

食育だより

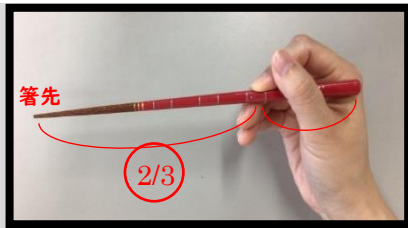
令和6年2月
岐阜市立長良西小学校

和食を美しく食べるマナー

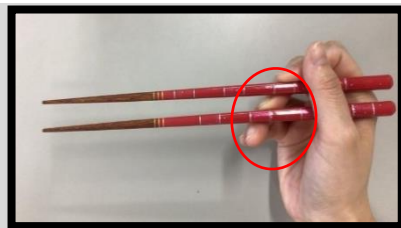
日本では、様々な国の料理が食べられています。そのため、スプーンやフォーク等を使って食べることも多く、上手に「箸（はし）」を使えない、子どもたちの気になる姿も増えてきています。

箸は、日本の食文化において最も欠かせない道具の一つです。箸を正しく持つことは、家族や周囲の人々と気持ちよく食事をするにつながります。家族で食事をするときに、箸の持ち方やマナーを確認してみましょう。

正しい箸の持ち方



① 上の箸は鉛筆の要領で持ち、
持つ場所は、箸先から
約3分の2の部分。



② 下の箸は親指のつけねから、
中指と薬指の間に入れて
固定する。



③ 物をつまむときは、中指と人差し
指と親指で上の箸を動かし、下の
箸は動かさないようにする。

嫌い箸 ～こんな使い方していませんか？～

- ・迷いばし・・・どれにしようか箸をうろうろさせる。
- ・刺しばし・・・箸で食べ物を突き刺す。
- ・渡しばし・・・箸から箸へと食べ物を受け渡す。
- ・叩きばし・・・箸で茶碗やお皿等を叩く。

箸のマナーを守るためにも、普段の箸の使い方を見直してみましょう。

岐阜の味を紹介 岐福(ぎふ)味噌

岐福（ぎふ）味噌は、岐阜県産の「フクユタカ」という大豆を使用して、岐阜市にある2つの醸造業者（山川醸造と芋慶）が作っている豆味噌です。

厳選された大豆のみを用い、木製の樽でじっくりと熟成させます。仕込みから製品として出荷するまでに2年以上かけて作られる岐福（ぎふ）味噌は、岐阜市の学校給食で使う味噌を地元の岐阜県産大豆で作って欲しいというリクエストから誕生しました。

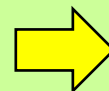
今月の献立テーマ:冬から春へ

2月は立春を迎え、暦の上では春とはいえ、まだまだ寒さが厳しい時期です。温かい汁物や煮込み料理を組み合わせ、体を温めるとともに、冬から春へと季節の移り変わりを感じられる献立を多く取り入れています。

今月の人気給食メニュー

「岐福(ぎふ)早田味噌汁」

作り方は
こちらから



*岐福（ぎふ）早田味噌汁は、岐福（ぎふ）味噌の名付け親である、早田小の皆さんが考えてくれた味噌汁です。
縁起のいい七福神にちなみ7種類の食材が入っています。

2月7日（水）に、「西っ子じる」が登場します！ 長良西小学校のみなさんが、動物村なかよし集会で、栄養バランスを考えて味噌汁の具を選び、味噌汁の名前を考えました。そして、この日の給食には、長良中学校の給食部会が考えた温サラダを組み合わせました。長良川学園オリジナルの給食です。お楽しみに！！

