きゅうしょくだより

令和８年１１月号
昭島市立つつじが丘小学校

11月24日は「和食の日」です

11月24日は「11（いい） 2 （にほん） 4 （しょく）」の語呂合わせで「和食の日」です。学校給食課では、これにちなんで 11 月 25 日にお茶と組み合わせた和食の献立にしています。また、日々の給食には、和食中心に献立を組み合わせています。和食の献立を日々食べることで、バランスのよい食事を体感し、季節の移り変わりや和食の良さを感じ、食事作りに関わるすべての人たちへの感謝する気持ちを育んでいきたいと取り組んでいます。



～和食の４つの特徴～



★多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重

日本の国土は南北に長く、海、山、里と表情豊かな自然が広がっているため、各地で地域に根差した多様な食材が用いられています。また、素材の味わいを活かす調理技術・調理道具が発達しています。

★健康的な食生活を支える栄養バランス

一汁三菜を基本とする日本の食事スタイルは理想的な栄養バランスと言われています。また、「うま味」を上手に使うことによって動物性油脂の少ない食生活を実現しており、日本人の長寿や肥満防止に役立っています。

★自然の美しさや季節の移ろいの表現

食事の場で、自然の美しさや四季の移ろいを表現することも特徴のひとつです。季節の花や葉などで料理を飾りつけたり、季節に合った調度品や器を利用したりして、季節感を楽しみます。



★正月などの年中行事と密接な関わり

日本の食文化は、年中行事と密接に関わって育まれてきました。自然の恵みである「食」を分け合い、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めてきました。





世界に誇る魚食文化！

魚から広がる食育



海からの豊かな恩恵を受け、日本の食文化は多彩に発展してきました。様々な調理方法や特産の魚介を使った各地域の郷土料理など、日本には魚を中心とした独特の「魚食文化」が根付いています。冷蔵・冷凍技術の発達や流通の拡大で全国的に食べられるようになり、市場に並ぶものは 600 種を超すといわれる中、近年の急速な「魚離れ」が懸念されている現状があります。



学校給食では和食の推進とともに、旬のさんまの塩焼きを提供するなど、和食の魚料理を積極的に取り入れています。今年度は子供たちに魚のことをもっとよく知ってもらい、魚料理に親しみをもって食べてもらうために、魚をテーマに食育指導を実践しています。毎月旬の魚について、クイズ形式のショート動画を作成し、給食で提供される日の朝学習や給食時間などに視聴してもらう取り組みを行っています。楽しく学びながら、よく味わって食べることで、魚についての興味関心が高まることを期待しています。

ぜひ、ご家庭でも魚の動画について話題にしてみてください。

昭島の梨ゼリーを給食で提供します！

今年度も、「昭島の梨ゼリー」を学校給食で提供します。梨は昭島市を代表する特産品の一つです。昭島市で採れる梨は「多摩川梨」というブランド梨として出荷しています。「多摩川梨」は、多摩川沿い地域の果実生産組合のみが名付けられる名称です。多摩川の沿岸は、水はけの良い土壌で、梨の栽培に適していたことから、昭島市でも昔から梨の栽培が盛んでした。

今年も市内の梨農家さんが、給食の「昭島の梨ゼリー」のために梨を届けてくれました。そこで、農家さんに梨づくりについてのお話を聞いてきました。今回は、今年の梨の様子や、袋かけのこと、出荷のことなど、たくさんのことを教えていただきました。



①今年の梨は？





今年は雨が多かったため、梨が大きく育ちやすい年でした。梨は水分を多く含む果物なので、雨が多いと大きく育つ一方で、水分が多くなり、味が薄く感じられることもあるそうです。

今年は全体的に大玉傾向で、大きめの梨が多くできたそうです。

②梨に袋をかけるのはなぜ？



梨が実るとーつーつに袋をかけます。これは、強い日差しから梨を守るためです。日焼けを防ぎ、きれいな梨を育てることができます。



1個 **約30秒！**

1日に **500～600個** ほど袋をかけることもあるそうです。

③出荷について



今年も、市内６戸の梨農家さんが給食のために梨を届けてくれました。出荷された梨は給食の「昭島の梨ゼリー」になります。

出荷する時期は、農家さんの収穫のタイミングに合わせて調整しました。

④給食の梨ゼリーになるまで



農家さんが大切に育てた梨は、様々な工程を経て、給食の「昭島の梨ゼリー」になります。

給食用の梨ゼリーには、新高などの赤梨が使われます。

今年は

247kg の梨を出荷！

約9245個 の

「昭島の梨ゼリー」になります！

子供たちから「また食べたい！」という声がたくさん聞かれるほど、毎年とても好評なゼリーです。「昭島の梨ゼリー」を通して地域の特産物への関心が高まってほしいと願っています。

つつじが丘小学校では、11月25日の給食で提供します！楽しみにしていてください。

