



がっこうきゅうしょく 1月号 給食だより

平成 31 年 1 月 9 日

大阪府立西淀川支援学校



あけましておめでとうございます。

冬休み中に食べ過ぎて体調をくずした人はいませんか。「新春」といいますが、寒さはこれから一段ときびしくなります。早寝早起き朝ごはん、しっかり手洗いをし、風邪やインフルエンザ、ノロウィルス等による食中毒の予防につとめましょう。

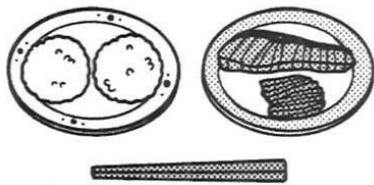
ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん

1月24日から30日は**全国学校給食週間**です！

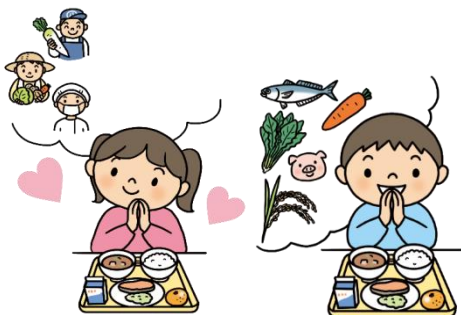
ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん 全国学校給食週間とは

学校給食は、栄養バランスのとれた食事によって子どもたちの成長を支え、食べて味わう「生きた教材」として、さまざまな役割があります。学校給食週間は、学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めてもらうために行われる毎年恒例の行事です。

がっこうきゅうしょく 学校給食の歴史



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私立忠愛小学校でお弁当をもってこれられない子どもたちに無償で提供された昼食でした。その後太平洋戦争の影響で一時中断されましたが、戦後海外からの温かい支援で学校給食が再開されました。このことを記念し、昭和25年（1950年）から、学校給食週間が行われています。



平成17年（2005年）の食育基本法成立後は、地場産物の活用や伝統的な郷土料理、季節ごとの行事食なども取り入れながら、栄養面だけでなく、食べることを通して社会を学び、また思いやりや感謝する心を育てていくなど、子どもたちの心も豊かにしていくような給食がめざされています。

おいさと健康と心の豊かさ

全国学校給食週間です

学校給食は「学校給食法」に基づいて実施されています。そこには、学校給食の目標として次の7つのことの育成や理解が掲げられています。

● 健やかな体を育む



適切な栄養摂取で、子どもたちの健康の増進を図る。

● 食生活のお手本になる



健全な食生活を営んでいくための判断力と望ましい食習慣を養う。

● 力を合わせ、学校生活を心豊かに



お互いを思いやって助け合う心や、明るい社交性を養い、学校生活を豊かにする。

● 自然と命の恵みへの感謝



生命や自然を尊重し、進んで環境を守る態度を養う。

● 支え合いで成り立つ食生活



食生活がさまざまな人の力に支えられていることへの理解を深める。

● 伝統的な食文化



日本や各地域の伝統的な食文化への理解を深める。

● 生産・流通・消費



食料の生産・流通・消費の正しい理解に導く。

知っていますか？1月の食文化

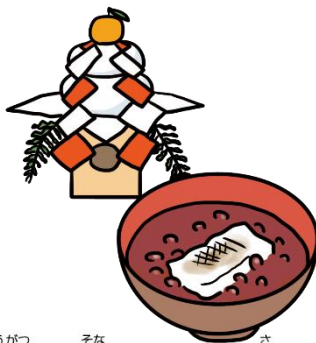
1月は「睦月」といい、「みんなで仲睦まじくする月」ということから名付けられました。新年の初めに、1年の幸せを願ったさまざまな行事食が食べられます。

1月7日の七草がゆ



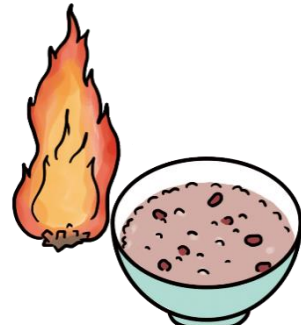
せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すすな（かぶ）、すすしろ（だいこん）の「春の七草」を刻んだ、おかゆを食べ、1年の無病息災を祈ります。

鏡開きのお汁粉



正月にお供えしたもちを下げ、木づちや手で割ってお汁粉や雑煮にします。また鏡もちを食べることは「歯固め」ともいわれ、丈夫な歯で長生きできることを祈ります。

小正月の小豆がゆ



昔の暦で1月15日は、年の初めの満月の日。1年の健康と豊作を願い、悪い気を払うとされた赤い色のあずきを入れたおかゆやご飯を食べる習慣がある地域があります。