



1月 食育だより



新年あけましておめでとうございます。

今年度も、残すところあと3か月となりました。引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、魅力ある給食作りに努めていきたいと思います。

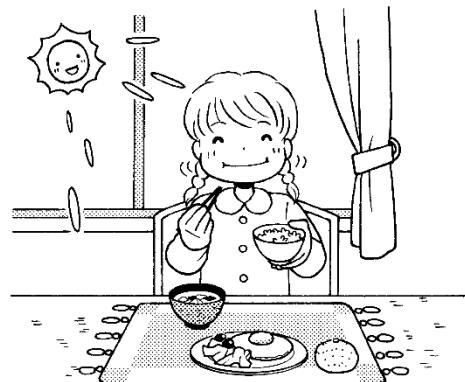
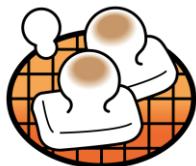
本年もよろしくお願ひ致します。



朝ごはんで元気に1日をスタート！

みなさんはどんなお正月を過ごしましたか？食べ過ぎてしまったり、生活リズムが乱れてしまったりした人もいるかもしれません。まだまだ寒い日が続き、布団からなかなか出られなくなる季節です。

朝ごはんを食べると、においをかいだり、かんだり、味わったり、のみ込んだりすることでおもしげさをうけます。さらに、胃腸が動き始め、体温が上がって、体全体が目覚めます。いつもより少し早く起きて、朝ごはんをしっかりと食べ、1日の生活リズムをととのえましょう。



きゅうしょくいいんかい しごと 給食委員会の仕事 その2

せんげつ きゅうしょく きゅうしょくいいんかい しごと しょくかい こんかい つづ
先月の給食だよりで給食委員会のお仕事を紹介しました。今回はその続きで、

ひがしがわ にしがわ しょこうぐち はい
東側と西側の昇降口を入ったところにいるやさいマンとフルーツマンを紹介します。

なか きゅうしょくいいん みな きゅうしょく
お腹のところに給食委員の皆さんがあんが給食に

はなし え けいじ じどう
まつわるお話を絵にして掲示しています。児童

とうこうじ め さいきん きゅうしょく
は登校時に目にすることができます。最近の給食

ようす し
の様子を知ることができます。



11日は鏡開きの日

かがみびら そな かがみ さ た ねんちゅうぎょうじ そな
鏡開きとは、お供えした鏡もちを下げる年中行事です。お供えしたもちには、

かみさま やど はもの き き て ちい わ
神様が宿っているので刃物で切らずに木づちや手などで小さく割ります。割ったものは、

しるこ きゅうしょく かがみびら
お汁粉やぜんざいなどにしていただきます。給食では鏡開きあんもちを
だ出します。



24日から30日は学校給食週間です

ほんこう あ しゃけ あずま に ていきょう
本校では揚げパン、おにぎりに鮭、カレーライス、くじらの東煮などを提供しま
す。

昭和20(1945)年、戦争が終ったばかりの日本では食料
が不足し、栄養不足の子どもたちがたくさんいました。
給食も戦争で中断されたままでした。

この日本の様子を見て、外国から食べ物の援助がたくさん送られてきました。こうして昭和21(1946)年12月24日、学校給食が始まりました。

12月24日は学校が冬休みなので、1ヶ月遅らせた1月24日から「全国学校給食週間」が行われます。給食に感謝し、その意義と役割を再確認する1週間です。