給食だより

令和８年度　11 月号

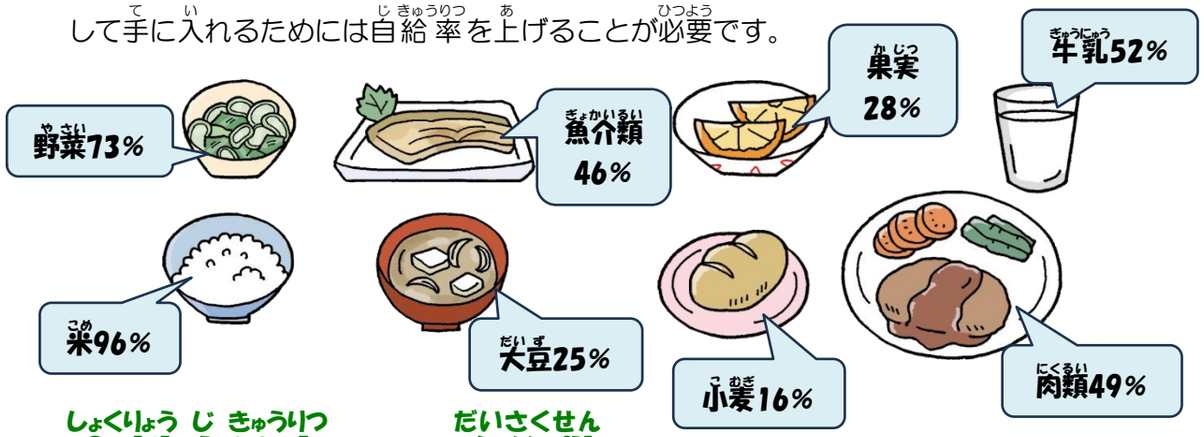
氷見市学校給食センター

◇今月は「富山県食育推進月間」です。地元農産物や県内産食材を積極的に使用します。

「食欲の秋」「馬肥ゆる秋」といわれるように、秋はおいしいものがたくさん出回ります。初秋の頃は暑い夏の間に失われたビタミンやミネラルを多く含む、果実やきのこが旬を迎えます。そして、秋が深まるにつれ、エネルギー源であるでんぷんや脂質を多く含んだいもや根菜、種実、脂ののった魚は旬を迎え、冬の寒さに備えようとします。「みのりの秋」を給食でも子供たちに伝えていきたいと思います。

～向き合おう！日本の食料自給率～

食料自給率とは、国内で消費される食品がどのくらい国内生産でまかなえているかを示したものです。日本の食料自給率（カロリーベース）は、先進国の中で最も低く、令和7年度には 37%になっています。外国から多くの食品を輸入しており、品目別でみると、国産品のみでまかなえているのは、主食の米だけです。安全な食料を安定して手に入れるためには自給率を上げることが必要です。



食料自給率アップ大作戦

①今が旬の食べ物を選ぶ

②地元でとれる食材を食べる

③ごはん中心のバランスのよい食事をする

④食べ残しを減らす

⑤自給率向上の取組を知り、応援する

～給食で取り組む地産地消～

地域で生産された食材をその地域で消費することを「地産地消」といいます。新鮮でおいしい食材を安心して買うことができ、遠くから輸送しないので環境への負担も減らせます。給食での地産地消の取組を参考に地元の食材を探してみましょう。

①ひみの日：１３日、②学校給食とやまの日：１７日

11月の「富山県食育推進月間」に合わせて、氷見市や富山県内でとれた食材を積極的に取り入れた給食を実施します。

〈使用する氷見産食材〉

米（富富富）、しいら、氷見うどん、煮干し、小松菜、さつまいも、ねぎ

③呉西６市いちおし献立：２０日

富山県の呉西地区・6市でとれた食材を、特別に組み合わせた給食を実施します。

それぞれの市から自慢の食材が届きます。

読書週間とコラボ　～ジブリおはなし献立～

10月に引き続き、読書週間に合わせた「ジブリおはなし献立」を実施します。

2日：紅の豚　　5日：魔女の宅急便

6日：崖の上のポニョ、千と千尋の神隠し

今月の「味めぐり」

11月「岐阜県」

岐阜県は、日本列島のほぼ中央に位置している内陸県です。地域毎に地形や気候が大きく異なるため、とれる農産物や食文化も多様です。

今回の給食では、郷土料理の「金魚めし」や「けいちゃん」、国内生産量の多い「糸寒天」や中津川市が県内有数の産地である「栗」を使った料理が登場します。