

明けましておめでとございます

昨年は本校の給食活動、食育活動に対し、ご理解とご支援をいただき、ありがとうございました。中学校生活を元気に充実して過ごし、いずれは大人になっても健康を自分で維持していくことができるような食育を目指し、本年も安全でおいしい給食をつくっていきたいと思います。

しかし、給食は学校だけですが、「食べること」は学校と家庭の両方に関わってきますので、各家庭の協力が必要です。本校の給食活動、食育活動に、本年もご協力をいただけますよう、よろしく御願い申し上げます。

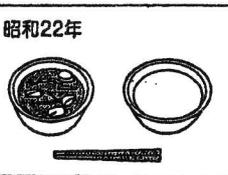
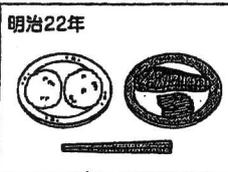
1月24日～30日は、全国学校給食週間です！

学校給食の始まりは、明治22年に山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちを対象に無償で提供された昼食が、日本で最初の学校給食だといわれています。当時の献立はおにぎり、塩サケ、菜の漬物などが出されていたといわれています。今は豊かになった日本ですが、当時の気持ちを忘れないために設けられたのが「全国学校給食週間」です。食べ物に感謝し、将来にわたって心豊かな生活を送れるよう、子どもたちの健康な心と体を育み大切な食文化を未来に伝えていく学校給食の役割について考える1週間です。学校給食のあゆみを振り返り、各年代の給食を出していきますので、お楽しみに！



現在の学校給食は 成長期の子どもの健康増進に役立つ栄養バランスのとれた食事で、地産産物も多く取り入れています。また、食に関する正しい知識や食習慣を身につけられるほか、郷土料理や行事食などを取り入れ、食文化や伝統に対する理解を深め、食への関心を高めています。

日本の学校給食の歩み



献立内容

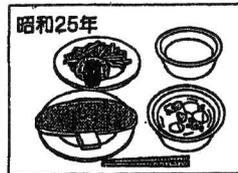
おにぎり、塩さけ、菜の漬物

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町忠愛小学校で、貧しくて生活に困っている児童を対象に昼食を出したことが始まりだとされています。

献立内容

ミルク（脱脂粉乳）、トマトシチュー

戦後、栄養失調状態の子どもたちを救うためアメリカの民間団体からの援助物資（ラウ物質）により、昭和21年12月24日に学校給食が再開されました。



献立内容

コッペパン、ミルク（脱脂粉乳）、ポタージュスープ、コロケ、せんきゃべつ、マーガリン

アメリカからの寄贈小麦を使用したパン、ミルク、おかげによる完全給食が8大都市で実施されました。



献立内容

ソフトめんのカレーあんかけ、牛乳、甘酢あえ、果物(黄納)、チーズ

昭和39年以降、学校給食に本格的に牛乳が取り入れられるようになりました。



献立内容

カレーライス、牛乳、塩もみ、果物(バナナ)、スープ

米飯は、教育上有意義と考えられ、昭和51年度以降は米飯給食が広がりました。



☆給食の牛乳を飲んでいますか？☆

本格的な冬の訪れとともに牛乳の残りが増えてきました。12月の残りの平均は、1日73本です。7月でも1日平均50本残っています。

給食に毎日牛乳がつくのは、カルシウムの補給源として牛乳が大変すぐれているからです。カルシウムはその99%が骨や歯に存在し、丈夫な骨や歯を作るために欠かせないものです。中学生の時期は、体の成長にたくさんのカルシウムが必要ですが骨の中にカルシウムを蓄えることができるのは10代の頃だけです。骨の中のカルシウム量は10代で急激にふえ、20代後半で最大になりますが、その後は減少する一方です。骨の中にカルシウムの貯金が少ないと、将来骨がもろくなり転んだり、手をついたただけで骨折したりする骨粗鬆症（こつそしょうしょう）になってしまう可能性が高くなります。寒い季節ですが、牛乳にアレルギーのない人は牛乳を飲むようにしましょう。今こそ、骨にカルシウムの貯金をする時です。