

食育だより 8・9月号



令和8年8・9月

(毎月19日は食育の日)

秩父市立原谷小学校共同調理場



出発!

給食で学ぼう! 世界のごはん



埼玉県では、小松菜・ねぎ・ほうれん草などの野菜が特産品として有名です。また、古くから受け継がれてきた郷土料理もたくさんあります。

埼玉 (Saitama)



インドの食事では、はしやフォークを使わず右手を使って食べます。カレーの他にもタンドリーチキンやビリヤニなどスパイスを使う料理が多いです。



インド (India)



ジョージアには大人気で集まり食事をする『スブラ』という食文化があります。誕生日などのお祝い事・家族や友達との食事など様々な場面で行われています。

ジョージア (Georgia)



イギリスは、海に囲まれているため魚介類が豊富です。また、国の半分が牧場のためお肉や乳製品の生産が多く、特にチーズは700種類以上あります。



イギリス (UK)



アメリカの学校では日本のように教室で給食を食べるのではなく、カフェテリアで食事をします。簡単に食べられるサンドイッチやハンバーガーが好まれています。

アメリカ (the USA)



韓国では、ステンレス製のお皿やはしが使われています。これは昔、王族が食事をするとき毒が入っていないかを確認するためといわれています。

韓国 (Korea)



台湾は外食文化が発展しています。そのため朝7時にはすでに開店しているお店が多くあります。そして夜には屋台が多く並ぶ夜市という文化があります。



台湾 (Taiwan)



中国は地域によって、主に「四川料理」「北京料理」「上海料理」「広東料理」の4つにわけられています。

あっさり／こってり／辛いなどそれぞれ特徴があります。

中国 (China)



イタリア料理は、トマトの「赤」チーズの「白」バジルの「緑」を使い見た目も色あざやかな料理がたくさんあります。パスタやピザが有名です。

イタリア (Italy)



ゴール!



日本の食文化は、2013年に『和食』として無形文化遺産に登録されています。和食は旬・行事食・郷土料理を特徴としています。



日本 (Japan)



メキシコ料理には『チリ』という唐辛子が欠かせません。辛いだけでなく、味にコクを出すためにも使われています。『チリ』にトマトを混ぜたものを、『サルサ』といいます。

メキシコ (Mexico)



スペインはオリーブオイルの生産が世界一です。油としてだけでなく、パンにつけて食べたりサラダにかけたり幅広く料理に使われています。



スペイン (Spain)

今年の十五夜は9月25日です!

十五夜とは、旧暦の8月15日前後の満月の日のことを指し

「中秋の名月 (ちゅうしゅうのめいげつ)」とも呼ばれます。

昔の人たちは、月の満ち欠けをみて月日を知ったり種まきや収穫の時期を決めていたり、お月さまの光は生活に欠かせないものでした。

そんなお月さまに対して感謝をするという意味から、十五夜の日にはお団子をお供えしたり、すすきを飾ったりしています。



9月1日は防災の日



ここ数年、地震や豪雨など大きな災害が全国各地で発生しています。

大きな災害が起こると、配達ができなくなり生活に必要なものが手に入らないことがあります。

命を守るために、水と食料は必要です。いつ災害が起こるかわからないため、水や缶詰・レトルト食品などの食料品の他にもカセットコンロやお皿など日頃から備えておきましょう。3日～1週間分を目安に備えておくことで安心です。