

1月給食だより



練馬区立豊玉南小学校
校長 風見 由起夫
栄養士 藤田 純恵

早寝早起き朝ごはん
「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク

12月の給食が終わりました。いよいよ冬休みが始まります。クリスマス、大晦日、お正月・・・とごちそうを食べる機会が増えますね。つつい食べ過ぎてしまいがちですが、腹八分目を心がけ、適度に体を動かすことが大切です。冬休み中も、「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、規則正しい生活をしていきましょう。1月に元気に会えることを楽しみにしています。

1月の行事食

1月には、これから始まる1年を無事に過ごせるようにと願いを込めた行事食がたくさんあります。日本や地域、家庭に伝わる食文化を大切に受け継いでいきたいですね。



給食では1/10(火)に、七草にちなんだ「七草すいとん」を出します。香りのよい汁と、給食室で手作りするもちもちのすいとんを楽しみにしていきましょう。

1月24日～30日は、全国学校給食週間です

初めての学校給食は、明治22年、山形県にある私立忠愛小学校で始まりました。貧しくてお弁当を持ってこられなかった子供たちに昼食を提供したのが始まりとされています。学校給食は戦争によって一時中断しましたが、外国からの援助を受けて再開されます。



昭和21年12月11日、「学校給食実施の普及奨励について」が発せられ、戦後の学校給食の方針が定まりました。同年12月24日、東京・神奈川・千葉の三都県の学校で試験給食が実施されました。この日が記念日となりましたが、学校が冬休みのため、1ヶ月後の1月24日からの一週間で、学校給食週間となりました。

学校給食週間は、給食の意義や役割についての理解や感心を深める週間として位置づけられています。



学校給食は当初、子供たちを飢えから救い、栄養状態を改善するものでした。しかし現在では、食習慣の乱れ、食べ過ぎ等による肥満、生活習慣病の増加などが心配されていることから、食について学ぶ「生きた教材」としての役割を担っています。

学校給食週間に合わせて、豊玉南小では、東京都や練馬区でとれた食材を使った給食や、昔の給食などを実施予定です。