

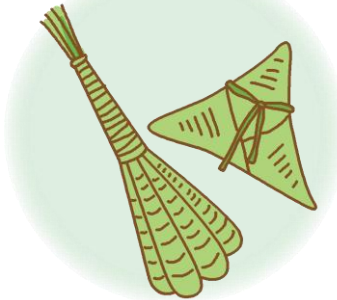
食育だより 令和7年度 5月



（毎月19日は食育の日）
北名古屋市給食センター

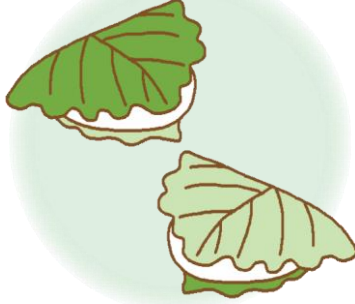
端午の節句と食べ物・行事

ちまき



中国から伝えられた端午の節句のお供えもので、笹でもち米を包んで作ります。形や中身もいろいろです。

かしわもち



新しい葉が出るまで古い葉が落ちないという柏の葉でくるんだ縁起物のもち菓子です。江戸時代に登場しました。

しょうぶ湯



その名が「尚武（武芸にいそむ）」にも通じる、葉草のショウブの葉をお風呂に入れて健康を願います。

郷土料理ってなんだろう？

郷土料理は、その地域でとれる食材を生かして、気候風土に合った調理法で作られ続けてきた料理で、各家庭や地域の行事などを通して、昔から伝えられてきました。今年度は月に一度、日本各地の郷土料理が給食に出ます。5月はどんな郷土料理が出ているのか、献立表を確認してみましょう。

寒い地域の郷土料理

寒さが厳しい地域では、体が温まる鍋物や汁物が多く作られます。また、冬の間は作物が育たないため、大根やにんじんなどの保存できる野菜や、漬物や乾物など、保存できる食品が多く使われています。



きりたんぼ鍋(秋田県)



せんべい汁(青森県)

暑い地域の郷土料理

蒸し暑い地域では、さっぱりとした冷たい料理や、食欲が増すような料理が多く作られています。暑いので、火を使う時間が短くてすむ料理や、油を使った炒め物も見られます。



冷やし汁(宮崎県)



ゴーヤチャンプルー(沖縄県)

海に近い地域の郷土料理

海に近い地域では、新鮮な魚介類を生かした刺し身やたたきが作られ、日持ちがするようにすしにしたり、干物などにして食べる料理も多く見られます。



かつおのたたき(高知県)



ぼうぜの姿寿司(徳島県)

山間部の郷土料理

山間部では、山菜やきのこ、川魚など、身近にとれる食材を生かした料理や、いのししなどの、野生動物の肉を使った料理も見られます。



ちたけそば(栃木県)



ばたん餃子(兵庫県)