

給食だより

令和6年度 1月号

氷見市学校給食センター

◇毎月19日は、「食育の日」です。食事作りに係わる人に感謝の気持ちを伝えましょう。

あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願いいたします。
年末年始は楽しく過ごせましたか。少し休みが続きました。早起き、朝ごはん、そして夜は早めに休んで生活リズムを早く“通常モード”に戻しましょう。これからは寒い日が続きます。食事前のせっけんでの手洗いをしっかり行い、栄養のバランスもよく考えて食べて元気に過ごしましょう。

おせち料理のいわれ

おせち料理には、健康や長寿などの祈りが込められています。



黒豆

まめは、まめに働き（勤勉）、まめに生きる（健康）という願いがあります。



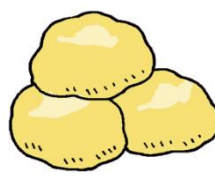
こぶ巻き

昔は「ひろめ」と呼ばれ祝儀に用いられ、また、「喜ぶ」の言葉にかけた縁起物です。



きんとん

きんとん（金団）には、財宝などの意味があります。金運への願いが込められています。



数の子

数の子は、にしんの卵です。卵が多いことから、子孫繁栄の願いが込められています。



田づくり

田んぼに小いわしの肥料をまいたことから、田づくりと呼ばれ、豊作の願いがあります。



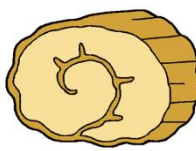
えび

えびのように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いが込められています。



伊達巻き

巻物に似た形から文化、学問、教養を持つことを願ったといわれています。



1月24日～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、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。

給食の歴史

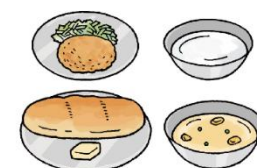
- 明治22年 給食のはじまり（山形県・忠愛小学校）
- 昭和16年 戦争により給食が中止
- 昭和22年 外国の支援で給食が再開（脱脂粉乳・スープ）
- 昭和25年 完全給食のはじまり（パン・脱脂粉乳・おかず）
- 昭和29年 学校給食法の制定
- 昭和52年 米飯給食の導入
- 現在 栄養バランスが整った学校給食の実施

明治22年



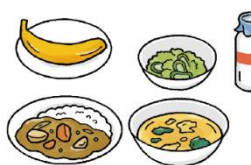
おにぎり・塩さけ・菜の漬物

昭和25年



コッペパン・ミルク（脱脂粉乳）・バター・ジュース・コロケ・せんきゃべツ・マーガリン

昭和52年



カレーライス・牛乳・塩もみ・果物（バナナ）・スープ

現在



Q 給食に牛乳が出るのはどうして？

⇒成長期に骨量を高めることは、骨づくりや骨粗鬆症予防のために重要です。牛乳はカルシウムを豊富に含み、吸収率も優れているため給食に出されているのです。

今年、氷見市では「食で五感を感じよう～デフリンピック100周年～」をテーマとした献立を予定しています。ご家庭でも、給食週間の献立について食卓の話題にしてみてもはいかがでしょうか。

