給食だより



令和8年 10月

おうちの人といっしょに読みましょう

佐賀市川副学校給食センター　TEL　0952-45-0374

旬の味覚を楽しみながら体調管理を！

朝夕、だいぶ涼しくなってきました。日中との気温差もあり、体調を崩しやすい時期です。体調管理の基本は「バランスのよい食事」です。今が旬のさんまや鮭、くり、さつまいも、りんご、なしなど「秋の味覚」をたっぷりと味わいながら、適度な運動と十分な睡眠を心がけて、心身ともに健康に過ごしましょう。



10月は「食品ロス削減月間」です！

―10月30日は「食品ロス削減の日」―





どんな産地でも、食料資源は**“無限”**ではありません。さまざまな自然の影響によって、農作物が不作になったり、魚の漁獲量が減ったりしています。**私たちの命をつなぐ貴重な食べ物**を大切にいただくために**食品ロス削減**を実践していきましょう。

右のイラストを見たことがありますか？

これは、農林水産省が作成した食品ロス削減国民運動のキャラクター『ろすのん』です。この名前には「食品ロスをなくす(non)」という願いが込められています。



では、『ろすのん』を右下のような笑顔にするにはどんなことに取り組んだらよいでしょうか？

◎食べきれる分だけ作る。

◎食べられる部分は、むだなく使う。

◎冷蔵庫の中の食品をこまめにチェックする。

などが考えられます。自分にできることから少しずつ行動しましょう。





ご存じですか？漢字の成り立ち

給食ってどんな意味なのかな？

給（絹）

…糸（糸）と合（宿）がよりそってできています

「糸」は絹糸が束ねてある様子を表したものです。「合」は「口」と「人（集の原字）」を合わせて大勢の人が集まる様子を表した漢字だと長らく考えられていました。※この2つを組み合わせると、**「1つだけでなく、いろいろなものを集めて足して、十分なものにする」**という意味を創り出すこともできそうです。「給食」に、この「給」の字が使われていることで、「いろいろな食品を集め、足りないところを補うようにする」という給食の姿がよく表れているように感じます。また給食が「主食・主菜・副菜・牛乳」を組み合わせた献立になっていることにも通じていますね。

※現在は、別説があります。



食（食）

…ご飯が盛られた器（食）と
それを食べようとする人の口（人）からできています※

※諸説あります。字形出典『漢語古文字字形表』（中華書局, 2010）

さらに、そもそもの漢字の成り立ちではないそうですが、よく

「人を良くする」と書いて**「食」**

と言われます。食べ物が心と体をつくる基礎となること、そして、食事が人との愛情豊かな関りを育み、人間に備わる善さを引き出すということをうまく言い表していますね。



すてきな人柄には、「食」があるのかもしれません・・・