

# 11月給食たより

令和5年11月  
岩沼西中学校

11月になって朝夕の冷え込みも強くなり、秋が深まってきました。色々な食べ物がおいしい季節ですが、この時期は体調を崩しやすくなります。規則正しい食生活を心がけて、元気に過ごしましょう。

## 11月13日～19日はいわぬま食育ウィークです。

いわぬま食育ウィークとは、11月13日から11月19日まで、市内の小中学校・保育所・食育関係団体それぞれで行われるイベントです。11月の宮城県の食育推進月間にあわせて実施し、自分達が食べている食事について関心を持ってもらい、普段から体によい食べ方について意識してもらおうというものです。

今年度のテーマは「なんだべ！いただきます～！～もったいないをへらそう～」です。市内小中学校・保育所・保育園でそれぞれテーマに沿った地場産物を使った共通メニューを提供したり、食育レターを通じて「食」に関する情報を市内に広くお伝えします。

## 今月はみやぎのふるさと食材月間です。

ふるさと食材月間は、地元で生産・加工・出荷される食材を学校給食で使用するを通して、地域との結びつきを学んだり、望ましい食習慣などについて理解を深めたりする月間です。

給食でも岩沼産や県内産の地場産物を取り入れています。新鮮でおいしいことはもちろんのこと、栄養価の高い地場産物を使うことで、輸送エネルギーの節約にもなり、環境保全にもつながります。スーパーなどでも、地場産野菜コーナーや地元食材のコーナー等によく売られています。



## 11月も図書献立があります



10月30日から11月10日は西中読書週間になります。

11月も引き続き、小説に出てくる料理を給食用にアレンジして作る予定です。学センにおいてある本なので、ぜひ読んでみてください！

### <お知らせ>

11月6日～11月10日に、栄養士を目指す学生が岩沼西中学校に来る予定です。みなさんよろしくお願ひします。