

食育だより

2013年
11月



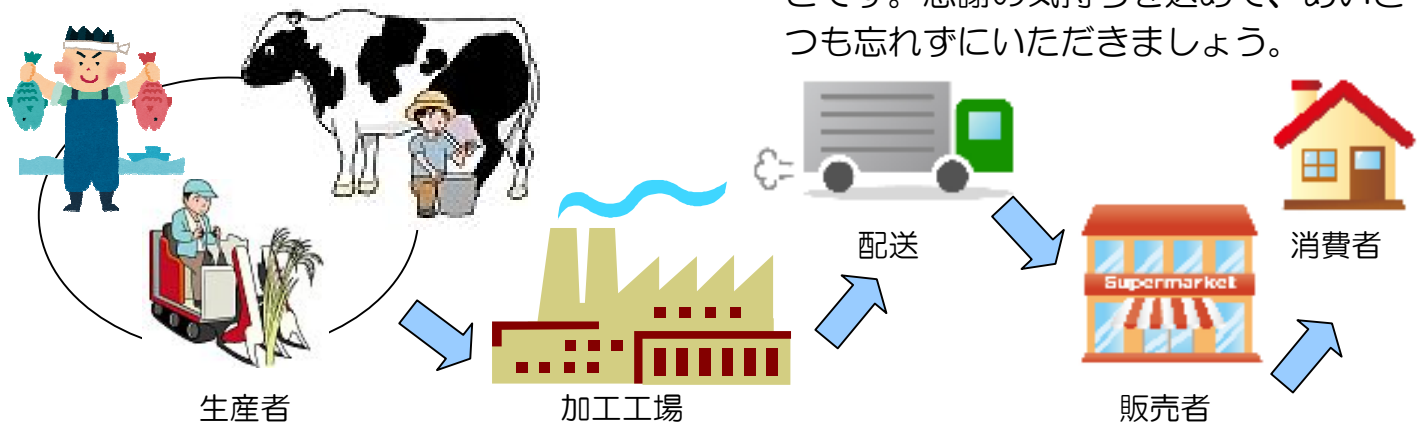
11月23日は勤労感謝の日

11月23日は「勤労感謝の日」です。国民の祝日の一つで『勤労をたっとび、生産を祝い、国民が互いに感謝し合う』という趣旨により、昭和23年（1948年）に制定されました。

この日はもともと「新嘗祭（にいなめさい）」といい、農作物の恵みに感謝をする日でした。

新嘗とはその年に収穫された新しい穀物のことです。今では収穫だけでなく、働く全ての人に感謝する日となっています。

食べ物も食卓に上るまでにはたくさんの人々が関わっています。また、食べるという事は動物や植物の命をいただくことです。感謝の気持ちを含めて、あいさつも忘れずにいただきましょう。



お米は大切な主食

近年、食文化の多様化によって日本人の米の摂取量は減り続けています。米の主成分であるでんぷんはすぐれたエネルギー源です。また米のたんぱく質はアミノ酸組成がすぐれ、丈夫な体づくりに役立ちます。

米は自給率がほぼ100%の食品です。将来の安定した供給のためにも米を見直しましょう。

アイコーメディカルの給食で使用している野菜は、国内産の「エコファーマー」の認定を受けた生産者が大切に育てたものを中心に、給食に取り入れています。

「エコファーマー」とは……土づくりや減化学肥料・減農薬など環境にやさしい農業に取り組む農業者のことをいいます。



編集/発行

～食文化の未来を考える～
株式会社アイコーメディカル