



1月給食だより

令和2年度

調布市立染地小学校

校長 大柳 ひろみ

栄養士 小野寺加代



あけましておめでとうございます



楽しい冬休みを過ごせましたか？ いよいよ学年最後の学期となりました。新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症を防ぐには、きちんと手を洗うこと、食事をしっかり食べること、ストレスや疲れをためないことが重要です。引き続き、一人一人が感染予防を徹底しましょう。

さて、年末年始は生活習慣が乱れやすく、食べ過ぎや運動不足などでふとりやすい時期です。規則正しい食生活を心がけるとともに意識して体を動かし、「正月太り」を解消しましょう。

食べ過ぎを防ぐコツ

| | | | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------|--|
| <p>よくかんで 味わって食べる</p> <p>かむ かむ</p> | <p>主食とおかずを バランスよく食べる</p> | <p>調味料を使い過ぎ ない</p> | <p>腹八分目を 心がける</p> <p>食べ過ぎない</p> |
|--|-------------------------------------|-------------------------------|--|

新型コロナウイルス感染症によるインバウンド需要の減少や輸出の停滞等により食肉の在庫が大幅に増加しているなど深刻な影響が生じていることから、調布市でも和牛肉の学校給食提供及び食育推進事業を行うことになりました。



「和牛」と「国産牛」の違いは？

農水省が定めたガイドラインによると、「和牛」とは日本国内で出生し飼養された牛で、黒毛和種・褐毛和種・日本短角和種・無角和種のいずれかに該当するか、これらの交雑種であるとされています。日本生まれの日本育ちの限られた品種ということです。「国産牛」は外国よりも国内での飼養期間の方が長いホルスタイン種や交雑牛のことを言います。外国育ちでもOKということです。1月から2月の給食で使用するのは「和牛」です。

1月は牛丼を予定しています。お楽しみに！

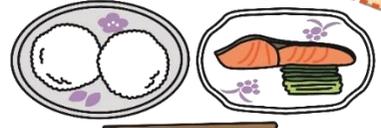


1月24日～30日「全国学校給食週間」 日本の学校給食の歴史を知ろう！

学校給食は、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、貧しい家庭の子どもたちに昼食を提供したことが発祥とされています。その後、給食の取り組みは全国各地へと広がりましたが、戦争の影響で食料が不足し、実施できなくなってしまいました。



明治22年 (1889年)



おにぎり 塩ザケ 漬物

忠愛小学校は大誓寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが米や野菜、魚などで食事を作って、無償で提供していました。



昭和25年 (1950年)



パン ミルク カレーシチュー

アメリカから寄贈された小麦粉を使い、「パン・ミルク・おかず」の完全給食が都市部で初めて実施され、昭和27年からは全国で始まりました。



昭和29年には「学校給食法」が制定され、学校給食の法的根拠が明確になり、教育活動として実施されることになりました。その後、時代に合わせて給食の内容もだんだんと変化していきました。

昭和38年 (1963年)



昭和39～43年 (1964～1968年)



昭和51年 (1976年)



社会環境の変化とともに、子どもたちを取り巻く環境も大きく変化し、近年では食習慣の乱れや偏った食事による肥満、生活習慣病の増加など、健康状態が心配されるようになりました。そんな中、平成17年に「食育基本法」が制定され、学校給食は食育を推進するための「生きた教材」としての役割も担うようになりました。