

EAT 通信 11月

平成24年 (2012年) 和歌山市立有功小学校

~~~~11月23日(金)は、勤労感謝の日です~~~~



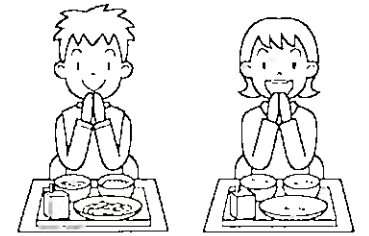
「勤労感謝の日」というのは、元は五穀の収穫を祝う収穫祭のようなものでした。この日は、働く人はもちろん自然に感謝するという日本人の「心」を表した大事な日です。「食す」とは、たくさんの人の手がかけられ、生き物の命をいただいて成り立っています。「食す」ことへの感謝についても考えてみましょう。

実りの秋、そして食欲の秋がやってきました。秋にたくさん収穫されるくだものには、りんご・かき・みかんなどがあります。わたしたちの住む和歌山県では、温暖な気候条件をいかして、くだものの栽培が盛んに行われ、みかん・柿・梅の収穫量が日本一であることから「果樹王国」といわれています。



## 月目標 「感謝して食べよう」

- ☆ 「いただきます」「ごちそうさま」と感謝の気持ちをこめてあいさつしよう。
- ☆ 食べ物を残したり、粗末にしないようにしましょう。



## ~~~~和歌山県で秋に収穫されるくだもの~~~~

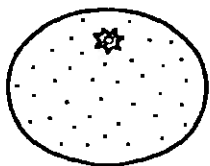


### いちじく



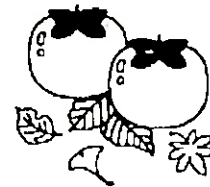
和歌山県は、愛知県に次いで全国2位の生産量となっています。「いちじく」という名前は、毎日一つずつ熟すことからという説とひと月で実が熟すからという説があります。カリウムや食物繊維が多いくだものです。

### 温州みかん



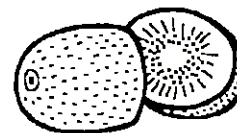
わたしたちが「みかん」と呼んでいるのは、「温州みかん」のことです。温州みかんは、日本生まれといわれる柑橘です。生産量は、和歌山県が全国1位です。有田みかんなど、地方の名前のついたみかんがあります。ビタミンCが豊富なので、風邪予防に効果的なくだものです。

### かき



日本の秋の代表的なくだものです。生産量は、和歌山県が全国1位です。ビタミンCが豊富に含まれますが、ほかにもカロテンやタンニンを多く含んでいるのが特徴です。

### キウイフルーツ



さわやかなあまさと食べやすさから人気が高く、最近はその種類が増えてきました。生産量は、和歌山県が全国3位です。温州みかんと同様にビタミンCが豊富です。また、肉を柔らかくする酵素が多いくだものです。

♪♪おうちのひとといっしょによみましょう♪♪