



給食だより

令和6年度 1月号

さいたま市立大戸小学校 給食室

給食だよりのカラー版は、学校ホームページに掲載します。ぜひご覧ください。

新年、あけましておめでとうございます。今年も、みなさんの心と体の栄養を満たすおいしい給食を作っていきます。楽しみにしててくださいね。

さて、1月24日から30日の1週間は、「全国学校給食週間」です。ふだん、何気なく食べている学校給食について知る良い機会にしましょう。

「全国学校給食週間」について知ろう

学校給食は、戦争のために中断されていました。戦争の後は食べ物が無く、子どもたちの栄養状態が悪化してしまいました。そのことから、学校給食の必要性が叫ばれるようになり、再開することになりました。

1946年12月24日に、東京都、神奈川県、千葉県から実施することになりました。また、同じ日に東京都内の小学校でLARA（アジア救援公認団体）からの給食用物資の贈呈式が行われました。12月24日が学校給食感謝の日と定めていましたが、冬休みと重ならない1月24日から30日までの間を「学校給食週間」としました。



給食の懐かしいメニューとして、脱脂粉乳があります。脱脂粉乳とは、牛乳から脂肪分をぬき取り、乾燥させ、粉末にしたものです。成長期に必要なカルシウムやたんぱく質が多いです。

脱脂粉乳を水で溶かした後、温めて提供されていました。当時は、その独特の匂いが苦手、と感じる子どもが多かったそうです。

おいしく食べて、楽しく学ぼう！

現在の給食は栄養バランスの整った献立です。給食では、地場産物や行事食、郷土料理、世界の料理など、様々な料理を食べて学ぶことができます。

給食はわたしたちの体と心の成長を支え、食べることで食の知識や食事のマナーが身につきます。そして、食材になる動物や植物、食に関わる人たちへの感謝の気持ちをもつことができる「生きた教材」です。給食の歴史や役割について知り、おいしくいただきます。



給食に関わる人って、どんな人？



農家の人や畜産にたずさわる人、漁師さんや水産業にたずさわる人、食材を運んでくれるドライバーさん、栄養士さん、調理員さん、そして、給食を配膳する給食当番さん。これらの人は、給食を食べるまでに関わる人です。多くの人の手がかかって、みなさんの給食は作られています。感謝の気持ちを持って、給食をいただけるといいですね。

そして、忘れていけないお家での食事です。ご飯を準備してくれる家族にも、感謝の気持ちを忘れずに伝えていきましょう。

「命」をいただくということ

わたしたちが食べている食べ物は、どれも生き物の命をいただいているものばかりです。食べ物をいただくことや、料理を準備してくれた人に、感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをしましょう。

そして、苦手な食べ物がある場合は一口でも挑戦して、できるだけ食べるように努力してみましょう。



給食で学べること、できることをふりかえろう

<p>1 楽しく会食すること</p> <p>● 食事のマナー ● 会食を通して人間関係を深める</p> <p>おいしいね</p>	<p>2 健康によい食事のとり方</p> <p>● 栄養バランスのよい食事 ● 日常の食事の大切さ</p> <p>バランス</p>
<p>3 食事と安全・衛生</p> <p>● 安全で衛生的な食事の準備や後片付け ● 食中毒予防 ● 自分の健康</p>	<p>4 食事環境の整備</p> <p>● 食事にふさわしい環境づくり ● 衛生的な盛り付け ● 環境や資源に配慮</p>
<p>5 食事と文化</p> <p>● 郷土食や行事食 ● 地域の食料の生産・流通・消費</p>	<p>6 勤労と感謝</p> <p>● みんなで協力して自主的に活動 ● 感謝の気持ち</p>