

給食だより 令和7年度3号

焼津市学校給食センター



日本人の伝統的な食文化 和食に親しもう



「和食」というと何を思い浮かべますか？ ご飯・みそ汁・おかずの組み合わせや、すし、そば、うどん、天ぷら、おでんなどの料理を思い浮かべる人もいるかもしれません。また、ラーメンやカレーといった外国から伝わった料理も、アレンジが加えられて日本独自の料理として発展し、外国人観光客にも人気のグルメとなっています。

一方で、ライフスタイルの変化によって、地域に伝わる郷土料理や行事食などの伝統的な食文化が失われつつあり、その保護・継承が課題となっています。そのような背景から、2013年に「和食：日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録されました。これは料理としての和食だけでなく、「自然の尊重」という日本人の精神を体現した食に関する「社会的慣習」のことで、以下の4つがその特徴として挙げられています。



「和食」の特徴

多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重



健康的な食生活を支える栄養バランス



自然の美しさや季節の移ろいの表現



正月などの年中行事との密接な関わり

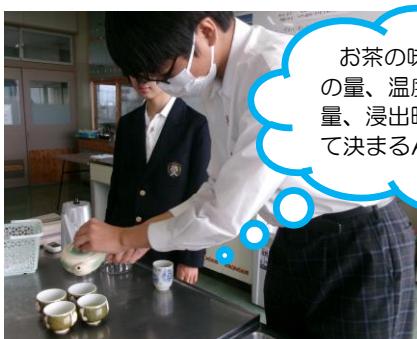


食育の取組みを紹介します

大富中学校 1～3年生 家庭科 「緑茶をおいしく淹れよう」



大富中学校では、「緑茶」についての知識を深め、緑茶の旨味を引き出すおいしい淹れ方を学ぶ取り組みを全学年で行いました。（10、11月に実施）家庭で急須を使い、緑茶を日常的に飲んでいる生徒は少なく、今回の取り組みを通して緑茶を身近に感じ、おいしさを味わいました。また、家庭でも淹れてみたいと、多くの生徒が意欲をもつことができました。



お茶の味は、お湯の量、温度、茶葉の量、浸出時間によって決まるんだね。

【生徒の感想】

- 1煎目はお湯の温度を下げたので、旨味がでて甘く感じた。
- 2煎目は熱いお湯で淹れたので、少し苦味が出た。
- 「廻し注ぎ」を初めて知った。
- 家でもお茶を淹れてみたい。

