



しょくいくだより

あけましておめでとうございます。楽しい冬休みを過ごせましたか？いよいよ学年最後の学期となりました。新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症を防ぐには、きちんと手を洗うこと、食事をしっかり食べること、ストレスや疲れをためないことが重要です。

また、1月には『学校給食週間』があります。12月にアンケートをとったリクエスト献立が登場します。

ぎん が しん ねん
謹賀新年



いま がくねん きゅうしよく た
今の学年やクラスで給食を食べるのもあとわずかです。給食時間を気持ちよく
す ことし えと たつ
過ごせるように、今年の干支である「たつ（辰）」にちなみ、一人一人が給食の
「たつ（達）」人を目指してみませんか？

て あら たつ じん
手洗い達人

ことし どし
今年はたつ年！
きゅうしよく
**給食の“たつ人”
を目指そう**

さし
お皿ピカピカ達人

も つ たつ じん
盛り付け達人

し せい たつ じん
よい姿勢達人

つか たつ じん
はし使い達人

あと かた づ たつ じん
後片付け達人

ふゆやすみちゅう せいかつ みだ
冬休み中に生活リズムが乱れてしまった人はいませんか？年末年始は生活習慣が乱れやすく、
食べすぎや運動不足などで太りやすい時期です。
きそくただ しよくせいかつ こころ
規則正しい食生活を心がけるとともに意識して
からだ うご しょうがつぶと かいしょう
体を動かし、“正月太り”を解消しましょう。

た す ふせ
食べ過ぎを防ぐコツ

<p>よくかんで 味わって食べる</p> <p>がむ がむ</p>	<p>しゅうしよく 主食とおかずを バランスよく食べる</p> <p>パ ラ ン ス</p>	<p>ちょうみりょうをつか ます 調味料を使い過ぎない</p>	<p>はらはちぶんめをこころ 腹八分目を心がける</p> <p>食べ過ぎない</p>
---------------------------------------	--	-------------------------------------	--

1/24~1/30 全国学校給食週間 給食の歴史&献立の変遷



学校給食は、明治22（1889）年に山形県の大督寺というお寺の中にあつた小学校で、お弁当を持ってこられない子どもたちに、昼食を無償で提供したことが始まりとされています。その後、全国へと広がりましたが、戦争による食料不足などの影響で中断されてしまいました。



戦争が終わっても食料不足は続き、子どもたちの栄養状態が心配されたことから、学校給食の再開を求める声が高まりました。
アメリカから贈られた物資を使い、昭和22（1947）年1月に給食が再開しました。この物資の贈呈式が「学校給食感謝の日」となり、後の「全国学校給食週間」へとつながりました。



昭和22年ごろの給食

脱脂粉乳や缶詰などの物資を使って給食が作られました。

トマトシチュー・ミルク

昭和25年ごろの給食

アメリカから寄贈された小麦粉を使って、パン・ミルク・おかずの完全給食が始まりました。

コッパン・ミルク・カレーシチュー

昭和40年代ごろの給食

パンの種類が増え、めん類も提供されるようになりました。脱脂粉乳のミルクは牛乳へと切り替わりました。

ミートスパゲッティ・牛乳・フレンチサラダ・プリン

昭和50年代ごろの給食

給食の主食はパンが中心でしたが昭和51年に米飯が正式に導入され、献立の内容も豊かになっていきました。

カレーライス・牛乳・塩もみ・バナナ

★子どもたちを取り巻く食環境が変化する中で、平成17（2005）年に「食育基本法」が成立。学校における食育の推進を図る『生きる教材』として、とても重要なものとなりました。



時代の流れと共に変化を続ける「学校給食」ですが、いつの時代も、子どもたちを大切に思う気持ちが詰まっています。そんな思いを感じて、おいしくいただきます。