



令和7年10月1日  
調布市立第二小学校  
校長 関村 明子  
栄養教諭 雛形 理恵



ようやく暑さが和らぎ、秋の気配を感じるようになってきました。学習、スポーツ、芸術、読書など、秋は活動しやすい季節です。また、おいしい食べ物がたくさん出回ります。秋を感じる食べ物をたくさん見つけ、よく味わいながら食べて冬に備え、丈夫な体をつくりましょう。



## 10月は「世界食料デー」月間です。

10月16日は、国連が制定した世界食料デー（World Food Day）です。世界の食料問題について考える日です。世界では、すべての人が十分に食べられるだけの食料が生産されていますが、一方で、たくさんの食べ物が無駄になり、捨てられている現状があります。

日本では食品ロスが、2023（令和5）年度で年間464万トンと推定されています。

一人当たりになると1日約102g、1年で約37kgにもなるそうです。ご家庭でも毎日の食事の大切さ、食べ物の大切さについて考えてみるきっかけになればと思います。今月の給食では、大根の皮やにんじんの皮を使ったかくれんぼドレッシングを15日（水）の給食で提供します。



## 秋を楽しむお月見の行事

昔から、秋は1年のうちで最も月がきれいに見える季節とされ、昔の暦（旧暦）で秋の真ん中にあたる8月15日の十五夜の月を「中秋の名月」と呼んで、月を観賞するお月見の行事が行われてきました。ちょうどこの時期に里いもが収穫されることから、里いもをお供えしたり、「きぬかつぎ」などの里いも料理を食べたりする風習もあり、別名で「芋名月」ともいいます。また、十五夜からひと月ほど後の十三夜にもお月見をする風習があり、両方合わせてお月見をすると縁起が良いとされています。給食では、6日に十五夜こんだて「さつまいもご飯」、30日に十三夜こんだて「月見パイ」を作ります。



今年の十五夜は10月6日、十三夜は11月2日です。



調布市は、昭和30年に調布町と神代町が合併して誕生し、今年の4月1日で70周年を迎えました。お祝いに17日の給食では、70周年ロゴ入りコロッケを提供します。このロゴは、市民投票で選ばれたもので、70の文字の中に調布のさまざまな名物がちりばめられています。お楽しみに！



Chofu 70th Anniversary

## 10月の献立より

- 10日 目の愛護デー 数字の「10」と「10」を横にすると人の顔と目に見えることから、目の健康を守るために制定された記念日です。目の栄養になるビタミンAやアントシアニンを多く含むブルーベリーのジャムを使ってケーキを作ります。
- 6日～ 紅葉読書週間 本を手にとるきっかけになればと思い、本に出てくる料理をイメージした給食を作ります。7日「ふしぎ駄菓子屋 銭天堂」より「いいものナゲット」、8日「11ぴきのねこと へんなねこ」より「魚とパセリのトマトスープ」を作ります。