食育だより

保護者様用

１月２４日～３０日は全国学校給食週間です

日本の学校給食は明治２２年、山形県鶴岡町の大督寺に置かれた忠愛小学校のお坊さんたちが貧しい子どもたちに無償で昼食を与えたのが日本の学校給食の始まりとされています。その目的は、貧困児を救うためのもので、おむすび、鮭の塩焼き、漬け物などだったそうです。　その後、学校給食が全国に広がりましたが、戦争が起きて、給食制度は一度中断されたそうです。しかし、第二次世界大戦後、食べ物が手に入りにくくなり、栄養失調になった子どもたちのためにアジア救済団体が１２月２４日、脱脂粉乳や小麦粉を東京の子どもたちに贈られたため、学校給食が再開されることになりました。１２月２４日は冬休みに入る学校が多いため、一ヶ月遅れの１月２４日を給食記念日として、その日から一週間を「全国学校給食週間」としています。

現在の学校給食では、栄養価が高く、バランスのとれた給食が食べられるようになりました。学校給食に携わってくださっている人々に感謝するとともに、食べることの楽しさや食べ物の大切さを考える一週間になるよう、福島県の郷土料理や給食の歴史に基づく献立にする予定です。

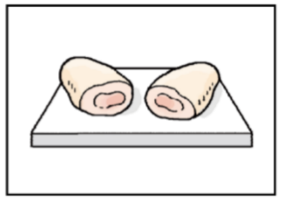
食中毒にご注意ください！

食中毒は、細菌やウイルスなどに汚染された食品を食べることで感染し、おう吐、腹痛、下痢、発熱などを引き起こします。梅雨時期と夏季は湿度や気温が高く、細菌が増えやすいので、細菌性の食中毒の発生件数が増加するのに対して、冬季は、ノロウイルスなどのウイルス性の食中毒の発生が見られます。また、春や秋には、他の時期に比べて、貝やきのこ類などの自然毒による食中毒が多く発生します。食中毒は年間を通して、一定の発生が見られますので、日頃から食中毒にご注意ください。

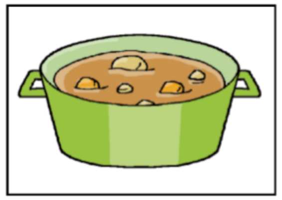
＜　食中毒が発生する主な原因　＞

傷がある手で調理したもの

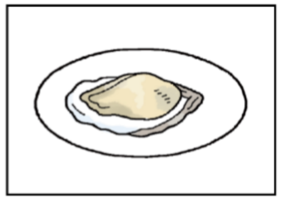
加熱が不十分な肉



室温で長時間放置した料理



ウイルスに汚染された貝



給食だより

日立木幼稚園・小学校
令和４年１月１１日

園児・児童用

あけましておめでとうございます

今年の目標は決まりましたか。今年も、好き嫌いせず栄養のバランスのよい食事を心がけて、健康に過ごしましょう！

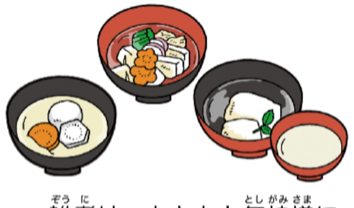
日本の食文化を大切にしていきましょう！

お正月、どんなお料理を食べましたか?年中行事には、昔ながら食べ継がれている特別な食べ物があり、それを行事食といいます。給食にも時々、行事食が出ますので楽しみにしててください。日本のそれぞれの地域や家庭に伝わる食事を大切にしていけるといいですね。

おせち料理

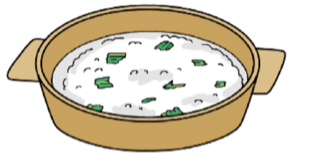
おせち料理は、もともと、節日（季節のかわり目）に神様に供えるものでした。今では、正月のみとなりました。おせち料理には、それぞれ意味があり、健康や長寿などの願いが込められています。

雑煮



雑煮は、もともと年神様に供えたその土地の産物ともちを煮たものでした。東日本はおもに角もち、西日本はおもに丸もちを入れます。すまし汁仕立てやみそ仕立てなど、さまざまです。

七草がゆ



七草がゆは、１月７日の朝に１年の健康を祈って食べます。春の七草とは、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな（かぶ）、すずしろ（だいこん）のことです。

鏡開きはしましたか？

１月１１日は鏡開きの日です。お供えした鏡もちを下げてお汁粉にして食べます。鏡もちは、年神様へお供えした神聖なものなので、刃物で切るのではなく、木づちや手などで小さく割っていただきましょう。