

11月24日（木）和食

11月24日は「和食の日」だそう
 です。11（いい）24『にほん
 しょく』という語呂合わせから、
 定められたようです。



和食、日本の食事の魅力って何で

しょうか。大きく4つあると言われています。

- ①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- ②栄養バランスに優れた健康的な食生活
- ③自然の美しさや季節の移ろいの表現
- ④正月などの年中行事との密接な関わり

おいしいだけでなく、いろいろな物があり、健康にもよく
 て、見て美しく、季節をしっかりと感じる事ができるのが
 和食だと言えますね。日本人を作っているのが、和食
 だと言ってもいいですね。

皆さんは和食というと何を思い浮かべますか。ごはん、
 みそ汁、お刺身、お寿司、鍋料理などなど。校長先生も和食
 は大好きです。

村越 新