

食とみどいの 新発田っ子通信



【第18号 2014年2月発行】

無形文化遺産登録！日本が誇る「和食」の文化

ユネスコ無形文化遺産に『「和食」日本人の伝統的な食文化』が登録されました。新発田にも古くから受け継がれてきた大切な食文化があります。今回の登録をきっかけに、素晴らしい新発田の「食」を再認識し、子どもたちへ受け継いでいきましょう。

どうして「和食」が登録されたの？

「農林水産省ホームページ」より

新鮮多様な地場産食材

自然に恵まれた日本では、地域に根ざした多様な食材が用いられています。新発田市の学校給食でも多くの地場産食材を使用し、ごはんは100%新発田産コシヒカリです。



健康を考えた栄養バランス

日本の和食は一汁三菜が基本です。主食（ごはん）・主菜（魚など）・副菜（野菜のおかず）がバランスよく構成されています。



キーワードは
「自然の尊重」



新発田が誇る郷土料理「小煮物」

自然の美しさや四季の移ろいを盛り付けで表現します。「小煮物」にも美しい自然の彩りが表されています。

季節の移ろいを表現



具だくさんの新発田雑煮

日本の食文化は年中行事と密接に関わってきました。親戚や地域の人が集まり、食事の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めます。

年中行事との関わり

新発田の食文化を未来の子どもたちへ語り継ごう！

次世代へ伝えていきたい！日本の美しい食文化

「いただきます」「ごちそうさま」は日本人ならではの食事の挨拶です。
美しい日本の食文化を守り、未来に伝えていくことは、私たちの大切な使命です。
ご家庭で「正しく」そして「楽しく」食事していますか？



モツタイナイの心

「調理で作りすぎない」など
食べ残しを減らす努力をしま
しょう。

碗を持つ

日本ではお碗を持って食べる
文化があります。お碗を
持たずに食べることは
無作法とされています。

一汁三菜 はし

はしを正しく使って食事をすることは、
日本の美しい作法のひとつです。

食卓を囲む

会話を楽しみながら食べることが、
子どもの豊かな心を育てます。

食事の挨拶

生産者、食事を作ってくれた人、
食材の命に感謝する気持ちを
言葉で表現しましょう。

めぐる

NEWS

食育週間の取組みを
紹介します♪

1月24日から30日は「全国学校給食週間」でした。各学校では、工夫を凝らした給食が登場しました！

西共同調理場 テーマ「大豆の変身」



- ・ごはん
 - ・揚げさばの菅谷りんごソースかけ
 - ・南魚沼市の郷土料理「きりざい」
(納豆使用)
 - ・けんちん汁
(八丁味噌・豆腐使用)
- ※大豆は、しょうゆ、みそ、納豆、豆腐など様々に姿を変えて、私たちの食卓に登場しています。

紫雲寺共同調理場 テーマ「ふるさとの味を味わおう」



- ・紫米ごはん
 - ・パイオニアポークのたれカツ
 - ・オータムボエムの豆腐サラダ
 - ・こにもん
 - ・越後姫プリン
- ※「おいしくなるよう一生懸命作っているので、残さず食べてほしい」
地元生産者大沼さんの願いです。

中浦小学校 テーマ「むかしの給食」



- ・セルフおにぎり
 - ・サケの塩焼き
 - ・たくあんあえ
 - ・青菜のみそ汁
- ※給食は明治22年から始まりました。
当時の給食は、おにぎりと焼き魚に漬物だったそうです。

加治川中学校の生徒が考案！ 「加治川すいとん」「パイオニアポークのキムチ炒め」



- ・加治川産コシヒカリ
 - ・パイオニアポークのキムチ炒め
 - ・オータムボエムのおかか和え
 - ・加治川すいとん
 - ・紫雲寺産ルレクチェゼリー
- ※100%新発田産の給食です。
生徒の努力が最高の隠し味です。

※学校でのさまざまな食育の取組みを新発田市ホームページで紹介しています。ぜひ、ご覧ください。

新発田市 食とみどり

検索

食とみどりの新発田っ子通信

【第18号 2014年2月発行】



無形文化遺産登録！日本が誇る「和食」の文化

ユネスコ無形文化遺産に『「和食」日本人の伝統的な食文化』が登録されました。新発田にも古くから受け継がれてきた大切な食文化があります。今回の登録をきっかけに、素晴らしい新発田の「食」を再認識し、子どもたちへ受け継いでいきましょう。

どうして「和食」が登録されたの？

「農林水産省ホームページ」より

新鮮多様な地場産食材

自然に恵まれた日本では、地域に根ざした多様な食材が用いられています。新発田市の学校給食でも多くの地場産食材を使用し、ごはんは100%新発田産コシヒカリです。



健康を考えた栄養バランス

日本の和食は一汁三菜が基本です。主食（ごはん）・主菜（魚など）・副菜（野菜のおかず）がバランスよく構成されています。



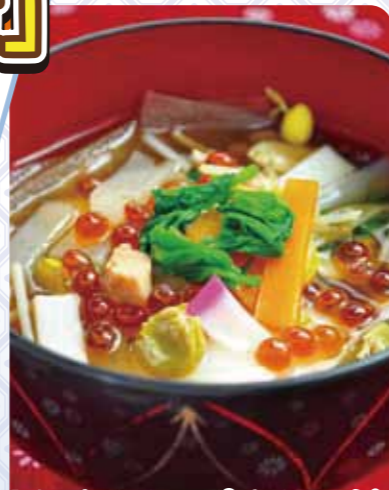
キーワードは「自然の尊重」



新発田が誇る郷土料理「小煮物」

自然の美しさや四季の移ろいを盛り付けて表現します。「小煮物」にも美しい自然の彩りが表されています。

季節の移ろいを表現



具たくさんの新発田雑煮

日本の食文化は年中行事と密接に関わってきました。親戚や地域の人が集まり、食事の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めます。

年中行事との関わり

次世代へ伝えていきたい！日本の美しい食文化

「いただきます」「ごちそうさま」は日本人ならではの食事の挨拶です。美しい日本の食文化を守り、未来に伝えていくことは、私たちの大切な使命です。ご家庭で「正しく」そして「楽しく」食事していますか？

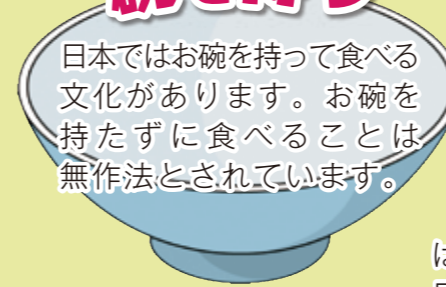


モッタイナイの心

「調理で作りすぎない」など食べ残しを減らす努力をしましょう。

碗を持つ

日本ではお碗を持って食べる文化があります。お碗を持たずに食べることは無作法とされています。



一汁三菜はし

はしを正しく使って食事することは日本の美しい作法のひとつです。

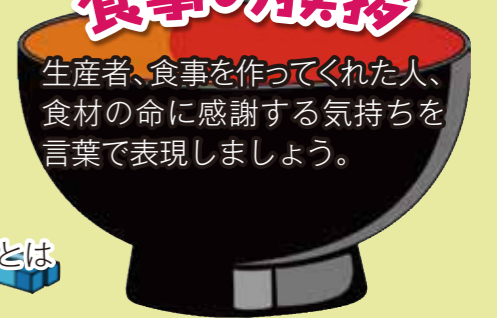


食卓を囲む

会話を楽しみながら食べることが、子どもの豊かな心を育てます。

食事の挨拶

生産者、食事を作ってくれた人、食材の命に感謝する気持ちを言葉で表現しましょう。



めぐる

NEWS

食育週間の取組みを紹介します♪

1月24日から30日は「全国学校給食週間」でした。各学校では、工夫を凝らした給食が登場しました！

西共同調理場 テーマ「大豆の変身」



- ・ごはん
 - ・揚げそばの菅谷りんごソースかけ
 - ・南魚沼市の郷土料理「きりざい」（納豆使用）
 - ・けんちん汁（八丁味噌・豆腐使用）
- ※大豆は、しょうゆ、みそ、納豆、豆腐など様々に姿を変えて、私たちの食卓に登場しています。

紫雲寺共同調理場 テーマ「ふるさとの味を味わおう」



- ・紫米ごはん
 - ・パイオニアポークのたれカツ
 - ・オータムポエムの豆腐サラダ
 - ・こにもん
 - ・越後姫プリン
- ※「おいしくなるよう一生懸命作っているので、残さず食べてほしい」地元生産者大沼さんの願いです。

中浦小学校 テーマ「むかしの給食」



- ・セルフおにぎり
 - ・サケの塩焼き
 - ・たくあんあえ
 - ・青菜のみそ汁
- ※給食は明治22年から始まりました。当時の給食は、おにぎりや焼き魚に漬物だったそうです。

加治川中学校の生徒が考案！ 「加治川すいとん」「パイオニアポークのキムチ炒め」



- ・加治川産コシヒカリ
 - ・パイオニアポークのキムチ炒め
 - ・オータムポエムのおかか和え
 - ・加治川すいとん
 - ・紫雲寺産ルレクチェゼリー
- ※100%新発田産の給食です。生徒の努力が最高の隠し味です。

※学校でのさまざまな食育の取り組みを新発田市ホームページで紹介しています。ぜひ、ご覧ください。

新発田市 食とみどり 検索

新発田の食文化を未来の子どもたちへ語り継ごう！