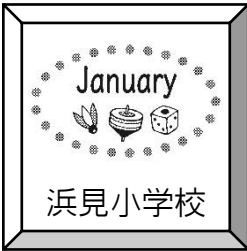


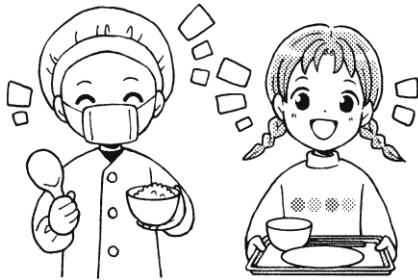


# 1月の給食だより



あけましておめでとうございます。新しい1年がスタートしました。今年も心や体を満ち、食を通して学びを深められるような、おいしい給食作りをめざします。

## 1月24日～30日は 全国学校給食週間



### 学校給食の 始まりは？

学校給食は、明治22年(1889年)、山形県の忠愛小学校で、家が貧しい子どもたちへ無償で昼食を出したのが始まりとされています。献立は塩さけ、おにぎり、漬物といわれます。その後、全国各地に広まりました。

### 学校給食の 役割は？

現在の学校給食は、栄養バランスのとれた食事で、成長期にある子どもたちの健全な成長を支え、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。

1月22日～26日までの全国学校給食週間では、  
給食でも楽しい献立が登場します！  
今年のテーマは…『給食で日本の旅』です★

### 1月23日(火) 京都府(きょうとふ)

さわらの西京焼き…京風といえば、西京みそ！  
三色煮びたし…『おばんざい』の一品をイメージ  
すまし汁…給食初登場の九条ネギを使います

### 1月26日(金) 沖縄県(おきなわけん)

ジュシー…沖縄の家庭料理の炊き込みごはん  
にんじんしりしり…しりしりは、せん切り機械の名前

### 『うさかみそーれ♪』

…沖縄の言葉『どうぞめしあがれ』



## 5年生と家庭科の授業で、食べものの体の中でのたらしき

の学習を行いました！

今年から家庭科の授業がはじまった5年生と、みんなの体を作っている食べものは体の中でどのようにたらいしているのか、5大栄養素【炭水化物・脂質・たんぱく質・無機質・ビタミン】の言葉を学習する前に、はたらき方について学習しました。

生きてきた中で一番食べているであろう“ごはん”は、体の何の元になっているか、人間と人形の違いは何か、車はどうして動くのかなど、身近なものを用いながら、考えました。

また、ふじさわバランストリオだど“みどりん”のなかまの食べものはたらしきは、普段は『体の調子を整える』と話しているのですが、ビタミンには病気を助けるだけでなく、たんぱく質やカルシウム、脂質の吸収を助けるはたらきがあることも知ってほしく、『変身を助けるお助けマン』として説明をしました。様々な栄養素が補い合って、みんなの体を作っていることを知り、どの食べものも成長のためにはなくてはならないことを学習しました。

その後、実際の食べものはどのなかまになかま分けができるのか、グループになって食材カードのなかま分けをしました。なかま分けをすると共通点がみつかります。今後新たな食材と出会った時、「この食べものを食べたらかうなるだろう」と予想できる力がついてくれると嬉しいです。

### 1月22日(月) 北海道(ほっかいどう)

みそラーメン…旭川塩ラーメン・函館しょうゆラーメン、札幌みそラーメンとラーメンの激戦区の北海道！  
じゃがバターコーン…生産量日本一のじゃがいも、とうもろこしを組み合わせたおかずです

### 1月24日(水) 青森県(あおもりけん)

ほたてごはん…陸奥湾のほたてが全国トップクラス  
ほたてをふんだんに使ったませごはん  
けんちん汁…生産量日本一の青森県産ごぼうを使います  
りんご缶…生産量日本一の青森県産りんごで作っています

『うめえ』…青森の言葉で『おいしい』 うめえ給食をめざします！

### 1月25日(木) 神奈川県(かながわけん)

#### 「ふじさわランチ」★地産地消★

ふじさわロールパン…藤沢産の小麦粉を使って作ってもらいます  
ポークビーンズ…藤沢産の大豆を使います  
あおなとしらすのソテー…藤沢産の小松菜としらすを使います