

10月 給食だより

令和7年度 No.7
盛岡市学校給食センター

毎年6月と10月は「もいおか食育月間」です！

盛岡市では、国が定める6月の食育月間だけでなく、10月を独自に「もりおか食育月間」と定めています。食の大切さについて家族で考えたり、学校や地域で開催される各種食育イベントに参加したりするなど、食に関する知識を学んだり体験したりしながら、健康で安全な食生活を目指しましょう。

家庭で取り組みたい「食育」



朝ごはんを食べる



家族で食卓を囲む



一緒に食事の支度を する



わが家の味を伝える



盛岡市では「第四次盛岡市食育推進計画」（令和5年度～令和9年度）を推進し、「食育で進める、もりおかの豊かな暮らしと健康づくり」を目標に、【健康】【教育】【食の循環】という3つの視点から具体的な取組を展開しています。市ホームページから食育推進計画の本編や概要版パンフレット等を閲覧することができます。ぜひご家族でご覧になり、家庭での食育にご活用ください。

知って
いますか？

もりおか特産食材6品目

盛岡市がブランド化に取り組んでいる農畜産物6品目を紹介します♪

今月
は9日
に
提供
します
す



盛岡いんご



もりおか短角牛



アロニア

31
日の
給食
で
提供
します
す



黒平豆



津志田芋



行者にんにく



学校給食では、年間を通して盛岡市産食材や岩手県産食材を積極的に導入し、地産地消の推進とともに児童生徒が食を通じた地域理解を深められるよう取り組んでいます。

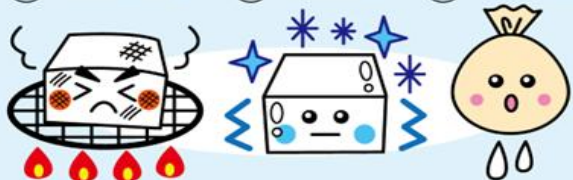
10月の行事&記念日 3択クイズ

10/2 豆腐の日



Q1 豆腐をどうすれば
高野豆腐になる?

- ① 火であぶる ② 凍らせる ③ 布で絞る



10/4 いわしの日



Q2 イワシが危険を感じた
ときにすることは?

- ① スミをはく ② おなかをふくらませる



10/6 ※ 十五夜 ※ 毎年日付が変わる



Q3 十五夜は別名「〇名月」、
〇に入る食べ物は?

- ① 芋 ② 栗 ③ 蕪



10/10 目の愛護デー



Q4 目の健康に関わる
ビタミンAが多く含まれている
食べ物は?

- ① 米 ② とうもろこし ③ レバー



10/15 きのこの日



Q5 次のうち、「ぶなしめじ」
はどれ?

- ① ② ③



10/30 食品ロス削減の日



Q6 世界で作られる食べ物のうち、
何%捨てられている?

- ① 10% ② 20% ③ 40%



食品ロスをそのままにしておくと、たくさんの食べ物をむだにしてしまうだけでなく、環境問題の悪化を招き、地球規模の食糧危機に陥りかねません。10月16日は、国連が定める「世界食料デー」でもあります。「もったいない」の心を忘れずに、「買いすぎない」「作りすぎない」「食べ残さない」など、できることから取り組んでいきましょう。



こたえ

Q1=②(「凍り豆腐」ともいう) Q2=③ Q3=①(十三夜は「栗名月」)
Q4=③ Q5=②(①はしいたけ、③はえのきたけ) Q6=③

