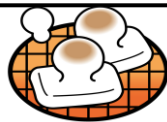


食育だより



令和7年
1月号

苦小牧市立美園小学校 栄養教諭

しんねん
新年あけましておめでとうございます。

こんねん ど のこ げつ
今年度も、残すところあと3か月となりました。

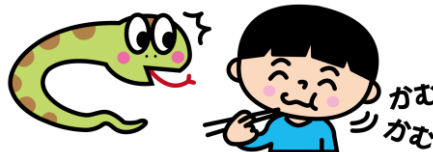
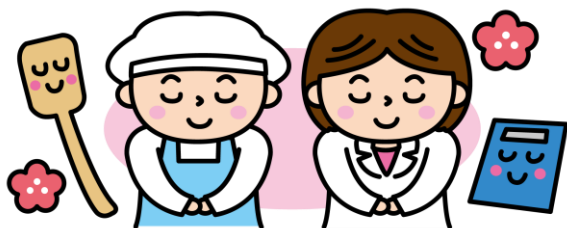
ひ つづ まいにち きゅうしょく じかん ま どお
引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、
みりよく きゅうしょく つと おも
魅力ある給食作りに努めていきたいと思います。

ほんねん ねが いた
本年もよろしくお願い致します。



こ とし み どし
今年は巳(へび)年！

へびは、食べるときに獲物を丸
のみしますが、皆さんは、よく
かむことを意識して味わって
食べましょう。



に ほん がっこうきゅうしょく めい じ ねん やまがたけんつるおかまち げん つるおか し しりつちゅうあいしょうがっこう ていきょう はじ
日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現：鶴岡市）の私立忠愛小学校で提供されたのが始まり
とされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

せん ご こ えいようぶそく かいぜん しょうわ ねん し えんだんたい ラ ラ きゅうさいこうにんだん
戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA（アジア救済公認
体）」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21
年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝
の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日～30日までの1週間を「全国学
校給食週間」とすることが定められました。

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん とお がっこうきゅうしょく い ぎ やくわり みな し
全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、
学校給食についてあらためて考える機会にしたいと思います。



がっこうきゅうしょく
学校給食の移り変わりを見てみよう！

めい じ ねん
明治22年

しりつちゅうあいしょうがっこう
私立忠愛小学校で
ていきょう
提供されたとされる
きゅうしょく
給食。

せん ご しょうわ ねんだい
戦後(昭和20~30年代)

しえんぶつし だっしふんにゅう
支援物資の脱脂粉乳
かんづめ こむぎこ
や缶詰、小麦粉などを
つか きゅうしょく
使った給食。

げんざい
現在

ちい き しゅん しょうざい と い
地域でとれる旬の食材を取り入れ、
きょうどりょうり ぎょうじしよく せかい りょうり
郷土料理や行事食、世界の料理
しよくいく きょうざい きゅうしょく
など、食育の教材となる給食。

はんしん あわ じ だいしん さい ねん

阪神・淡路大震災から 30 年

災害時の『食』を備えましょう



1995（平成7）年1月17日に、阪神・淡路大震災が発生しました。寒さ厳しい中、被災した多くの人たちを支えたのは、ボランティアによって届けられた炊き出しの

「おむすび」です。震災発生から5年が過ぎた2000年、兵庫県が事務局を務める「ごはんを食べよう国民運動推進協議会」は、食料の重要性や、ボランティアの善意を忘れないために、この日を「おむすびの日」と決めました。

阪神・淡路大震災の発生から今年で30年となります。昨年元日に発生した令和6年能登半島地震が記憶に新しいですが、この30年の間にも各地で大きな災害が頻発しています。災害発生直後は支援が届かないということを前提に、一人ひとりが自分の命は自分で守ることを意識し、普段から備えをしっかりとおくことが大切です。

災害時の食の備え



★非常食・日常食品・持ち歩き用品の3つを備えておきましょう。水と熱源は必需品です。

そのまま食べられる

非常食



アルファ化米、缶詰、レトルト食品、菓子類など

ローリングストックで備える

日常食品



お米、乾麺、乾物、日持ちの野菜・果物、調味料など

外出時の

持ち歩き用品



飲料水、チョコレート・あめなどの菓子

みず ちょうりよう ふく ひとり
水は調理用も含めて1人

1日3リットル必要とされ

ています。できれば1週間

分備えておくとう安心です。



ひとり 1日3リットル



カセットコンロとボンベがあれば、温かい料理を食べることができます。あらかじめ使い方を確認しておきましょう。



災害発生直後の食事

避難所などへ避難することも考え、1日分の飲料水と非常食を、非常用持ち出し袋等に入れておきましょう。家にとどまる場合は、冷蔵庫・冷凍庫の中にある腐りやすいものから食べ始めると、食品を無駄にせず済みます。



家庭で備蓄リストの作成を！

家族の好みや状況によって必要な物は異なります。家庭で備蓄リストを作成し、必要な物を準備しておきましょう。



赤ちゃん用ミルク、食物アレルギー対応食品、介護用食品など