

1月給食だより

令和7年(2025年)1月号
桜川市学校給食センター



新年あけましておめでとうございます。みなさんは、どんな冬休みを過ごしていましたか？
今年度も、残すところあと3ヶ月となりました。引き続き、毎日の給食時間が楽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ひます。本年もよろしくお願いいたします。

寒さに負けない生活習慣を心がけよう！

まだまだ続く寒い冬。元気に過ごすためには、抵抗力を高めることが大切です。バランスの良い食事と、適度な運動をし、十分な休養と睡眠を意識しましょう。

また、手洗い・うがいをし、体の中に病原菌が入らないようにしましょう。



感染を予防するためにも、石けんを使ってよく手を洗いましょう。指先や指と指の間、親指や手首などは、洗い残しが多い場所です。特に注意して洗うようにしましょう。

冬の食中毒 / ロウウイルスに注意！

ノロウイルスは、ウイルスのなかでも小さく、丸い形をしています。冬に流行することが多く、感染するとおう吐や下痢などの症状を起こします。

右の表のように、手洗いや食品の十分な加熱が必要です。

＜ 意識してみよう ＞	
●石けんを使って、丁寧に手を洗う。	
●食品の中心まで加熱する。 (85～90℃で90秒以上)	

1月24日から30日は「全国学校給食週間」

学校給食は、子どもたちが食に関する正しい知識と、望ましい食習慣を身に付けるために重要な役割を果たしています。全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための1週間です。現在の学校給食は、栄養バランスが取れた豊かな献立で、子どもたちの健康や成長を支えています。感謝の気持ちを忘れず、いただきましょう。

知っているかな？学校給食の歴史

学校給食のはじまり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の私立志愛小学校で始まったとされています。この給食は、貧しくて生活に困っている子どもたちを対象に、無償で提供されたものでした。現在は、子どもたちの健康増進や体位の向上、そして「生きた教材」としての役割があります。

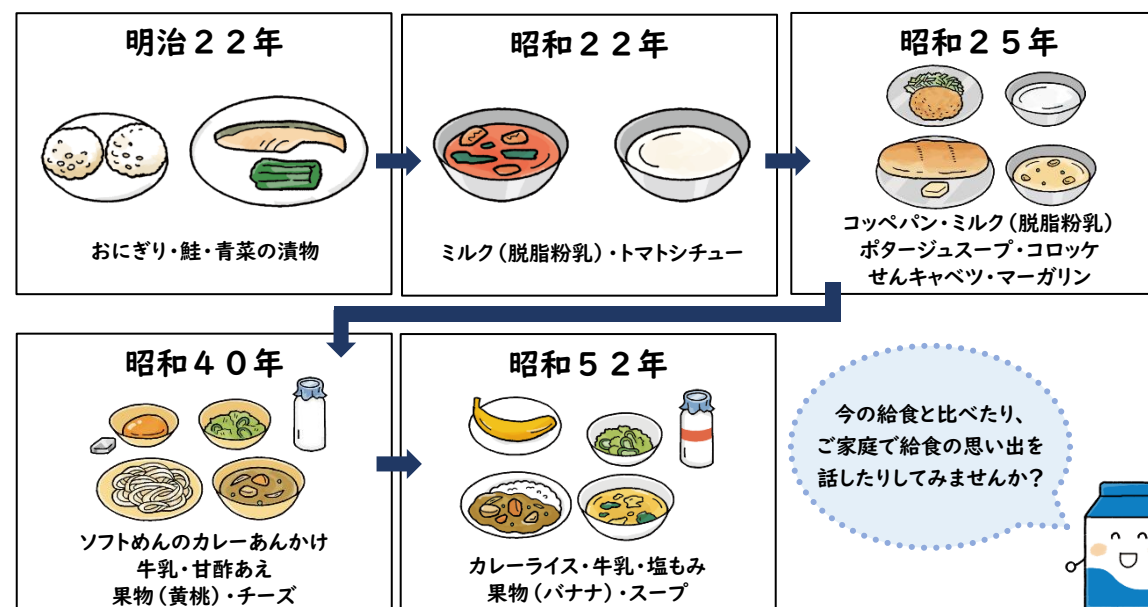


脱脂粉乳ってなに？

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。現在も「スキムミルク」として販売されています。学校給食は、戦争で一時中断となりましたが、戦後、食糧不足で苦しむ子どもたちのためにアメリカなどから脱脂粉乳などの援助物資を受けて、再開することができました。



学校給食の移り変わり



今の給食と比べたり、ご家庭で給食の思い出を話したりしてみませんか？



学校給食週間献立を実施します！

学校給食週間期間中は、各年代の給食献立をアレンジしたメニューを提供します。

栄養メモ(校内放送資料)や食育動画を配信予定です。お楽しみに…！

