



きゅうしょくだより

H30年 竜之口保育園

11月

秋も深まり、色づいた木々の美しい季節となりました。朝晩の気温が下がる日も多くなります。かぜをひきやすくなるので、日ごろの食事をきちんととって体力をつけておきましょう。また、規則正しい食生活で冬に備えましょう

○11月24日は和食の日



日本人の伝統的な食文化である「和食」は、2013年12月にユネスコ無形文化遺産に登録されました。私たちは、先祖から受け継いだこの素晴らしい食文化を、将来の世代にしっかりと継承していかなくてはなりません。

11月24日は、語呂合わせにちなみ、「和食の日」とされています。ご家庭でも、日本の食文化について子どもと話をする機会を持つてはいかがでしょうか。

「和食」とは、「自然の尊重」という日本人の精神を体現した食に関する「社会的慣習」であり、以下の4つの特徴があります

