

秋も深まり、山々の紅葉が鮮やかに映える季節になりました。11月7日は「立冬」といい、暦の上での冬を迎えます。適度な運動と十分な睡眠を心がけ、栄養たっぷりの食事を取り寒さに負けない身体を作っていきましょう。

## 「ありがとう」を伝えよう!

11月23日は「勤労感謝の日」です。給食を例にとっても、毎日の給食を滞りなく行うためには、ふだん私たちの目には見えないところで働いてくださっている方々のさまざまな努力やご苦労があることを忘れてはいけません。直接、お礼を言える機会はなかなかありませんが、あいさつや食べ方で感謝の気持ちを伝えたいですね。

いただきます  
ごちそうさま  
のあいさつをする



よく味わって食べる



料理を好き嫌いせず、よく味わっておいしくいただくことも、作った人や食べ物への感謝の気持ちを伝える大切な方法です。

食器をていねいにあつかう



食器やはしの持ち方、使い方、そしてきちんと後片付けをすること。そのどれもが作ってくれた人への敬意と感謝を表します。

### 食育の日 11月18日(金)

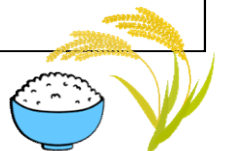
今年度は映画に出てくる料理をテーマに毎月様々な映画に出てくる料理です。11月は「魔女の宅急便」に出てくるにしんのパイをイメージして「かぼちゃのパイ」を提供します。楽しみにしてください♪

### 愛川パクパクデー 11月16日(水)

「愛川パクパクデー」は、愛川町産の食材を使用し、紹介する日です。愛川町の食材を給食に取り入れることで、愛川町をより深く知る機会になればと思います。

11月は愛川町でとれたお米を紹介します。愛川の豊かな大地と自然の恵みに感謝しましょう。さつまいも、白菜、豚肉、里芋も愛川町の食材を使用します。

### 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や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。

#### 給食費引き落としについて

11月7日(月)に、

引き落としを行いました。(3900円)

残高不足等で引き落としが出来なかった場合は、封筒を配りますので、期限までに学校へご提出ください。