



# 給食だより 11月号



ひのしりつひのだいさんしょうがっこう  
日野市立日野第三小学校

## 11月は「ひの野菜給食月間」 11月19日は「日野産野菜給食の日」

日野市では、野菜の収穫期に合わせて11月を「ひの野菜給食月間」と定めており、特に、子供たちの健全な食生活の実現と心身の成長を促すことを目的として、11月19日は「日野産野菜給食の日」と定めています。これは、日野市食育推進計画の中にも位置付けられています。

日野市では、1983年（昭和58年）から地元農家の野菜を直接納入して学校給食で提供する取り組みが始まり、今年で42年目を迎えています。この取り組みは「日野方式」と呼ばれ、これほど前から地元野菜を学校給食で使用している自治体は珍しく、全国でも注目されました。

近年、農地面積は減りつつありますが、学校給食で使える農作物を優先的に作付けしたり、地下水を活用したりなどの工夫と努力で、安全で新鮮な地元野菜を給食に提供してもらうことができます。

### 日野市の学校給食でおいしくいただける農産物

☆樽トマト：日野市の農家では、ビニールハウスで温度管理をしながら蜂による受粉を行っています。樽に一株のトマトの苗を植え、丁寧に栽培、収穫しているため、味が濃く甘みが強いのが特徴です。

☆東光寺大根：東光寺大根は、約100年前から日野市内の東光寺地区で作られています。東光寺大根の首の太さは10円玉ぐらいで、長さは1メートル以上もあります。

☆さくらたまご：日野市の学校給食で使われているたまごで、百草地区にある由木農場で生産されています。国産の米や魚粉などの飼料で育てられた約8000羽の鶏から産まれるたまごの殻の色は桜色です。

☆その他…小松菜、キャベツ、人参など、季節ごとに種類の農作物を栽培しており、毎月の献立表でも表記しています。

### 11月24日は「和食の日」

和食の一汁三菜…和食の基本と言われる「一汁三菜」とは、日本人の主食である「ご飯」に「汁物」と3つの「おかず」を組み合わせた献立です。体に必要な「熱や力の元になるもの」、「血や肉になるもの」、「体の調子を整えるもの」の3つの栄養素をバランスよく摂取することができます。

「だし」について…「だし」とは、昆布や鰹節、煮干しなどを煮出した汁のことです。水や湯を使って旨味を引き出したものが「だし」であり、和食の味の基本となります。

### 感謝の気持ちをもって食事をしましょう …11月23日は勤労感謝の日

『いただきます』…「私の命をつなぐために生き物の命を『いただきます』」という意味が含まれています。

『ごちそうさま』…漢字で「御馳走様」と書きます。馳走には「走り回る」という意味があり「この食事をつくるために食べ物育てたり、集めたり、料理したりとあちこちに走り回っていただき、ありがとうございました。」という意味が含まれています。

11月の給食目標

感謝の気持ちをもって食べよう

