

11月給食だまり

令和元年度
はごろも学校給食センター
TEL 897-8560
FAX 897-8561

感謝のきもちをもって食べましょう。

さわやかな気持ちのよい季節になりました。朝晩は肌寒く感じることも多くなってきましたね。季節の変わり目に体調を崩すことなく、冬の訪れに備えて、豊富な食材をバランスよく食べて、寒さに負けない体づくりをしましょう。

11月23日は勤労感謝の日です。毎日の食事に欠かせない農作物を作ってくださっている農家さん、運搬する人、販売する人、料理を作ってくれる人たちなど、食にかかわる人たちに感謝の気持ちをもって食べましょう。

今月の行事食・特別給食

1日(金) 宜野湾市教育の日
カルシウム、鉄分たっぷりの元気ヨーグルトが
です！しっかり食べて、丈夫な体や心おだやかに
していきましょう。

8日(金) いい歯の日。(カミカミ献立)
かみごたえのあるカミカミサラダがです！
よくかんでおいしくたべてね！

15日(金) 芋(ソム)の日献立。《16日》
サクサクの紅芋コロックがです！
お楽しみに♪

20日(水) 廈門献立。
この日は中国にある廈門市と友達になった記念日♪
それにちなんで中華料理が出ます！

22日(金) 和食の日献立。《24日》
『和食』は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録
されました。給食でも 色々な和食の料理が出て
きます。日本人として、大切に守っていきましょう

今月の地場産物

じばさんぶつ
地場産物って??

→地元(宜野湾市近郊、県内)で
とれた食べ物のこと。新鮮でおいしいよ!

- ・小松菜
- ・にら
- ・きゅうり



宜野湾市と中国 廈門市とのあゆみ

みなさんは、宜野湾市と中国福建省廈門(あもい)市は友好都市だということを知って
いましたか?
市職員の野球チームが友好親善試合のため廈門(あもい)市を訪問したことをきっかけに、
1995年(平成7年)11月に友好都市提携
調定がなされました。2002年には宜野湾
市からの留学生派遣も始まりました。11月は
廈門(あもい)市と友達になった記念の月です。
それを記念して11月20日は中華料理
が登場します！お楽しみに♪

食事のあいさつの意味を知ろう!

食事の前と後で、きちんとあいさつができていますか？ 食事のあいさつの意味を知り、
感謝の気持ちを込めて、しっかりあいさつをしましょう。

いただきます



山のてっぺんを「頂(いただき)」といいます。昔、大切なものをもらうとき、一度頭の上に掲げ、かしてまわって頂戴したことから生まれた言葉といわれます。さらに食事で動植物の命を「いただいて」いること、食事ができることへの感謝の気持ちも込められています。

ごちそうさま



「ちそう(馳走)とは、「走り回る」という意味です。昔、大切な人をもてなすために遠くまで駆け回り、食べ物を集めてくれた人への感謝を表す言葉です。毎日食事ができるためには、さまざまな人の仕事や協力があります。そのことに感謝してあいさつをしましょう。

11月8日は いい歯の日

しっかりかんで食べるには健康な歯が必要です。家族みんなで「いい歯」を目指しましょう!

かむ力を
つけよう!

