

1月



「早ね早おき朝ごはん運動」シンボルマーク

食育だより

令和6年度1月号
練馬区立光が丘第一中学校



あけまして おめでとう ございます

給食室では、今年も一年間、子供たちの健康を考えながら、安全でおいしい給食を作っていこうと、関係者一同新たな気持ちで張り切っております。今年もよろしくお願いいたします。

楽しかった冬休みも終わり、早いもので、1年のまとめの3学期が始まりました。寒い日が続きますが、換気や手洗いをしっかり行い、感染予防に努めてまいります。寒さはこれからが本番です。まだまだこの先もコロナやインフルエンザの流行が心配です。三度の食事をしっかりとって、ご家庭でも健康管理には十分気を配ってくださるよう心から願っています。



阪神・淡路大震災から30年

災害時の『食』を備えましょう



1995(平成7)年1月17日に、阪神・淡路大震災が発生しました。寒さ厳しい中、被災した多くの人たちを支えたのは、ボランティアによって届けられた炊き出しの「おむすび」です。震災発生から5年が過ぎた2000年、兵庫県が事務局を務める「ごはんを食べよう国民運動推進協議会」は、食料の重要性や、ボランティアの善意を忘れないために、この日を「おむすびの日」と決めました。

※ 阪神・淡路大震災の発生から今年で30年となります。昨年元日に発生した令和6年能登半島地震が記憶に新しいですが、この30年の間にも各地で大きな災害が頻発しています。災害発生直後は支援が届かないということを前提に、一人ひとりが自分の命は自分で守ることを意識し、普段から備えをしっかりとしておくことが大切です。

災害時の食の備え

そのまま食べられる



アルファ化米、缶詰、レトルト食品、菓子類など

ローリングストックで備える



お米、乾麺、乾物、日持ちのする野菜・果物、調味料など

外出時の持ち歩き用品



飲料水、チョコレート・あめなどの菓子

1月24日~30日は、全国学校給食週間です!

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日~30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。

学校給食の移り変わりを見てみよう!

明治22年	戦後(昭和20~30年代)	現在
私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。	支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。	地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。

「給食で九州一周旅行!!」

1月24日(金)~30日(木)は学校給食週間です。

給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めるための一週間です。今年の「光が丘第一中学校」ではこの期間、九州各地の料理が登場します。普段の給食ではなかなか食べる機会のない料理も出てきますので、楽しんで食べてください。

1月の使用食材予定産地

- 牛乳 ・東京都教育委員会から指定された牛乳業者より購入しています。練馬区は、株式会社協同乳業です。
- 米 ・「令和6年産 栃木産ブレンド米」を購入しています。
- 魚 ・鯛/長崎 かつお/宮城 カジキ/静岡 エビ/インドネシア
- 肉 ・豚肉/青森 鶏肉/山梨 鶏ガラ/岩手 豚ガラ/埼玉
- 野菜 ・ごぼう/茨城 コマツナ、白菜、人参/練馬区、埼玉 タマネギ/長崎 ショウガ/高知 にんにく/青森 長ネギ/千葉 きゅうり/埼玉、宮崎 キャベツ/愛知 たけのこ/福岡 セロリ/香川 ほうれん草/埼玉、大根/練馬 ジャガ芋/北海道