

11月 You are what you eat

令和3年度
高千穂小学校
食育だより

～あなたはあなたの食べたものでできている～

みの あき しよくよく あき どうらい がつ ちさんちしょうげっかん は ひ
実りの秋、食欲の秋、の到来です。また、11月は地産地消月間です。「いい歯の日(11/8)」
や「勤労感謝の日」「和食の日」などもあります。食に関連するいろいろなことについて、考
るきっかけにしてみたいはいかがでしょうか。

にこにこ弁当の日

1～4年生は10月22日に遠足がありました。
この日は「にこにこ弁当の日」で、各自コースを
決めて、早起きをしたり、新しい料理にチャレン
ジしたりと頑張って弁当作りに関わっていたよう
です。保護者のみな様も準備やご協力、ご支援
ありがとうございました。



バイキング給食(6年生)

1～4年生がお弁当を食べている頃、学校では感染対策を講しながら、6年生のバイキング給食を実施してい
ました。委員会の児童を中心に準備や進行、後片付けまで協力してできました。ずらりと並んだ料理。6年
で1回きりのバイキング給食を心待ちにしていた6年生。でもただのお楽しみランチではありません。「給食」
なので学習の時間です。事前にバイキング給食で気をつける事について学んだ事を、委員会の児童が、ポイン
トを絞って説明してくれました。楽しくも学びのある時間になりました。ぜひ、修学旅行の時にも生かしてくだ
さいね。



11月23日は勤労感謝の日 想像してみよう！ 給食を支える人びと

おいしい給食が食べられるのは、
農家さん、漁師さん、食べ物運ぶ人、
調理員さん、そして働いて給食費を
払ってくれる家の人など、多くの人に
支えられているからです。感謝の気
持ちを持って食事のあいさつをして、
残さずに食べられるといいですね。



のうか
農家さん



りょうし
漁師さん



た もの はこ ひと
食べ物運ぶ人



いえ ひと
家の人



えいようし
栄養士や
ちょうりいん
調理員さん



11月24日は和食の日

わしよく はユネスコ
和食 無形文化遺産

「和食：日本の伝統的な食文化」は、ユネスコ無形文化
遺産に登録されています。日本には、多様な豊かな自然
や食文化があります。和食や日本人の伝統的な食文化の
大切さについて考え、未来に伝えていきましょう。

