

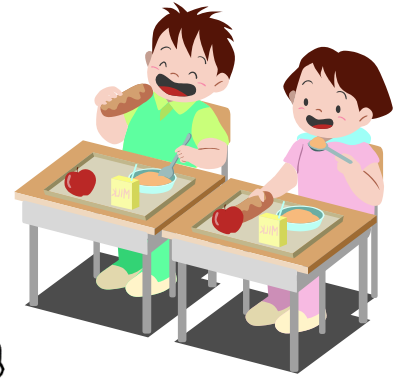


食育だより 1月



令和4年1月11日
白山市立北陽小学校

新しい年を迎え、今年こそはとさまざまな計画に思いがめぐります。
家族の健康は、年の始めに誰もが願うことですね。給食室も、子供たちの健康のために、おいしく安全で、
食生活の手本としていただけるような給食となるよう努力してまいります。
今年もよろしく願いいたします。



1月の給食目標 『感謝してたべよう』

毎日食べている食事やおやつなど、何気なく残していませんか？
ほんの少しと思っても、積み重なるとたくさんの量になります。



あきた



あじがきらい



食べたくない



おなかがいっぱい

上のような理由から食べ物を残してよいのでしょうか。
私たちは生きていくために、たくさんの動物や植物の命をもらっています。
そのことを考えれば、ひと口ひと口よく味わい、最後のひとつぶ、ひと切れまで大切に食べたいものですね。
作ってもらうのが当たり前ではありません。作って下さった方にも、感謝の心を持ちましょう。
「いただきます」「ごちそうさま」を言う前から食事したいものですね。

日本での初めての給食は・・・

明治22年

山形県鶴岡市の小学校で、お弁当を
持ってこられない子供たちのために
日本で初めて給食が始まりました。

おにぎりと塩漬とつけものだった



昭和初期

栄養面も少し考えた給食が出されるようになりましたが、戦争が始まると、
食料不足になり給食も中止されることになりました。

昭和20年頃(戦後)

昭和20年には戦争は終わりましたが、
全国の子供たちは食料がなく、やせおとろ
えていつもおなかを空かせていました。
体格も今と比べるとずいぶん劣っていた
そうです。
昭和21年にララ(アジア救援公認団体)や
ユニセフなどから救援物資として脱脂粉乳
や小麦粉などが送られてきました。
それによって、12月24日から一部の
地域で給食が再開されました。



昭和23年
11歳男子(平均)
身長 130.4cm
体重 28.2g



令和2年
11歳男子(平均)
身長 146.6cm
体重 40.4g

(文部科学省学校保健統計調査より)

1月24日～30日「全国学校給食週間」です。

学校給食7つの目標

全国学校給食週間は、戦後、給食が再開されたことを記念する週間です。
現在、日本の食生活は大変豊かになりました。しかし、一見豊かに見える
食生活も、偏食、欠食それによっておこる肥満やその他の生活習慣病など
新たな問題を抱えています。

そのような中、学校給食は、食べ物の働きや栄養のバランス、食文化など
を学び、自然の恵みや作ってくれた人への感謝の心を育むための大切な
食事となっています。

