

食育だより

令和6年 1月号
さいたま市立新和小学校

家庭数配付

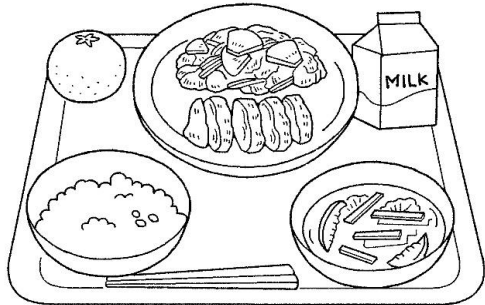
新しい年を迎えました。寒さが一段と厳しくなり、かぜやインフルエンザが流行する季節です。寒さに負けずに、栄養バランスのよい食事と十分な睡眠をとって元気に乗り切りましょう。
さて、1月24日から1月30日までは、全国学校給食週間です。本校では、1月22日から1月26日を給食週間として様々な取り組みを行ってまいります。いつも食べている給食に目を向けて、給食の役割について考えてみましょう。



1月24日から30日は
全国学校給食週間

学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるために重要な役割を果たしています。全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための1週間です。

給食は生きた教材



給食は、食に関するさまざまなことが学べます。それは、①食事のマナーを身につけることができること。②栄養のバランスや健康によい食事のとり方がわかること。③安全、衛生に気をつけて食事の準備や片付けができること。④郷土料理や行事食、地域でとれる食材について知ることなどです。
成長期のみなさんは今、食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身につける大切な時期です。給食が食べられることに感謝しながら、多くのことを学んで生活に生かしていきましょう。

学校給食の歴史

学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の私立忠愛小学校において始まったとされています。この給食は、貧しくて生活に困っている子どもたちを対象に無償で出されたものでした。現在は、子どもたちの健康増進や体位の向上を図ること、そして教材としての役割があります。



脱脂粉乳って何？

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。現在も「スキムミルク」として販売されています。学校給食は戦争で一時中断となりましたが、太平洋戦争後、食料不足で苦しむ子どもたちのためにアメリカなどから援助物資を受けて再開することができました。

1月は、さいたま市の姉妹都市・友好都市の料理です♪

さいたま市の国際化を推進するために、海外の6つの都市と姉妹・友好都市提携を結び、交流を行っています。また、国内の4つの都市と友好都市提携を結び、文化・スポーツ・教育・産業などの分野で交流を行っています。国内・海外の姉妹都市・友好都市にちなんだ料理が登場します！

★姉妹・友好都市の料理★

- 24日(水) まいたけごはん、ことじ(福島県)
- 25日(木) ソースカツ丼、こしね汁(群馬県)
- 26日(金) メープルトースト、カナダ風チャウダー(カナダ)

→→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→

明治22年	昭和22年	昭和25年	昭和40年	昭和52年

※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの献立レプリカを参考にしています。

おにぎり・塩さけ・
菜の漬物

ミルク(脱脂粉乳)・
トマトシチュー

コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・
ポタージュスープ・コロック・
せんキャベツ・マーガリン

ソフトめんのカレーあん
かけ・牛乳・甘酢あえ・
果物(黄桃)・チーズ

カレーライス・牛乳・塩もみ・
果物(バナナ)・スープ

22日(月)は、『昔の給食』として、鮭の塩焼き、きゅうりとたくあんの和え物、米に代わる大切な栄養源であったすいとんをいただきます。
今の給食があることは、当たり前のことではなく、たくさんの人たちに支えられてできています。
家庭でも、給食の歴史や思い出の給食について振り返り、食への感謝の気持ちや食べることの楽しさについて考えることができるといいですね。