

食育だより 1月号



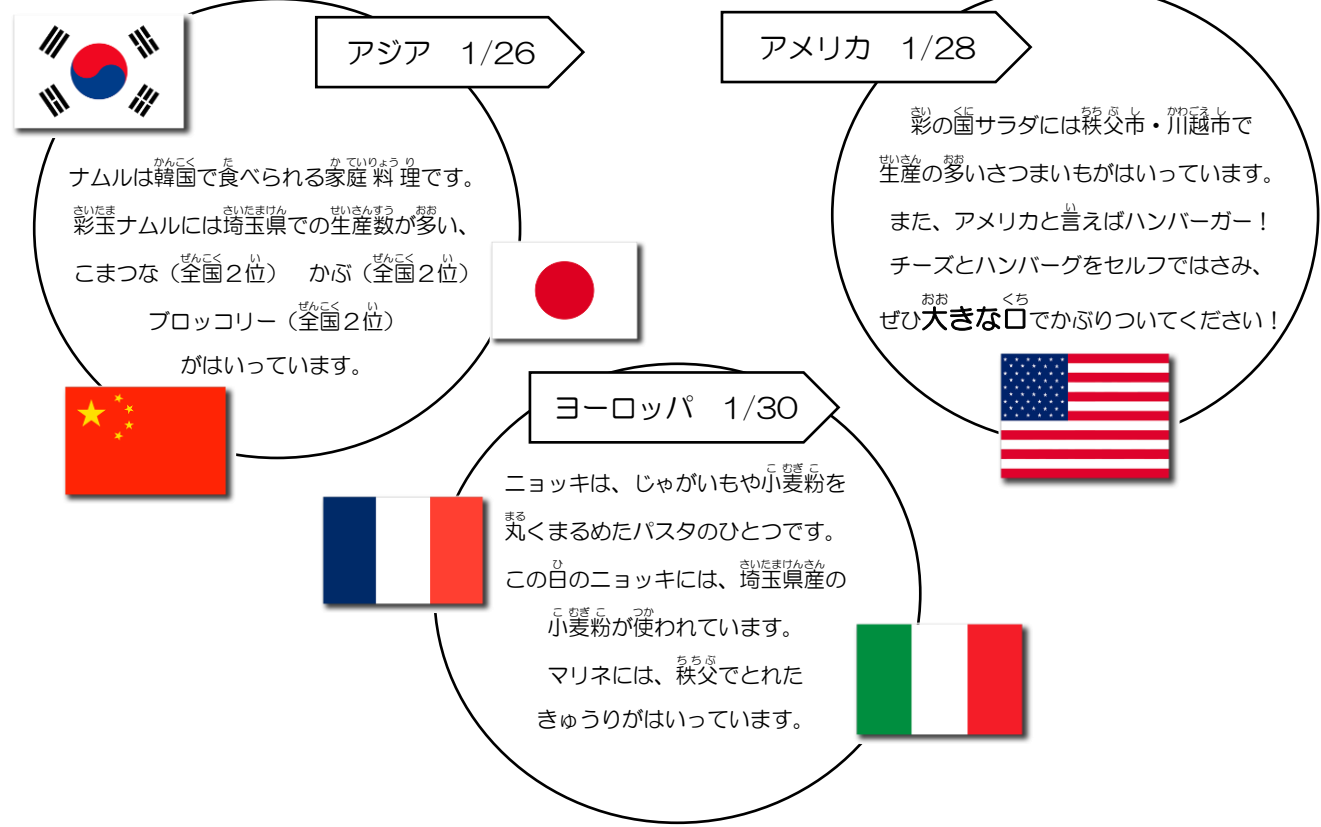
令和8年 1月
(毎月19日は食育の日)
秩父市立荒川共同調理場

あけましておめでとうございます！みなさん冬休みは楽しく元気に過ごせましたか？
さてイベントてんこもりだった冬休み、乱れた食生活や生活リズムを段々と直していかなければいけません。まずは朝きちんと起きて、朝ごはんを食べてから登校することからはじめましょう。

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん

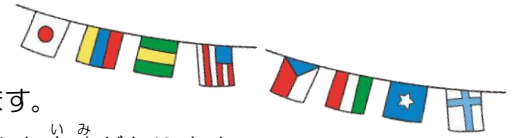
1月24日～1月30日は全国学校給食週間です！

全国学校給食週間は、学校給食の大切さや役割についての理解を深めようという1週間です。
今月の給食は、『世界の料理×埼玉』がテーマです。
みなさんと同じように世界の子どもたちは給食を食べています。教室ではなく食堂で食べたりバイキング形式だったり、同じ給食でも全く違います。
また、世界の国々にはそれぞれの文化にあった食べ物や食べ方があります。
いろいろな国の料理を通して、世界の食文化を楽しく学びましょう！



料理の名前には意味がある！？

給食には日本の料理だけでなく、世界の料理もです。
普段何気なく食べて、呼んでいる料理の名前にもきちんと意味があります。
今回はその一部をご紹介します♪



油淋鶏 (ユーリンチー)

淋という漢字には、そそぐ・かけるという意味があります。
油淋鶏は、中国語で鶏肉に油を淋ぐ料理という意味です。
日本の油淋鶏にはねぎのはいたタレがかかりますが、中国では鶏を揚げたシンプルな料理を指します。

ガンボスープ

ガンボはフランス語でオクラという意味です。
しかしこのガンボスープはアメリカで生まれました。
昔フランスからアメリカにたくさんの人が移り住み、フランス料理の知恵とアメリカの食文化が混ざり合ってこのガンボスープができました。

スコッチブロス

スコッチブロスとはスコットランドの伝統的な料理のひとつです。
スコッチは「スコットランド産の」ブロスは「とろみのない澄んだスープ」という意味があります。
2月の給食にできるのでお楽しみに☆

ジャージャー豆腐

漢字では「家常豆腐」と書きます。
家常は中国語で「家庭でいつも食べる料理」という意味があり日常で作られるシンプルな料理のことを指します。
決まったレシピはなく、家庭によって味つけや入れる野菜は違います。

みなさんはごはんを食べるとき何を使うことが多いですか？
多くの方は、箸を使うと思います。しかし箸はアジアの数国の人しか使っていません。

① きちんと箸を持ち ② 正しい姿勢で ③ お茶碗を持って食べられる人はとてもかっこいいです！！ぜひ日ごろから意識して持ちましょう