



# くらし 食育だより

まいつき 月に しょくいく ひ  
～毎月19日は食育の日～

倉吉市教育委員会  
学校給食センター



あき いちだん ふうか かぜ ふ お ば ま きせつ にっちゅう  
秋も一段と深まり、風が吹くと落ち葉がくるくと舞う季節になりました。日中は  
あたた かいですが、あさばん ひ こ くうき かんそう きせつ しょくじ  
温かいですが、朝晩は冷え込んできましたね。空気が乾燥してくる季節です、食事  
の前、外から帰った後は手洗いやうがいをして衛生に気を付けましょう。

## みんな大好き！おいしい味！

スタミナ納豆は倉吉市の学校給食で大人気の献立です。各学校へ訪問するたび、

「スタミナ納豆大好き！」「2倍の量をだして！」と声をいただきます。

今年もまた、中部地区4町のそれぞれの栄養士さんから聞いた各町の人気の献立、チーズタッカルビ、

マンナン(こんにやく)サラダ、ピリ辛肉じゃがなども給食に取り入れます。味わって食べて、おいしい給食

時間を過ごしてください。そして、しっかり食べて丈夫な体をつくりましょう。



## 勤労感謝の日に思いを伝えよう。

11月23日は勤労感謝の日です。勤労感謝の日は、「勤労をたつとび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう日」と定められています。身近な人たちに感謝の気持ちを伝えてみませんか？

いつもありがとう。

自然の恵みに感謝。

いただきます。

ごちそうさまです。



わかるかな？

いま しゅん じもとしょくざい しょうかい  
今が旬の地元食材をクイズで紹介します！

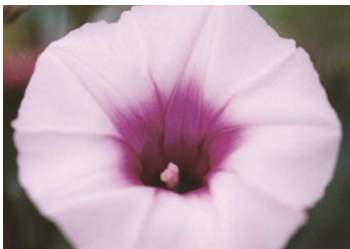


## ★クイズ：私は何の花でしょう★

- ヒント① 別名は、甘藷といひます。
- ヒント② つるはきんぴらにしてもおいしいです。
- ヒント③ 紅はるか、紅あずま、鳴門金時などさまざまな種類があります。
- ヒント④ 揚げ、焼き、蒸し、スイーツと幅広く楽しめます。

クイズの答えは...

花はめったに見られない  
そうです。



また生産者(倉吉市学校給食食材提供部会)の方か給食用にカットして届けてくださっています。

★倉吉市の学校給食では、「紅はるか」栽培された「紅はるか」を使用しています。