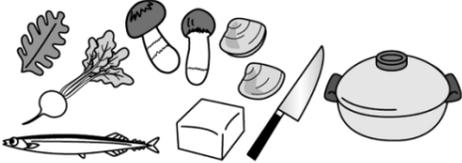




# 和食について知ろう

「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されていることを知っていますか。ここでいう「和食」とは、ただ単に料理のことだけではなく、日本の豊かな自然や気候風土のもとで育まれてきた「自然の尊重」という精神に基づく食文化です。どんな特徴があるか見ていきましょう。

(一社)和食文化国民会議・制定

<p><b>自然の味を生かしている</b></p> <p>海や川、山や里でとれるさまざまな新鮮な食材を使い、自然の味を生かす調理法で作られる。</p> 	<p><b>ごはんを主食にしている</b></p> <p>ごはんを主食に、汁物やおかずを組み合わせた献立が基本。いろいろな食材を使うので、栄養バランスがよく、健康的な食生活を支える。</p> 	<p><b>うま味を活用している</b></p> <p>昆布やかつおぶし、煮干し、干しいたけなどを使ってだしをとり、そのうま味を活用して料理をおいしくする。</p> 
<p><b>季節を表現している</b></p> <p>自然の美しさや春夏秋冬の季節の移り変わりを、器や盛り付け、部屋の飾りなどで表現する。</p> 	<p><b>地域ごとに工夫された料理がある</b></p> <p>日本の各地域で生まれ、工夫や知恵が詰まった「郷土料理」がある。</p> 	<p><b>行事に合わせた料理がある</b></p> <p>お正月のおせち料理や、ひな祭りのちらしずしなど、行事に合わせた料理があり、家族や地域の人々と一緒に味わう。</p> 
<p><b>おはしやおわんを使う</b></p> <p>ごはんはお茶わん、汁物はおわんなど、決まった器に料理を盛り付けて、おはしを使っていただく食の習慣がある。</p> 	<p><b>味付けに欠かせない発酵調味料がある</b></p> <p>米や小麦、大豆などの穀物を原料に、発酵・熟成させて作る発酵調味料を味付けに使う。</p> 	

## 11月29日(水) 呉西(ゴーセイ)な日！！

富山県の呉西地区6市（高岡市・射水市・氷見市・砺波市・小矢部市・南砺市）でとれた食材を取り入れた給食を、6市の小・中・特別支援学校・義務教育学校で実施します。「呉西」と「豪勢」をかけ、「呉西（ゴーセイ）な日！！」としました。

※これは「とやま呉西圏域連携事業 呉西圏域ブランド育成事業」として行われるものです。



- 6市ミックスゼリー**  
りんご：南砺・高岡・氷見・砺波・小矢部産  
なし：射水産
- 枝豆サラダ**
- ハトムギ入りしそごはん**  
ハトムギ：小矢部産
- 氷見うどん汁**  
氷見うどん：氷見産
- ゴーセイなメンチカツ**  
キャベツ：射水産  
たまねぎ：南砺・高岡・砺波産  
牛肉：高岡・小矢部産  
豚肉：南砺・氷見・砺波産

## 11月30日(木) 城端曳山祭献立

平成28年  
城端曳山祭が「山・鉾・屋台行事」の一つとして  
**ユネスコ無形文化遺産**に登録されました。  
それを記念した献立です。

- 【曳山にぎわい和え】**  
祭のにぎやかさを、コーンの黄、赤かぶの赤、小松菜の緑で表しています。  

- 【大車輪焼き】**  
その名の通り、曳山の大きな車輪を表した料理です。豆腐入りのハンバーグの上になれんこんの輪切りをのせて焼き上げました。  

- 【紅白ちょうちん汁】**  
曳山は夜になると、たくさんの提灯がともされ、提灯山行列になります。「ちょうちん汁」は、紅白もちでその提灯を表しています。  
  
