

# 食育たより

家庭数

令和6年7月16日  
長崎市立橘小学校  
栄養教諭 安永 No.5



## ありがとう エイス先生!

橘小学校で2年間勤務されたエイス先生が、7月末で任期を終えアメリカのルイジアナ州に帰国されます。いつも笑顔で、楽しく英語を教え、橘小のみんなをハッピーにしてくれるエイス先生、本当にありがとうございました。帰国前、緊急インタビュー!

アメリカ合衆国地図

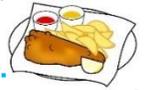


ルイジアナ州

## ～エイス先生にインタビュー!世界の食文化(アメリカ ルイジアナ州編)～

### ◇ルイジアナ州はどんな所?

ルイジアナ州は海が近くて、川、湖、沼地もあるから、魚介類が豊富。「Louisiana seafood platter」が有名。「platter」は大皿のこと。「Fried oyster (牡蠣)」「Fried catfish (ナマズ)」を大皿に盛り、タルタルソースやスパイシーケチャップにつけて食べるよ! 私大好き!



### ◇ルイジアナ州で有名な食べ物は?

Gunbo (ガンボ) という、スパイシーな煮込み料理が有名かな。オクラが入るのが特徴で、鶏肉、ソーセージ、えび、カニなどが入るよ。チリペッパーなどの香辛料で味付けして、ごはんにかけて食べるよ。



### ◇アメリカの学校給食は?どんなものを食べているの?

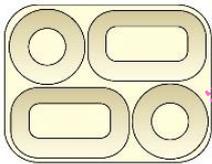
日本では、にんじん、キャベツ、玉ねぎとか、一つの料理に何種類もの食材を使う料理が多いけど、アメリカは違うよ。一つの料理には、一つの食材を使う料理が多いかな。たとえば、この絵みたいに。あと、マッシュポテトはよく食べるよ。

イメージ図

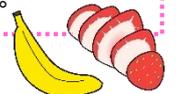


マッシュポテト (じゃがいものみ)

←ランチプレート例 (仕切りのある皿)



毎日牛乳がつくのは、日本と同じ。でも、チョコ味の牛乳もあって、毎日選ぶことができるよ。日本と違うところは、全校生徒がカフェテリアに集まって給食を食べること。ランチプレートに、マッシュポテト(またはライス)や、お肉、野菜、フルーツなどを盛りつけるよ。



### ◇アメリカでは、学校で朝ごはんを食べるって本当?

本当だよ!家で食べる人もいるけど、ほとんどの人が朝ごはんも学校のカフェテリアで食べるよ。とても楽しかったな。たとえば、ピザやサンドウィッチ、ブレックファーストソーセージやオムレツ、バナナやイチゴなどの果物とか、その日によって色々だけど、牛乳は毎日ついてたよ。



※裏面もごらんください。

橘小のみんなへ  
メッセージ

I will miss you all,  
Please try Louisiana food one day!



Thank you エイス先生♡ See you again!

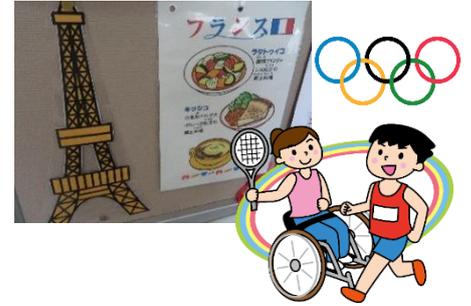


# ～世界の料理を知ろう！ パリオリンピック編～

7月26日から「パリオリンピック」8月28日から「パリパラリンピック」が開催されます。それにちなみ、7/11(木)は開催地であるフランスの料理「ポタージュ」でした。また、校内の給食掲示板では、世界の料理を紹介しています。



ポタージュとは…「ポ」は、フランス語で鍋を指し、鍋に入っているものという意味があります。日本では、とろみのあるスープのことをポタージュと呼んでいます。



↓かまぼこに似ている！？



この日は、パーカーハウスパンで、メンチカツとソテーをはさんで食べました。メンチカツは、野菜入り。「これ、揚げかまぼこに似てる！」と3年生。最近、かまぼこ工場見学に行った3年生ならではの発見が面白かったです。たしかに、野菜入りのかまぼこにそっくり！

## フランス

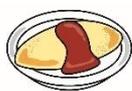
正式名称：フランス共和国  
人口：約6804万人(2023年1月) ※仏国立統計経済研究所

フランスは、世界有数の農業国で、ワインやチーズの産地としても有名です。フランス料理は世界三大料理の一つに数えられ、ユネスコの無形文化遺産には「フランスの美食術」が登録されています。高級料理のイメージがありますが、地方によってさまざまな食文化や郷土料理があります。

<日本でも親しまれているフランス発祥の料理>



ポトフ



オムレツ



コロケ



グラタン



パフェ



クレープ



シュークリーム



ラタトゥイユ  
南部プロヴァンス地方の郷土料理



キッシュ  
北東部アルザス・ロレーヌ地方の郷土料理



オニオン  
グラタンスープ  
南東部リヨンや、首都パリの名物料理

### <お知らせ>

#### ○第17回「学校給食料理レシピコンクール」

本日、募集要項とお募用紙を配付しています。興味がある人はぜひチャレンジを！

募集期間：令和6年7月19日(金)～令和6年9月3日(火) ※学校提出です。

#### ○食育カレンダー「おいしいよ！食べよう長崎県産品」図画コンクール募集

食育カレンダーは、掲示している学級も多く、毎年好評です。

詳しくは、tetoruで配信予定の「夏休み作品募集について」のお知らせをご覧ください。

