

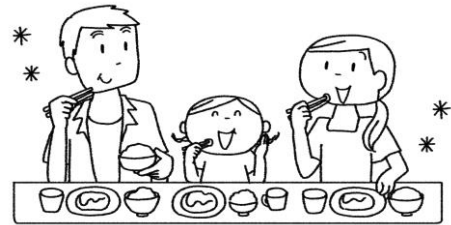
給食だより

5月号

2019年5月1日発行


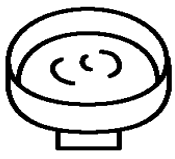

田園調布学園大学
みらいこども園
栄養士 中嶋なおみ

和食・話食・輪食・環食 ～わしょく～




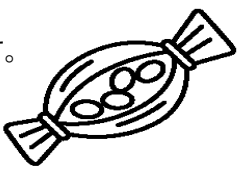
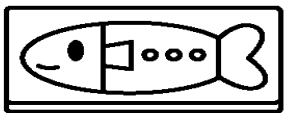
川崎市では、平成29年度から5年間、第4期川崎市食育推進計画というものに基づいて食育を行っています。今年度は「わを大切にする食育の推進」を中心に行っていくそうです。「わ」には、4つの意味が込められているそうです。「和食」、「話食」、「輪食」、「環食」だそうです。みらいこども園でも、今年度は4つの「わ」食の意味を考え、食育活動に取り入れていきたいと思っています。

和食

ユネスコ文化遺産にも登録された「和食」文化。各家庭や地域で受け継がれてきた食文化や和食を次世代へ継承していきたいですね。

みらいこども園でも米飯を中心とした献立づくりをしています。和食の特徴である「うま味」、かつお節や昆布でだしを取り味噌汁や煮物などをつくります。また、日本の四季や自然と結びついた「和食」は、各地の年中行事と共に継承され、食されてきました。園でも季節の行事にちなんだ会食を行います。

環食

「環」は、食の循環を意味しています。食料の生産から消費に至るまでをいいます。「お野菜はどこで買ってきたの?」、「いちごはどこからきたの?」など給食の食材について子どもたちから質問が出ます。農家の人や八百屋さんから買ったことなどを伝えます。また、実際に畑やプランターで野菜などを育て、調理をしたり給食で使ってもらったりすることで、食の循環を体験しています。

