



# きゅうしょくだより 9月

長い夏休みが終わり、また学校生活が始まりました。休み中、生活リズムの乱れから体調をくずしてしまった人はいませんか？夏の疲れが出てくる頃でもあり、勉強や行事などに充実して取り組むためにも、体調を整えておくことが大切です。しばらく残暑が続きます。暑さに負けず元気に過ごすために、規則正しい生活リズムを心がけましょう。

## たべっピーの 日本全国 たべものの旅!

今月紹介する都道府県は・・・31県目

# 山形県

山形県は、平野・盆地・山脈・海と美しい自然に恵まれています。「果樹王国」としてとても有名です。

山形県といえば、さくらんぼというほど生産量が多く、全国生産量の7割を占めています。『佐藤錦』というブランドは有名ですね。

そのほかにも、洋ナシ、メロン、ぶどう、すいか、もも、りんご、かき、米、なども特産物です。まさに、フルーツ王国ですね！

### 【いも煮】

いも煮は、山形県の代表的な郷土料理です。地域によって具や調味料が様々ですが、大きい鍋で里芋や牛肉、こんにゃく、ねぎなどを煮込み、河原で食べるものです。

いも煮会は、家族、職場、仲間たちとより絆を深め合うという山形式のコミュニケーション手段になっています。



## 2020年 東京オリンピック 出場選手を応援しよう！！

御殿場市は、台湾女子サッカーチームのホストタウンです。チームは、2020年開催のオリンピック・パラリンピックの事前合宿を御殿場市で行うなど、台湾との交流があります。

※ホストタウンとは、オリンピック・パラリンピックに参加する国をまち全体で応援し、国際交流、地域活性化、国際感覚豊かな人材育成等を目指すものです。

台湾のことをもっと知ってもらうために、台湾こんだてを9月に実施します。



## 学校給食食材の放射能測定の結果について

第2回（7月13日 測定結果）

こまつな（茨城県産）	不検出
きゅうり（岩手県産）	不検出

不検出：セシウム(134, 137)の合算が

25μBq/kg以下

※次回の測定は9月7日の予定です。

測定結果については、毎月の給食だよりでお知らせします。また、県教育委員会のホームページで、測定結果を随時掲載していますので、参考にしてください。

※県ホームページのURL：

<http://www.pref.shizuoka.jp/kyouiku/index.html>

# マナーを守って、楽しい食事にしよう！！

食事のマナーは、一緒に食事を食べる相手が気分よく、楽しく食事をするために大切です。



## マナー違反に要注意!

次のようなことをしている人はいませんか？  
自分やまわりの人とチェックしてみましょう。



## 食事のあいさつ

『いただきます』『ごちそうさま』は、  
食べ物の生産や収穫、調理してくれた人への感謝の気持ち、動植物の命をいただいていることへの感謝の気持ちをあらわす、大切な言葉です。  
心から感謝をしましょうね。



学校給食で提供されている「ツナソテー」を紹介します。ご家庭で作ってみてください。

その他、紹介して欲しい料理がありましたら、給食センターまでご連絡ください！

## ツナソテー

材 料 4 人 分

- ツナ…20g
- キャベツ…120g
- コーン…20g
- 赤パプリカ…12g
- オリーブ油…適量
- 塩、こしょう…少々

## 作り方

1. フライパンに油を少々入れ、ツナを炒める。
2. キャベツ、コーンを入れる。
3. 調味料をいれて味を調える。
4. 赤パプリカを入れて、さっと炒める。

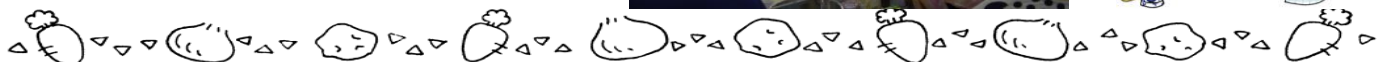
### 下準備

- ・野菜を切る。
- キャベツは一口ほどの短冊に切る。
- 赤パプリカはスライスする。

## 親子調理実習

7月25日(水)・26日(木)に、給食のメニューを親子で一緒に作る親子調理実習を、南学校給食センターで行いました。

小学生の親子17組が、調理員の指導のもと給食で提供しているごてんばこめカレー、フレンチサラダ、フルーツのゼリーあえ作りに挑戦しました。また、御殿場産のとうもろこしの皮をむき、センターの大きな鍋でゆでました。おいしく楽しい時間を過ごすことができました。



## 第6回 野菜にこだわるごてんば米コン

### ごてんばコシヒカリにあう野菜のレシピコンテスト参加者募集

応募期間・・・7月25日～9月28日 開催部門・・・小中学生部門・一般(高校生含む)部門

入賞作品は学校給食に採用予定です！

たくさんの応募待っているよ！！

