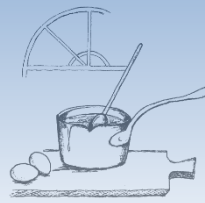


食育だより



令和4年1月19日(水)
八丈町立富士中学校
No.9
～毎月19日は食育の日～
食育リーダー 加藤 花苗



あけましておめでとうございます



冬休みが終わり、いよいよ最後のまとめである3学期が始まりました。今年も健康に1年を過ごせるよう、バランスのとれた食事や適度な運動・睡眠を意識して実践していきましょう。

1月の食育目標

感謝の気持ちをもって
食事をしよう！



< 全国学校給食週間 1月24日～1月30日 >

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割についてみなさんに知ってもらい、これからの学校給食について考えてもらうことを目的としています。

日本で最初の学校給食は、明治22年(1889年)、現在の山形県鶴岡市にあった市立忠愛小学校でお弁当を持ってこられない子どもたちに無償で食事を提供したのが始まりとされています。その後、全国で学校給食が実施されるようになりましたが、戦争による食糧不足で中止となりました。戦後、栄養失調の子どもたちを救うために、世界からの温かい支援で再開されました。再開した日が昭和21年12月24日だったことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが冬休みに入ってしまうため、1ヶ月後の1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」とすることが決まりました。私たちは毎日給食を食べることができ、その種類もご飯やパン、肉、魚、卵に豊富な野菜・果物やデザートなどを食べるできています。しかし、昔は今のようには様々な食材を使った給食ではありませんでした。この期間を通じて、給食の歴史を振り返り、食べ物の大切さや作る人の思いを知り、感謝の気持ちをもって食事をしましょう。



昔の学校給食を見てみよう

明治22年



献立：おにぎり、塩鮭、菜の漬物

山形県の市立忠愛小学校で提供された初めての給食。

昭和22年



献立：ミルク(脱脂粉乳) トマトシチュー

戦後まもない頃の給食。外国からの支援物資(脱脂粉乳など)を使って作っていた。

昭和27年



献立：コッペパン ミルク(脱脂粉乳)、鯨肉の竜田揚げ、せんキャベツ、ジャム

この頃、給食にクジラの肉が出されていた。貴重な栄養源として給食に登場。

昭和40年



献立：ソフトめんのカレーあんかけ、牛乳、甘酢あえ、くだもの(黄桃)、チーズ

ソフトめんが給食に登場。この頃から、飲み物が脱脂粉乳から牛乳へと切り替わる。

昭和52年



献立：カレーライス、牛乳、塩もみ、くだもの(バナナ)、スープ

米飯が正式に導入された。カレーライスは今も昔も人気メニューの一つ。

おいしい給食が食べられるのは、農家の人、酪農家の人、漁師の人、畜産農家の人、食べ物運ぶ人、栄養士さんや調理員さん、そして働いているお家の人など、多くの方に支えられているおかげです。

感謝の気持ちをもって、食事のあいさつをして、残さず食べるようにしましょう。



今月の給食紹介

1月12日(水):牛乳、豚丼、みそ汁、みかん



1月17日(月):牛乳、ターメリックライス、ドライカレー、キャベツサラダ



食育クイズ

【1】野菜や果物、魚などの、もっとも良く採れる時期を、「旬」と呼びます。では、冬が旬の魚はどれでしょうか。

1. アユ
2. アンコウ
3. イワシ



【2】加工食品の中には、賞味期限を記載しなくてもよい品目があります。

次のうち、賞味期限を記載しなくてもよいものはどれでしょうか。

1. アイスクリーム
2. ビスケット
3. キャラメル

