

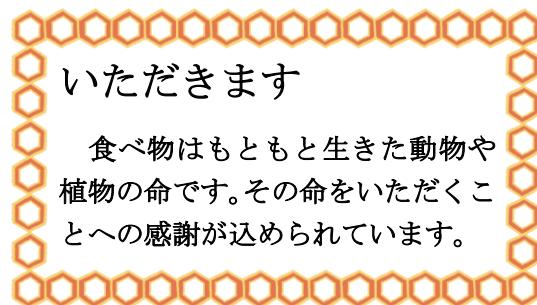
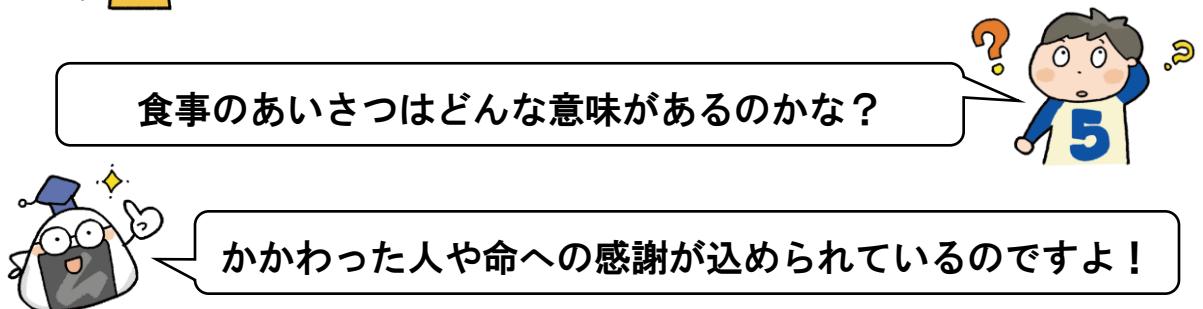
# 11月 納食だより



令和7年 11月  
流山市立常盤松中学校  
流山市立西初石中学校

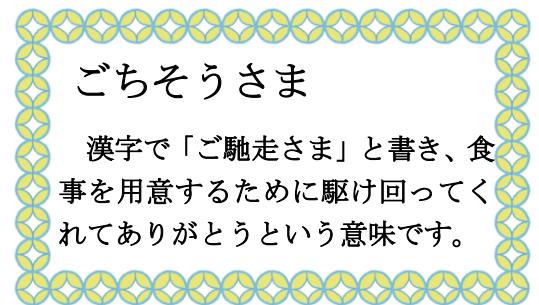


わたしたちは食事からエネルギーや栄養素を補給し、成長したり活動したりしています。尊い自然の恵みをいただいて毎日の生活を送ることができます。大切な命をいただくことに対して感謝の心を持って食べてほしいと思います。



いただきます

食べ物はもともと生きた動物や植物の命です。その命をいただくことへの感謝が込められています。



ごちそうさま

漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回ってくれてありがとうという意味です。

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？

給食はいろいろな人に  
支えられています



学校給食は調理員さんや栄養教諭、生産者さん、運送業者さんなどの多くの力によって、みなさんのもとに届けられています。

## 食料生産には多くの手間がかかるっています

食料の生産にかかわる人たちは、生産性を高めたり、よい品質のものをつくりたりするために、さまざまな工夫や努力をしています。わたしたちがおいしい食事を食べられるのは、そうした生産者の働きのおかげです。

手間をかけてつくられた食べ物を無駄にしないようにしましょう。また、みなさんの住む千葉県の農産物を知って、生産者の方の努力を身近に感じてみましょう。



地場産物を食べて



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。生産者の顔が見えるので安心して買えます。また、遠くから輸送しないので、新鮮な状態で手に入り、環境への負担も減らせます。

千葉県では千葉県の『千』の文字をとって  
千産千消といいます。

食品ロス削減で  
無駄をなくそう



食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。食品を捨てると、食品そのものだけではなく、生産や輸送に使ったエネルギーなども無駄になります。無駄にしないためにできることを考えましょう。

また、11月は千葉県の  
食育月間です！



自然豊かな千葉県は、11月の今の季節においしいものがたくさんとれます。



11月24日は和食の日

日本には豊かな自然があり、各地で地域に根差した多様な食材が用いられています。そして一汁三菜を基本とした栄養バランスのよい食事で自然の美しさや季節を表現し、年中行事とも深くかかわっています。この日は、和食や日本人の伝統的な食文化について考えてみましょう。

