# 11月食育だより

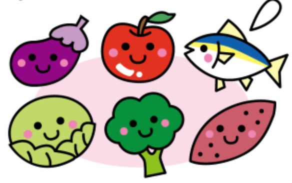
令和６年10月25日（金）
港区立高松中学校
校長　中山　幸子
栄養士　島田　理香

## 給食を通して地産地消の良さを知ろう！

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みです。学校給食では、地域でとれた「地場産物」を活用することで、地域の産業や食文化への理解を深め、地域への愛着を育むとともに、環境問題や食料自給率といった課題について目を向ける機会にしたいと考えています。

### 地産地消の良さとは？

**新鮮な旬の味覚を味わうことができる**



**作っている人の顔がわかり、安心感が得られる**

**地域内で資金が還元され、地域経済の活性化につながる**

**農業が活性化することで農地が保全され、景観の維持や洪水の防止につながる**

**運ぶ距離が短くなり、エネルギーや$CO_2$排出量が削減でき、環境に優しい**

**SDGs（持続可能な開発目標）の達成に貢献できる**

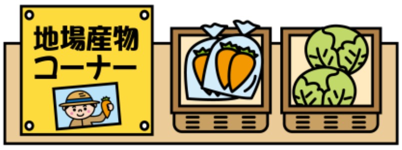
### 学校給食に地場産物を活用する効果

**地域の産業や食文化への理解を深めることができる**

**食料の生産、流通に関わる人びとに対する感謝の気持ちを育むことができる**

**学校と地域との連携・協力関係を構築することができる**

## 地場産物を使っています！




直売所や道の駅、スーパーマーケットの地場産物コーナーなどを活用しましょう。地場産物のほか、自分が応援したい地域や被災地の産品を選ぶことは、その産地の生産者の応援につながります。

今年の給食試食会は、長崎県の郷土料理を提供しました♪

主食・主菜…鶏五目ご飯
副菜…浦上そぼろ
汁物…つぼ汁
デザート…カステラ
飲み物…牛乳

## ９月２６日（木）給食試食会の実施報告

昨年、保護者の方から「郷土料理や行事食を食べてみたい！」という声が多く寄せられたため、今年は郷土料理を提供することにしました。現在、食の欧米化で「和食」が薄れつつあるので、試食会を通して日本の食文化を家庭に発信し、興味・関心をもってもらいたいと考えています。給食では成長期に合わせて必要なエネルギー・栄養素の必要量が決まっています。例えば、塩分（ナトリウム）量は2.5g未満と設定されているため家庭よりも薄味になってしまいますが、カツオや昆布からダシをとったり、レモンやお酢を使ったドレッシングで味に変化をつけたりと工夫しています。

今後も安全・安心・おいしい給食を目指していきますので、よろしくお願い致します。