

全国学校給食週間について

1月24日～1月30日まで、全国学校給食週間です。

日本ではじめて学校給食が始まったのは、明治22年、山形県鶴岡町の忠愛小学校とされています。弁当を持ってこれない子どもたちのために「おにぎり、塩鮭、つけもの」を出したのが始まりとされています。

その後、給食が各地に広まっていますが、戦争(第2次世界大戦)が始まり給食は中断されてしまいました。戦後の日本は、食料不足に見舞われ、子どもたちはやせ細り、いつもおなかをすかせていました。こうした状況に世界各国から支援物資が届けられ学校給食は再開されます。それを記念して、1月24日からの1週間は「全国学校給食週間」とされています。

現代では子どもたちの食生活を取り巻く環境が大きく変化し、偏った栄養摂取など、健康状態について懸念される点が多くみられる今日、学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるために重要な役割を果たしています。

<1月27日の献立>



<1月28日の献立>



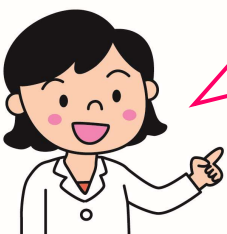
給食週間3日目の給食は、給食がはじまった明治22年ごろの給食を再現しました。「おにぎり」「焼き魚」「ほうれん草の磯和え」「すいとん」です。

「すいとん」とは、団子を入れた汁もののことをいいますが、本校のすいとんは、小麦粉・白玉粉・スキムミルクを混合した栄養満点の手作り団子です。野菜も豊富です。

学校給食週間を通して、食べ物をいつでも食べられることに感謝し、いつも残さず食べること、食べ物を粗末にしないこと、心をこめてあいさつをすることなどを忘れないで食事をしてほしいと思います。

給食週間4日目の給食は「伊万里産黒米ごはんのカレーライス」「コールスローサラダ」「いちごヨーグルト」です。

古代米である「黒米」は、伊万里市川内野地区の特産品です。白米の中に少しの黒米を加え一緒に炊くと、赤飯のように赤く色づきます。白米よりも多くの栄養が含まれています。地元の食材は新鮮で栄養価が高く、身体に馴染みやすく、消化吸収の面でもよい働きをするといわれています。給食では毎回、だいこん・きゅうり・こねぎ・キャベツなど地元産の食材をできるだけ多く取り入れるようにしています。



1月27日食育講話を行いました。給食の歴史を知ることで、食事の大切さや給食のありがたさ、また食への興味関心も高まると思い、指導を行いました。また、生活習慣病予防の基本として、バランスの良い食生活と適度な運動、規則正しい生活を心がけることなど、「見えない砂糖・塩・油」を知ること、自分の食生活を見直すよい機会になりました。