



1月給食たより



平成25年12月25日

練馬区立中村西小学校

校長 福田 純子

栄養士 川島 夕子

いよいよ今年も残りわずかとなりました。今年一年、子供たちは「食」への関心をもちながら食べることができたでしょうか。子供たちは、ご家庭や学校での声かけで嫌いな食べ物を食べてみようという気持ちになります。食事や給食の話題を通して「食」への関心を広げてほしいと思います。

全国学校給食週間

1月24日～30日までの一週間は「全国学校給食週間」です。学校給食は、明治22（1889）年に山形県鶴岡市で初めて実施されて以来、各地に広がりましたが、戦争のため中断されました。戦後、食糧難による児童の栄養状態の悪化を背景に、給食実施の必要性が指摘され世界からも給食用物資の寄贈がありました。そして昭和22（1947）年に学校給食が再開されました。世界からの善意に感謝するとともに、学校給食による教育効果を促進させる点から、この「全国学校給食週間」の取り組みが行われています。

子供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、肥満傾向など、健康状態について懸念されることが多い今日、学校給食は子供たちが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とっても重要な役割を果たしています。



食事のあいさつの意味を知ろう!

●いただきます●



山のとっぺんを、「頂(いただき)」といいますが、昔、貴重な品物をもらうとき、一度頭の上に掲げ、かしまってもらったことから生まれた言葉です。さらに食事で動物や植物の命をいただいていること、また食事を作ってくれる人や食事ができることへの感謝の気持ちを込めたあいさつとなったのです。

●ごちそうさま●



「ちそう(馳走)」とは、「走り回る」という意味です。昔、大切な人をもてなすために遠くまで駆け回り、食べ物を集めてきてくれた人への感謝の気持ちを表すものとして生まれました。みなさんが毎日食事ができるのはさまざまな人の協力があるからです。そうしたすべての人の苦勞をねぎらい、感謝する気持ちであいさつしましょう。

献立紹介

◎8日水曜日：七草白玉汁

春の七草を使ったお雑煮風の汁物です。七草は、おせち料理で疲れた胃を休め、野菜が乏しい冬に不足しがちな栄養素を補います。

◎20日月曜日：ピロシキ

給食室で生地から手作りのピロシキを作ります。生地を作り、具を包んでから油で揚げます。

七草



2月分の給食費は1月27日に引落されます。通帳をご確認ください。