

# 給食だより 1月号

白山市立白嶺小中学校

いよいよ1年の締めくくりとなる3学期が始まります。寒さから体を守り、ウイルスによる感染症にかからないために、引き続き、手洗い・うがいの徹底と、栄養バランスの良い食事を心がけましょう。

## 感謝して食べよう!!



**大切な「命」をいただきます。ありがとうございます。**

「いただきます」というあいさつは、たくさんの自然の恵みや生き物の「命」をいただいて、私の「命」を養わせていただきます。という感謝の意味がこめられています。

**食事の準備をしてくれて、ありがとうございます。**

「ごちそうさま」というあいさつは、漢字では「ご馳走様」と書きます。「馳走」は「走り回る」という意味です。昔は家にお客様が来ると、家にはない食べ物を海や山まで探しに行って準備をしなければなりません。「ご馳走様」には、「私の食事のために走り回って準備をしてくれてありがとう」という感謝の意味がこめられています。



毎日食事の時に、必ず言うあいさつだからこそ、しっかりと意味を理解することで、食べ物を粗末にせず、大切にすることを育みたいですね。

## ぜん くに がく せう じゆう しょく しゆう かん 全国学校給食週間

1月24日から30日は、「全国学校給食週間」です。学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市ではじまり、全国に広がっていきましたが、戦争による食料不足のため中断されました。戦後、食糧難で子どもたちの栄養状態の悪化が心配され、海外からの物資寄贈によって、再び学校給食がはじまりました。世界の人々からの温かい支援に感謝するとともに、教育の一環として行われる学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的として、毎年、全国学校給食週間が実施されています。

そして、現在は…

子どもたちの食習慣の乱れ、偏った食事による肥満や生活習慣病の増加が心配されることから、学校給食は、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために、さまざまなことを学ぶ「生きた教材」としての役割を担っています。

1月25日は今年度の「中学生学校給食献立コンクール」入賞作品の献立を実施します。白嶺中学校3年生 山本 琉偉さんが努力賞を受賞しました。地域の食材を活かし、栄養バランスのとれたボリューム満点の献立になっていますので楽しみにしてください。  
※今年は熊肉が入手できなかったため牛肉を代わりに使用します。

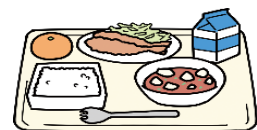
### ～給食の移り変わり～

明治 22 年  
(1889)



山形県の私立忠愛小学校で、お弁当を持ってこられない子どもたちのために食事を提供したのが、日本の学校給食の始まりとされる。

昭和 50・60 年代  
(1975～88)



食生活の洋風化が進み、外食産業が成長した時期で米の消費拡大のため給食でも米飯給食が取り入れられる。