

毎年6月は「食育月間」毎月19日は「食育の日」

平成30年1月24日発行

No.21

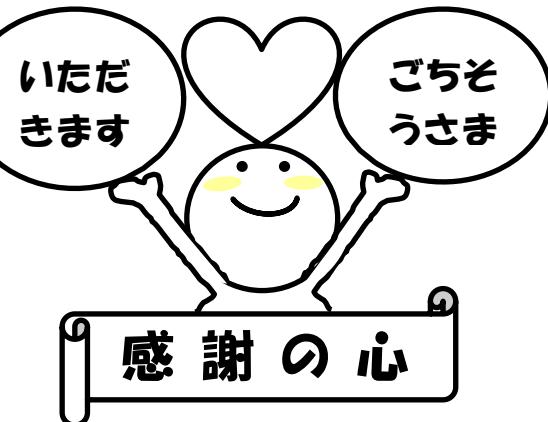
大阪市立住吉第一中学校

食育つうしん

いよいよ寒さ本番です。体調は万全でしょうか？
3年生は受験勉強に余念がないと思います。また、
1・2年生はマラソン大会が25日にあります。
体調管理には十分に気をつけてください。

特に、免疫力を高めるために大切なことは、寝ている間に下がった体温を、朝ご飯を食べてしっかり上げることです。主食以外にみそ汁やスープなどの温かいものを食べるとより効果的です。合わせて、水分の補給になります。

一日のよいスタートをきりましょう！！！



①学校給食の歴史

1 給食が始まったのはいつ？



2 給食が始まった理由は？



3 戦後に援助物資として送られたものは？



日本の学校給食は、今から約130年前の明治22年(1889)、山形県鶴岡町の大督寺内の私立忠愛小学校で、お弁当を持参できない子どもたちのために、おにぎり・塩鮭・つけものなどを提供したことが始まりとされています。その後、全国に広がりましたが、戦争のために中断されました。

戦後、食糧難により児童の栄養状態が悪化し、学校給食再開を求める国民の声が高まり、昭和21年6月に米国のLARA(ララ)から給食用物資(脱脂粉乳)の寄贈があり、学校給食が再開されました。

昭和21年12月24日に東京都内の小学校でLARA(ララ)からの給食用物資の贈呈式が行われ、感謝の気持ちを込めて、12月24日が「学校給食感謝の日」と定められ、その後、冬季休業と重ならない1月24日～30日の1週間が「全国学校給食週間」とされました。

(LARAとは、Licensed Agencies for Relief in Asia: アジア救済公認団体の略です)



ミルク(脱脂粉乳)・トマトシチュー

毎年1月24日～30日は 全国学校給食週間です。

中学校では、学校給食の歴史が浅いので、あまり「学校給食週間」にちなんだ行事はないようですが、小学校ではいろいろな取り組みがあったと思います。

いよいよ、住一も来年度9月分より、親子給食が始まります。学校給食の歴史を知り、その意義や役割について考えてみましょう。



②学校給食の意義と役割

学校給食は、成長期にある中学生に必要な1日の食事摂取基準の3分の1を満たすことができるようと考えられており、主食、主菜、副菜、汁物などに牛乳を組み合わせて提供されます。

適切な栄養の摂取はもちろん、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるといった重要な役割を果たしています。また、学校給食には、「伝統的な食文化」や「食生活が様々な人々の活動に支えられていることを理解する」などいくつかの目標があげられています。



★学校でも家庭でも、食べる時は、感謝の気持ちを込めて、残さずいただきましょう！



「いただきます」とは

私たちは、自然の恵みを得て生きています。自分の命のために動植物の命をいただくことへの感謝の気持ちを「いただきます」に表しています。



平成25年
(大阪市)
アルマイト
食器の頃の
イメージ

「ごちそうさま」とは

ごちそうさまは、「ご馳走さま」と書き、「馳」と「走」には「はしる」という意味があります。料理を作る人がいろいろな所を駆け回ったおかげで、おいしい料理を食べることができたという、感謝の気持ちが込められています。