

# EAT通信

令和7年 11月号  
(2025年)

和歌山市立 西脇 小学校

～食事は落ち着いて、よくかんでたべましょう～

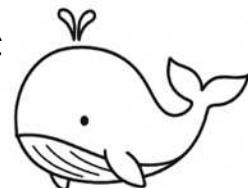
11月は、朝晩の冷え込みが強くなり、霜がおりることから「霜月」とよばれます。立冬(11月7日)をすぎると、こよみの上では冬の始まり。温かい料理がいっそう恋しくなる季節です。寒さで体調をくずしやすい時期ですので、しっかり食べて元気に冬をむかえましょう。

11月24日は「和食の日」

「和食の日」は、日本の食文化を大切にし、つぎの世代へ伝えていくための日です。

和歌山県には、梅干し、みかん、くじら肉などおいしい食材がたくさんあります。今年は、和歌山県より、地元食材への関心と食に対する感謝の気持ちを育てる目的に、県産のくじら肉が給食に提供されます。

この機会に、地元の食材や食文化について家族で話してみましょう。

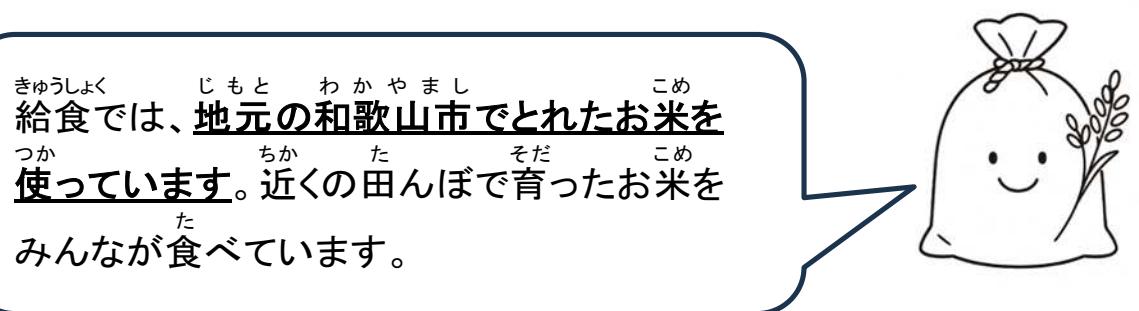
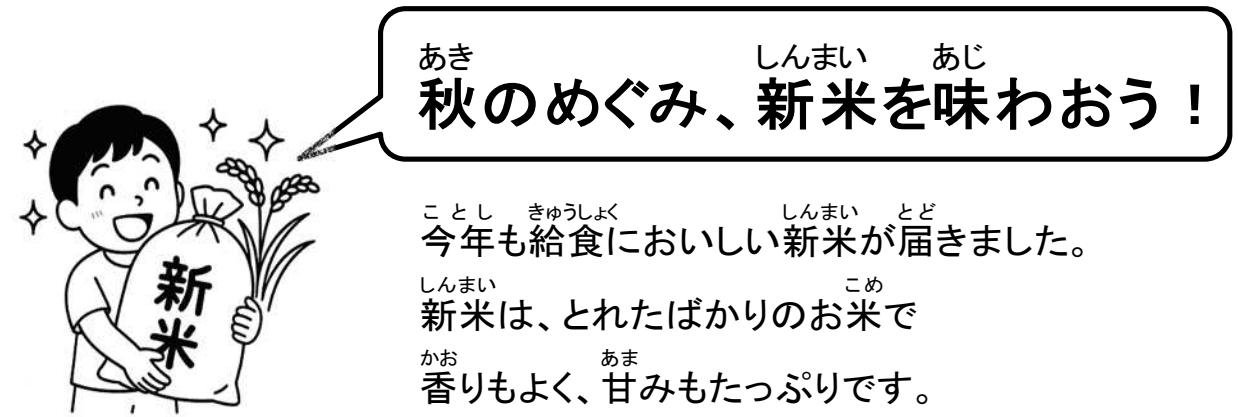


今月の給食目標～「感謝して食べよう」～

☆「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。

☆食べ物をのこしたり、そまつにしないようにしよう。

おうちのひとといっしょにみてくださいね



最近では気温が高く、雨がふらなかつた影響でお米の収穫量が減りお米の値段が去年から高くなりつづけています。



お米は、日本の食卓に欠かせない食べ物です。みんながおいしくいっぱい食べることで農家さんは「また、がんばってお米を作ろう!」とやる気がわいてきます。お米を食べることは、農家さんを応援することにもつながります。味わってたくさん食べてくださいね。