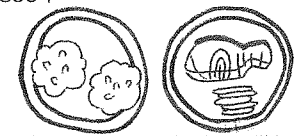


がっこうきゅうしょくしゅうかん 学校給食週間はいつからあるの？

先月の12月3日～7日は島本での学校給食週間でしたが、全国的には1月24日の週を「学校給食週間」と言います。ここでは、どうしてこういう週間ができたのか、簡単に説明します。

タイムスリップ！昔の給食を見てみよう！

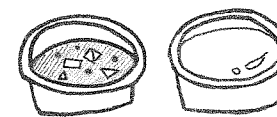
1899年



献立：おにぎり・焼き魚・漬物

山形県で初めて出された給食です。この頃の給食は、賢い子どもに対して無料で提供されていました。


1947年



献立：脱脂粉乳・トマトシチュー

外国からの支援物資の助けがあり、給食が再開できました。脱脂粉乳は牛乳から乳脂肪を取ったもので栄養価はありますがおいしくはないそうです。


1952年



献立：コップパン・牛乳・ちくわサラダ

この頃からパン・ミルク・おかずがそろった「完全給食」を食べる事ができました。また脱脂粉乳から牛乳へ切り替わったのもこの時期からです。

1982年




献立：カレーライス・スープ・牛乳
塩もみサラダ・バナナ

今までは安いという理由から主食は「パン」のみでしたが、この時期から「ご飯」が給食で初めて出されました。

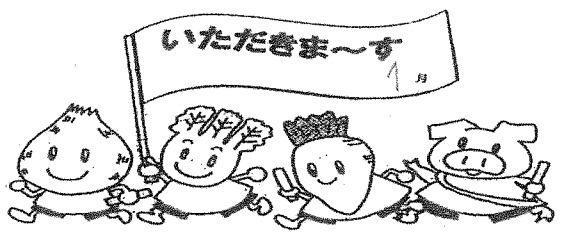
給食の歴史は長く…
◎明治22年(1889年)
山形県鶴岡町の忠愛小学校で、弁当を持って来られない賢い子どもたちのために給食が始まりました。

◎昭和18年(1943年)～
戦争が激しくなったため、食料が不足し給食も中止になりました。

◎昭和21年(1946年) 12月24日
戦後初めて再び学校給食が始まりました。12月24日は冬休みの時期で給食が終わっていることから1か月後の1月24日を「給食記念日」とし、そこから給食について考える週間ができたと言われています。



現在の給食は…栄養バランスを考えて作られています。また行事食・郷土料理・地元の特産品を活用しています。給食はただのお昼の食事ではなく、新しい食べ物への挑戦やマナーなどが学べる1つの教材と言えます。



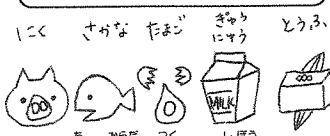


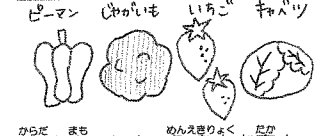
平成31年 1月9日発行
発行：島本町立第四小学校 給食担当

新年あけましておめでとうございます！

冬休みはどんな風に過ごしましたか？
3学期は1年の中でも1番短い学期になります。
毎日充実した日になるよう願っています！
寒さに負けず元気に過ごすよう心がけましょう。

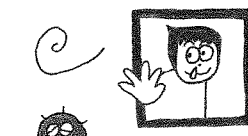
かぜま からだつく 風邪に負けない体作り！

1月に入り、厳しい寒さが続いていますね…。これからクラスや学年でも風邪が流行ってくると思います。風邪が流行る前から、元気な体作りをして、3学期も乗り越えましょう！
元気な体作りを助けてくれる食べ物を紹介します。

タンパク質	あぶら	ビタミンA	ビタミンC
 血や体を作り、脂肪を燃えやすくして体を温めてくれます。	 高いエネルギーを持っているので、体が温まり、寒さで体温が奪われないようにします。	 のどや鼻の粘膜を強くして、ばい菌を外に追い出し、風邪をひきにくくしてくれます。	 体を守るための免疫力を高め、風邪をひきにくくします。また疲れを早くなおしてくれます。


「食べ物以外で風邪予防には何ができるかな？」

休み時間には…「換気」！




ウイルスは乾燥した空気が好きです。なので、休み時間には窓を開けて空気を入れ替えましょう！

正しいうがいをしよう！



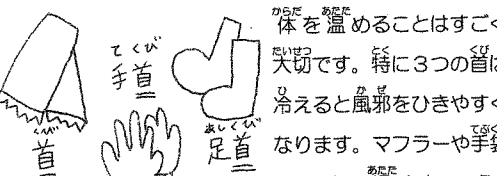
正しいうがいの方法は？
①ブクブクうがいで口の奥のばい菌を出す
②ガラガラうがいで奥深くのばい菌を退治！

きちんと手を洗おう！



食べる前・トイレの後・家に帰った後などはしっかり手洗い！石けんを使い、洗ったらきれいなハンカチでふきましょう。

体の中の3つの「首」を温めよう！




体を温めることはすごく大切です。特に3つの首は冷えると風邪をひきやすくなります。マフラーや手袋でしっかり温めましょう！

給食室からのお知らせ

1月から給食の準備などで変更する点があるのでお知らせします。


- 給食の配膳図に「クラスのマナー表」を追加しました。クラスで目標のマナーができたかどうかチェックしましょう！（日直さんか給食当番の人がチェックしてください。）
- ご飯のかまとパンかごを配膳室まで取りに来るシステムに変更します。特に低学年の子は持っていくのが大変だと思います。先生も手伝うので、班のみんなでも力を合わせて持って行ってください。



今月のラッキーにんじん！！

2019年はじめてのラッキーにんじんは…「つる」と「羽子板」です！！

「つる」は、長生きする鳥として知られており、おめでたい時に登場します。「羽子板」はお正月の遊びの1つです。



1月のラッキーにんじんも…おたのしみ!!!