



# 食育だより

# 11月

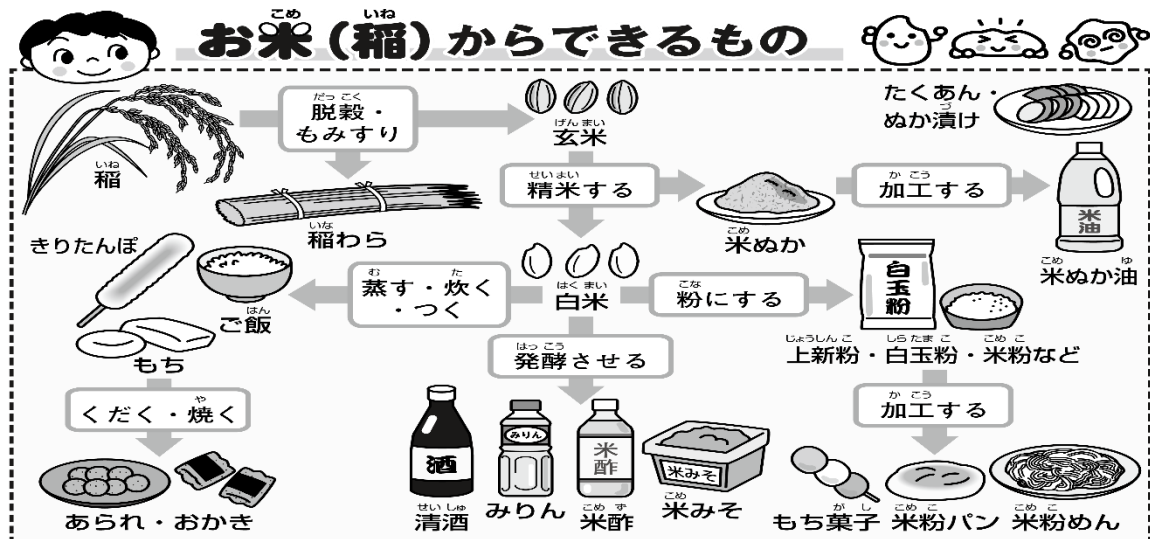


八尾市立大正小学校 令和7年11月

## こめ お米のおはなし



新米のおいしい季節になりました。日本の主食であるお米の歴史は古く、縄文時代に水田による「稲作」が中国大陸から伝わり、弥生時代には北海道と沖縄県を除く各地に広まりました。現在では、北海道から沖縄県まで全国各地で作られており、おいしさや作りやすさを追求したさまざまな品種のお米が誕生しています。



## 食事のマナーを考えよう！

食事のマナーで大切なのは、食事を用意してくださった人たちや、一緒に食べるお友達のことを考えた **思いやりの気持ち** です。では、食事中に会話をするときには、どのようなことに気をつければよいのでしょうか。考えてみましょう。

・気持ちよく食べられるように、  
気分がよくなる話をする  
・こわい話・きたない話はしない

・つばを飛ばしたり、大声で話さない  
・口に食べものが入ったまま話さない

・時間や食べることを忘れる  
ほど、話に夢中にならないようにする

ほごしゃ かと  
保護者の方へ

きゅうしょくししょくかい し  
～給食試食会のお知らせ～

こんねんど きゅうしょくししょくかい かいさい  
今年度も給食試食会を開催します。12月1日（月）を予定しています。  
10月下旬に申し込み用紙を配付してしますので、ぜひ、たくさんのご参加を  
お待ちしております。

きょうどりょうり  
郷土料理



ことし きゅうしょく にほん きょうどりょうり ていきょう  
今年は給食で『日本の郷土料理』を提供しています。  
きょうどりょうり かくちいき さんぶつ かつよう ふうど たもの  
郷土料理は、各地域の産物を活用して、風土にあった食べ物と  
して受け継がれています。

かつ ほっかいどう  
11月は北海道です。

いもだんごじる  
12日（水）・芋団子汁

じゃがいもで作った芋団子が入ったすまし汁  
です。

・鮭のちゃんちゃん焼き

てっぱん さけ やさい い みそ あじつ  
鉄板に鮭と野菜を入れ、味噌やバターで味付け  
し蒸し焼きにした料理です。よく混ぜて食べま  
す。

きゅうしょくしつ  
給食室のひみつ

きゅうしょくしつ ようす すこ  
給食室の様子を少し  
しょうかい  
ずつ紹介していきます。



こんげつ しんくうれいきやくき  
今月は真空冷却機（チラー）を  
しょうかい なか しんくうじょうたい  
紹介します。中を真空状態にし  
てたんじかん でゆで やさい おんど  
で短時間でゆで野菜の温度を  
さげます。



しよくちゅうどく げんいん  
食中毒の原因になりやす  
い温度帯を、すばやくさけ  
おんどたい  
るために使います。

