



# わしょく よ し ~和食の良さについて知ろう~



給食センター よしお

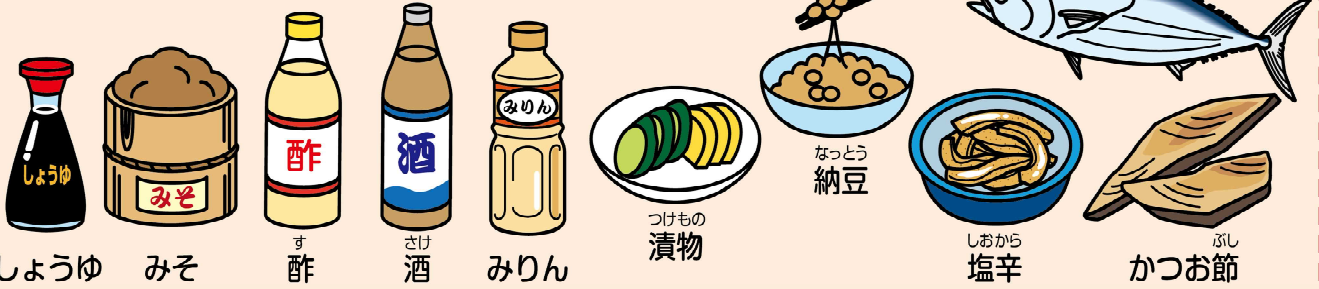
## ふるさとの食文化を知ろう!



「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ました。日本には、春・夏・秋・冬の四季があり、地域によって異なる気候風土のもとにさまざまな食文化が育まれてきました。中でも微生物の働きによって保存性やおいしさを高めた「発酵食品」は和食に欠かせないもので、各地で食べられてきた地域特有の食品が多くあります。



### 日本の伝統的な発酵食品



### 各地に伝わる発酵食品の一例

- ◆ **漬物** (野菜を調味料、ぬか、麴などに漬け込んだもの)  
岩手県・金婚漬け/京都府・すぐき漬け/鹿児島県・山川漬け
- ◆ **なれずし** (魚介類にご飯を混ぜて発酵させたもの)  
北海道・いずし/滋賀県・鮎ずし/和歌山県・さばのなれずし
- ◆ **魚醤** (魚介類を原料としたしょうゆ)  
秋田県・しょつつる/石川県・いしる/香川県・いかなごしょうゆ



【参照：月刊学校給食 2023年10月号】



群馬県は、2014年に「すき焼き応援県」を宣言しました。群馬県には牛や豚など上質な肉、生産量日本一のこんにやく、そして、下仁田ネギや、椎茸、春菊、白菜などすき焼きの具材をすべて県内産でまかなえる「すき焼き自給率100%」の県です。給食では11月29日に群馬の豚肉、こんにやく、しいたけ、ねぎ、またいたけを使った群馬の豚すき焼きが登場します。