



# 給食たより

吹上小学校給食共同調理場

## あけまして おめでとうございます！

新しい年がはじまりました。毎日の食生活を大切にして、この1年も健康で元気に過ごしましょう。

今年も子どもたちの健やかな成長と健康を願いながら、「おいしい給食」「安全な給食」を作るために、職員一同力を合わせてがんばります。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

## 全国学校給食週間にちなんで 24～30日

1796年ドイツのミュンヘンで、貧しい家の子どもたちの救済と就学の奨励のために給食を実施したのが世界で一番はじめの学校給食といわれています。やがて、1849年パリ、1855年ニューヨーク、1864年ロンドン、1887年ジュネーブ…と世界各地ではじまりました。そして、1889（明治22）年10月山形県鶴岡市私立忠愛小学校（大督寺内）で弁当を持って来られない児童のために「おにぎり・焼き魚・漬物」の給食を用意したのが日本の学校給食のはじまりです。



やがてからだの弱い子や学校に來られない児童救済のために全国各地で給食が実施されるようになりましたが、戦争が激しくなると給食は中断されました。第2次世界大戦後、食糧事情は大変ひどく、栄養不足の子どもを救うため各国からの援助をもとに給食が再開されました（1946年12月24日）。この援助はユニセフを通じて1964（昭和39）年まで続けられました。

そして今、日本は大変豊かな国になりました。お金さえ出せば何でもいつでも手に入ります。そのため栄養に気をつけ、好き嫌いなどを減らし、健康なからだになろうということより、「簡単」で「食べものもおしゃれでカッコイイものに」という人も増えているようです。

食べることは、わたしたちの心とからだに力をわきたたせる源です。毎日何気なく食べている給食ですが、その陰には多くの人の働きや力があること、そして食べることの大切さを考えるきっかけになればと思っています。

かんしゃ き も も  
感謝の気持ちを持って  
しょくじ  
食事をしましょう。

しょくじ まいにち た  
食事が毎日食べられるということは、とてもありがた  
く うれし かな こと です。感謝の気持ちを忘れないようにしま  
しょう。

## 作ってくれている人への感謝

まいにち きゅうしょく  
毎日の給食もたくさんの  
かたがた て つく  
方々の手によって作られています。



## ＜感謝の気持ちを表すために…＞

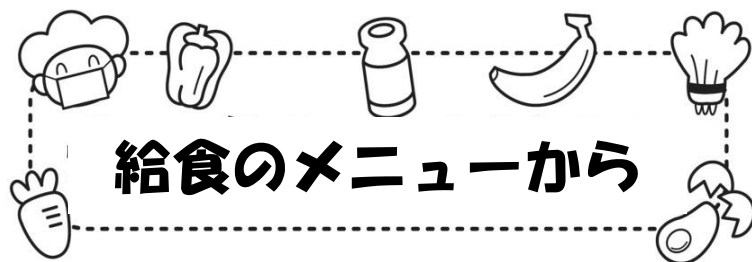
- ◆よく味わっていただきます。
- ◆食べ物や食器を大切に扱（あつか）いましょう。
- ◆食事のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」は  
こころ い  
心をこめて言いましょう。

## 命をいただいている ことへの感謝

みなさんが食べている肉や魚、  
やさい くだもの いのち  
野菜や果物にはすべて命があります。  
どうぶつ しょくぶつ いのち  
す。動物や植物の命をいただいて、  
じぶん いのち  
自分の命をつないでいるのです。食べ  
ものをそまつにすることは、その命をそ  
まつにすることになります。ひと口  
ひとくちあじ  
ひと口味わい、いただきます。

## 毎日食事ができる ことへの感謝

せかい しょくりょう ぶそく くる  
世界では、食料が不足し苦しんでい  
る人が大勢います。食べたいのに食べら  
れない人々がいるなかで、日本では「嫌  
いだから残す」「食べきれないから捨  
てる」ということがあります。「もった  
ない！」「残さず食べよう！」という気  
持  
ちを大切にしましょう。



## 給食のメニューから

### 「手作りじゃこぶりかけ」

昆布とちりめんじゃこを使った、カルシウムたっぷりの手作りぶりかけです。ごはんをたくさん食べたくなる一品です。

| 材料名     | 切り方など | 4人分    | 作り方   |
|---------|-------|--------|---|
| ちりめんじゃこ | 湯通しする | 30 g   | ① aの調味料を煮立たせ、ちりめんじゃこ・昆布を加える。<br>② 水分が少なくなったら、かつお節を加える<br>③ 白ごまを加える。<br><br>※出来上がりはパラパラの状態になります。 |
| 千切りこんぶ  | 水で戻す  | 6 g    |   |
| 白いりごま   |       | 大さじ1   |   |
| かつおぶし   |       | 4 g    |   |
| しょうゆ    |       | 小さじ1   |   |
| a みりん   |       | 小さじ1   |   |
| さとう     |       | 小さじ2   |   |
| 水       |       | 小さじ1.5 |   |

