

# 食育つうしん

3

月

発行：大阪市立墨江丘中学校

## \* \* 世界の料理や食文化を知ろう \* \*

各国にはそれぞれの地域にいろいろな料理や食文化があります。この機会に世界の料理や食文化について見ていきましょう。

### 《次の料理と国・地域（英名）を線で結んでみよう！ 「Give it a try!♪」》

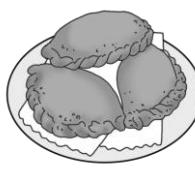
給食で登場している料理もあります。 ※答えは下にあります。



トムヤムクン



フェイジョアーダ



ピロシキ



マーボー豆腐



ビビンバ

Brazil

Korea

China

Russia

Thailand

### 《ユネスコ無形文化遺産に世界の食文化が登録されています！》

「給食で食を考えましょう！」の2月号にユネスコ無形文化遺産に登録されている「日本の和食」を取り上げました。今月は、ユネスコ無形文化遺産に登録されている世界の食文化から3つを紹介します。

#### メキシコの伝統料理（メキシコ）

とうもろこし、豆、唐辛子を基本とし、祭りや儀式と深く結び付いた伝統料理です。

とうもろこしの処理法や農業技術、調理道具などが1000年以上の昔から使われています。



#### フランスの美食術（フランス）

大切な出来事を食で祝う社会的慣習で、食を楽しむものです。食材の選び方、食べ物とワインの組み合わせ方、料理の構成、食器のセッティング、マナーなどの慣習です。



#### トルココーヒーの文化と伝統（トルコ）

トルココーヒーの道具の製造技術、16世紀頃からのコーヒーハウスにおける情報交換などの慣習です。



#### ☆Answer(答え)☆

トムヤムクンは、Thailand（タイ）

フェイジョアーダは、Brazil（ブラジル）

ピロシキは、Russia（ロシア）

マーボー豆腐は、China（中国）

ビビンバは、Korea（韓国・朝鮮）

※太字は給食に登場します。

\*これを機会に、日本の料理や食文化についても興味をもって学べるといいですね♪

# \* \* 1年間の食生活を振り返ってみよう \* \*

それぞれの項目を確認して、自分自身の食生活を振り返ってみましょう♪

① 每日バランスのよい朝食をとった。	② 間食のとり方に気をつけた。	③ 食品の鮮度や表示を見て、選択し購入した。			
はい	いいえ	はい	いいえ	はい	いいえ
④ 食べ物や作ってくれた人に感謝して残さず食べた。	⑤ 食事のマナーを守った。	⑥ 食文化や食に関わる歴史に興味を持つことができた。			
はい	いいえ	はい	いいえ	はい	いいえ
⑦ 楽しく食事をすることができた。	⑧ 野菜の栄養を知り、しっかりととることができた。	⑨ 家庭でも食事の準備（配膳・調理）の手伝いができた。			
はい	いいえ	はい	いいえ	はい	いいえ

♪少しでもできた項目が多くなるようにがんばいましょう♪

★「早寝・早起きをする」「適度に運動する」などの生活習慣にも気をつけましょう。