

平成29年度

# 1月の給食だより

平成 29年12月25日

練馬区立高松小学校

栄養士 松澤 鋭子



シンボルマーク

## 「早寝早起き朝ごはん」運動

あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願いいたします。  
年末年始はいろいろなイベントや行事にちなんだ食事を楽しんだことと思います。生活が乱れてしまった人はいませんか？早寝早起きをしてきちんと朝ご飯を食べてから登校するようにしましょう。

まだまだ寒さが続きます。  
風邪にもよりいっそうの注意が必要です。

## かぜをふせくには…

1. えいようのバランスのとれたごはんを  
たべる。

いろいろの  
やさしい  
ひふやのどを  
じょうぶにする。



やさしい・いち  
くだもの  
さむさにたい  
してつよいか  
らだになる。



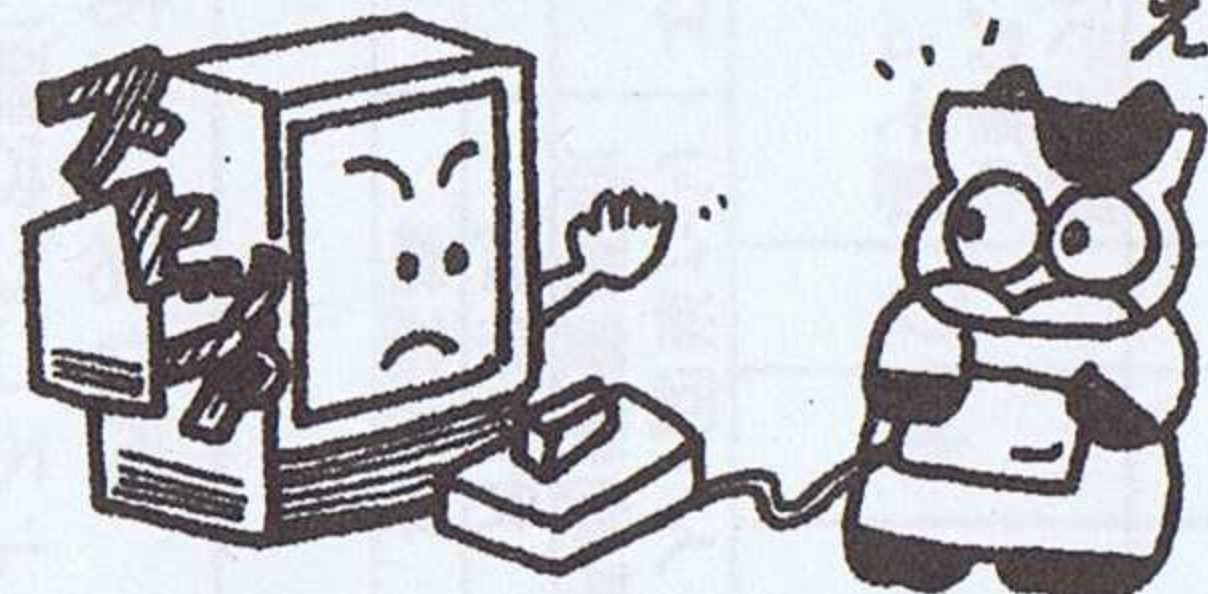
にく・さかな・  
たまご・とうふ  
ぎゅうにゅう  
さむさでへって  
しまったからだ  
のちからをもと  
にもどす。



あぶら  
さむさから  
だのねつをう  
ばわれないよ  
うにする。



2. うんどうをしてからだをきた  
える。



3. よるはやくふとんに  
はいつて、たっぷりねる。



4. そとからかえったら  
うがいと  
てあらい。

子どもは  
かぜの子  
げんきな子

1月24日から30日は  
全国学校給食週間です



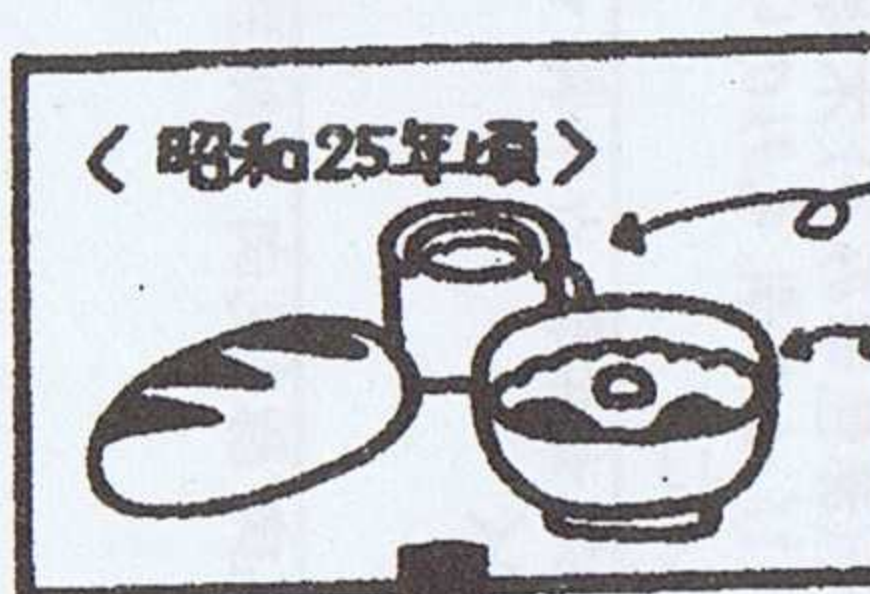
学校給食は明治22年に山形県のお寺にあった忠愛小学校で始まりました。  
その当時の献立はおにぎりや焼き魚、漬け物などでした。

昭和20年、いまから50年前、日本は戦争が終わった後で食べる物がなくてみんながおなかをすかせていました。  
そのころの小学校6年生は、今の4年生(平成8年度全国平均身長133.5cm)くらいの体の大きさしかありませんでした。



日本の子どもの様子を見てアメリカから、脱脂粉乳や小麦粉、缶づめがたくさん送られてきて給食を始めることになりました。

昭和21年12月24日、物資の贈呈式が行われました。この日が学校の冬休みと重なるため1カ月おくらせて、1月24日から1週間を学校給食週間とすることになりました。



〈昭和25年頃〉

〈給食の内容のうつりかわり〉

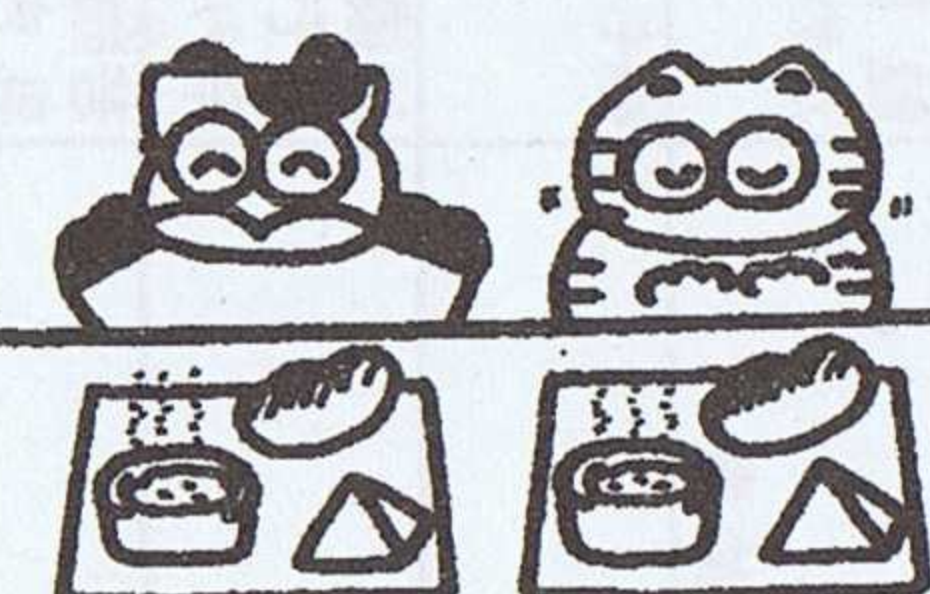
脱脂粉乳を湯でいたミルク  
おかずはみそ汁、野菜の煮物など一品だけ。



〈現在〉

牛乳  
パンまたはごはん  
おかず 2~3品  
+  
くだもの・デザート

今、たかまつ小学校では、おおよそ770食の給食を作っています



## 給食費のお知らせ

1月分の引き落としは1月11日(木)です。  
給食口座へのご入金確認をお願いいたします。  
今回の引き落としが今年度最後の引き落としになりますので、よろしくお願いいたします。