

きゅうしょくだより

令和8(2026)年
11月号
おおさかしりつえのもとしょうがっこう
大阪市立榎本小学校

11月24日は、「11(いい)2(に)ほん4(しょ)く」で「和食の日」です。これをき

会に日本のでんとうてきな和食文化について考えてみましょう。

ユネスコむ形文化いさん

2013年、「和食：日本人のでんとうてきな食文化」が、ユネスコむ形文化いさんに登ろくされました。これは、りょう理のおいしさだけでなく、「自ぜんをとうとぶ(大切にする)」という日本人の気しつ(生まれもったせいしつ)にもとづいた「食」にかんする「習わし(昔からの習かんや決まり)」が世界に広くみとめられたということです。

*ユネスコむ形文化いさん

たて物やいせきなどの形があるものではなく、昔からつたえられてきた祭り、芸のう、りょう理のわざや知しきなど、人の手や心によって受けつがれてきた文化のこと。ユネスコ(国れん教育科学文化きかん)という世界てきな組しきを守る取り組みを行っています。

そんざい感がうすれつつある和食文化

和食文化は世界てきにも注目されている一方で、日本の中では和食のそんざい感がうすれつつあります。和食の文化は目にみえる形ではのこりません。気づかないうちになくなってしまっていることのないように、私たちができることはなにか考えていきましょう。

11月の給食に使われている旬の食べ物

5日(木)五目汁『しいたけ』

(干しいたけではなく、
生のしいたけを使用します。)



16日(月)みそ汁
『さといも』



和食文化の4つのとくちょう

ユネスコむ形文化いさんには和食文化のとくちょうとして4つ登ろくされています。

① 多様で新せんな食ざいと その持ち味のそん重

日本は海や山がゆたかで、地いきごとに新せんな食ざいがたくさんあります。そざいそのものの味をいかすりょう理の知えが発たつしています。



③ 自ぜんの美しさや きせつのうつろいの表げん

きせつの花や葉っぱをかざったり、きせつにあわせた器を使ったりして、食事の場で自ぜんの美しさをたのしむ工夫がされています。



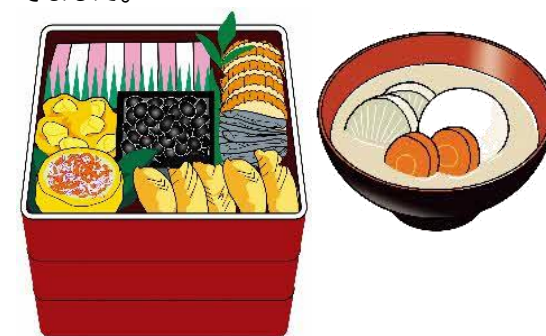
② けんこうてきな食生活をささえる えいようバランス

「ごはん・しるもの・おかず」を組み合わせる日本の食事スタイルは、えいようのバランスがとてもよいです。また、「だし」のうま味を使うことで、油やえん分が少なくてもおいしく食べられます。



④ しょうがつ正月などの年中行事との みっせつなかわり

しょうがつ正月などの行事で家族や地いきの人といっしょにごちそうを食べることで、きずなを深めてきました。



きゅう食でもきせつの食ざいをたのしむ

和食文化を感じましょう。

17日(火)なめこのみそ汁

『なめこ』



年に1回11月のみ登場します。