

1月 給食だより



令和5年度 1月号
佐賀市立春日北小学校

あけましておめでとうございます。冬休み中は、日本の伝統文化に触れる機会も多かったのではないのでしょうか。正月料理には、豊作や無病息災などの願いが込められていますが、昔も今も、その願いは変わらないことを実感します。さて、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？

今年のはたつ年！
給食の「たつ人」を目指そう

手洗い達人

盛り付け達人

よい姿勢達人

はし使い達人

お皿ピカピカ達人

後片付け達人

集中力を高める食事とは？

勉強を効率よく進めるには、早寝・早起きをし、朝ごはんをしっかり食べてから取りかかるのがお勧めです。1日のうち、脳が一番活発に動くのは午前中なので、朝ごはんを脳へエネルギーを補給することが、やる気や集中力を高めることにつながります。また、脳を活性化するには、よくかむことも重要です。スープやゼリー飲料などで済ませずに、主食とおかずを組み合わせることを心がけましょう。

ご飯は粒のまま食べるので、ゆっくり消化・吸収され、腹持ちがよく、安定して脳へエネルギーを供給します。

くだもの
果物

しゅ しゅく
主食

牛乳・乳製品

主菜

副菜
（汁物含む）

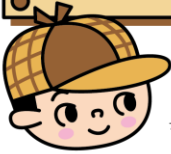
脳へエネルギーを補給しよう！

給食の組み合わせを参考にし、よくかんで食べましょう。

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん

1/24~1/30 全国学校給食週間

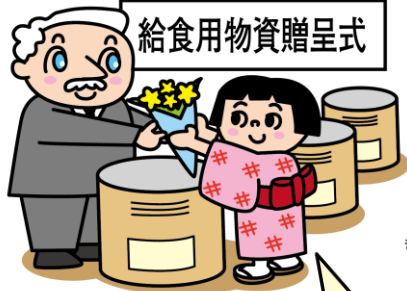
給食の歴史&献立の変遷



がっこうきゅうしょく きげん めいじ ねん にさかのぼります。やまがたけん だいたく
 学校給食の起源は、明治 22 (1889) 年にさかのぼります。山形県の大督
 寺というお寺の中にあった小学校で、お弁当を持ってこれない子どもたち
 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。



せんそう お しよくりょうぶそく つづ こ えいよう
 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



給食用物資贈呈式

が高まりました。アメ
 ラの LARA (アジア
 救援公認団体) 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。

しょうわ ねん きゅうしょく
昭和 22 年ごろの給食

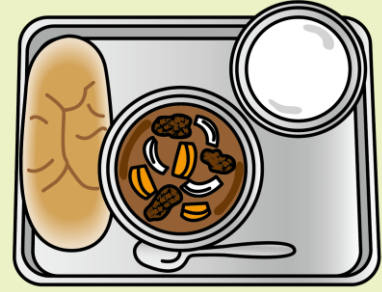


だっ しふんにゅう かんづめ
 脱脂粉乳や缶詰な
 どの物資を使って
 給食が作
 られま
 した。

トマトシチュー・ミルク

しょうわ ねん がつ か ぶつし そうてい
 ★ 昭和 21 (1946) 年 12 月 24 日に物資の贈呈
 式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」と
 しましたが、冬休みと重なるため、昭和 25
 (1950) 年度からは 1 月 24 日~30 日を「全国学
 校給食週間」とすることが定められました。
 ★ 昭和 29 (1954) 年に「学校給食法」が成立し、
 学校給食の実施体制が法的に整い、教育活動と
 して位置づけられるようになりました。

しょうわ ねん きゅうしょく
昭和 25 年ごろの給食



きそう
 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。

コッペパン・ミルク・カレーシチュー

しょうわ ねん だい きゅうしょく
昭和 40 年代ごろの給食



しゆるい ぶ
 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

しょうわ ねん だい きゅうしょく
昭和 50 年代ごろの給食



きゅうしょく しよく
 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

こ と ま しょくかんきょう へんか なか へいせい ねん しょくいくきほんほう
 ★ 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。平成 20 (2008) 年には、学校における食育の推進を図る観点から「学校給
 食法」が大幅に改正されました (2009 年 4 月 1 日施行)。

