさんの前に出てくるには、農家の人が  
 農作物を育て収穫したり、漁師さんが魚をとったり、  
 カロ工業の人が食品を加えたり、運送業の人が  
 トラックで運んだり...と、多くの人がかかわっています。

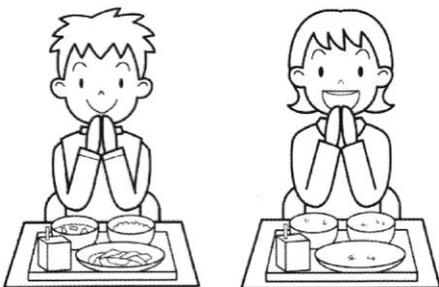
そして、それらの食べ物を使っておいしく料理を  
 作ってくれる人がいるから、毎日おいしく食事をすることが  
 できるのです。

食事には、たくさんの方の  
 手がかけられています



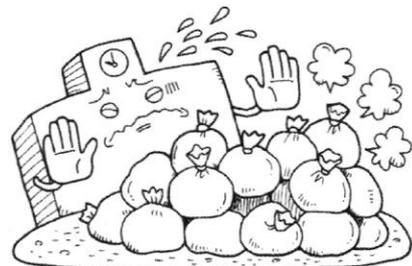
### 「いただきます」「ごちそうさまでした」

食事の前と後に、心をこめてあいさつを  
 することでも、感謝の気持ちを表すことが  
 できます。家でも学校でも、心をこめて  
 「いただきます」「ごちそうさま」を言うように  
 しましょう。



### もうひとくち！食べてみましょう

給食で苦手な物がたつき、一口も食べずに  
 残していることはありませんか？  
 ひとりひとりの残した量は少しくても、みんなの  
 分が集まれば、たくさんの方の量になってしまいます。  
 みんながもうひとくちずつ食べるだけで  
 食べ残しがぐっと減ります。



# 地場産物の よさを知ろう



自分たちが住んでいる地域でとれる食べ物も、地場産物と  
いいです。地場産物には、いいところがたくさんあります！

## 地場産物のいいところ

- ① 生産している人が近くにいて、「顔が見える」「話ができる」こと。
- ② 輸送にかかる時間が短くなるので、環境にやさしいこと。
- ③ 収穫してすぐに食べることができるので新鮮で栄養たっぷりなこと。



☆ 給食でも矢巾町でとれた地場産物を取り入れています！！



南立表で、矢巾町産の食材に  
下線をつけてお知らせしています。  
さがしてあげてくださいね！

## 矢巾町産のおいしい食材

(秋から冬)

こめ  
米 (ひとめぼれ)

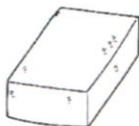


だいず

(シユウリュウという  
品種です)



とうふ



あぶら  
油あげ



や-コン

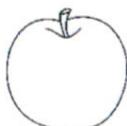
矢巾町で  
たくさん  
栽培されて  
います！



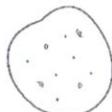
玉ねぎ



りんご



じゃがいも



しいたけ



きくらげ

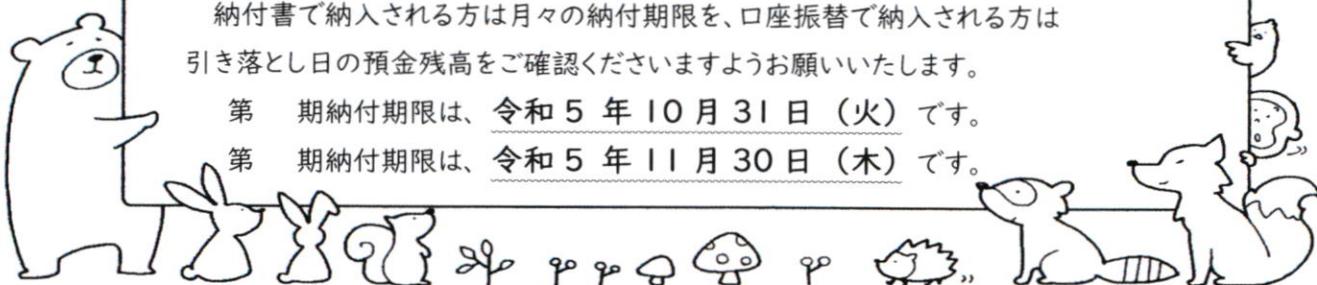


### 保護者の方へ (給食費の納入について)

納付書で納入される方は月々の納付期限を、口座振替で納入される方は  
引き落とし日の預金残高をご確認くださいようお願いいたします。

第 期納付期限は、令和 5 年 10 月 31 日 (火) です。

第 期納付期限は、令和 5 年 11 月 30 日 (木) です。



### 地産地消

9 月分の町産農産物割合は、

**43.8%** でした。



※ 毎月の給食だよりで、町産農産物の使用割合を紹介します！

調理場では、調理した給食 1 食分について  
放射性物質の測定を実施しています。

10 月の測定結果は、厚生労働省の基準値  
以下でした。測定結果は町のホームページで  
表していますのでご覧ください。