

あたら とし むか ことし けんこう す きそくだ しょくせいかつ ころが がつ か しゅうかん  
新しい年を迎えました。今年も健康に過ごせるように規則正しい食生活を心掛けましょう。1月24日からの1週間は  
ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん がっこうきゅうしょく かんが かぞく はなし  
『全国学校給食週間』です。学校給食について考えたり、家族で話をしてみたりしましょう。



がっこうきゅうしょく もくひょう  
学校給食の7つの目標



<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p>	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p>	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p>	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p>	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p>	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p>	<p>食のほじまり わかしの給食</p> <p>昭和30年代: あげパン、みそ汁 昭和40年代: ソフトめん、ミートソース、牛乳 昭和50年代: コッペパン、脱脂粉乳、カレーライス、サラダ、牛乳</p> <p>食べるものが少なかった時代に栄養補給のために始まった給食は、今では食育の時間でもあります。</p>

がっこうきゅうしょく おも で  
学校給食の思い出

※6年生の保護者や家族の方にアンケートをさせていただき、たくさんの思い出が寄せられました。ご協力ありがとうございました。

<p><b>50歳代</b></p> <p>○班で分かれて食べていました。お喋りを楽しみながら鯨の竜田揚げや、ソフト麺ミートソース、月に一度カレーライスを食べた楽しい給食の思い出があります。</p> <p>○毎朝給食メニューをチェックしていたように記憶しています。好きなメニューの時はもちろん、みんなで準備したり会話したり給食時間は学校生活の楽しみの一つでした。</p> <p>○3時間目くらいになると給食室からいいにおいがしてきて、給食時間が待ち遠しかったです。お昼の放送も楽しみでした。</p>	<p><b>40歳代</b></p> <p>○ミートソーススパゲッティの時、麺の袋を両手で引っばって開いたら、麺が宙を舞いました～(^^)</p> <p>○揚げパンが大好きなメニューでした。好き嫌いが多かったため、低学年では苦労しました。しかし、苦手なメニューや食材に挑戦する機会になり、克服したり、新しい味を知ったりすることができました。</p> <p>○好き嫌いが多かったため給食はあまり好きではありませんでした。しかし親になり試食会に参加した際に食べた給食が美味しくてビックリした思い出があります。</p> <p>○はじめて「納豆」を食べたのが給食でした。</p>	<p><b>30歳代</b></p> <p>○三角パックの牛乳、パンを作っているキングパンへの見学、手を汚しながら食べたきな粉パン、月1回のランチルームでの給食、どれも思い出です。</p> <p>○ジャンボおにぎりが出た時、自分たちでそれぞれにぎって食べるのが楽しかったです。</p> <p>○セレクト給食といって、自分でメニューを選択できる日がありました。</p> <p>○給食ではじめて「くわい」を食べて、おいしいと思いました。</p>
---	---	--

がつ こんだて  
1月の献立から

<p>～食べて知ろう！郷土料理～</p> <p>ワニフライ…ワニ料理は、広島県の三次市や庄原市などの山間部で食べられています。</p> <p>大豆うどん…音戸町や江田島市などに伝わる郷土料理です。音は大豆が大切なたんぱく源でした。</p>	<p>美酒鍋…東広島市の郷土料理です。東広島市は水とおいしいお米と冬の寒さが酒造りに適しています。美酒鍋は、蔵人(酒造りを行う人)のまかない料理でした。</p> <p>せんべい汁…青森県の郷土料理です。その地域の名物である「南部せんべい」がお汁の中に入っています。</p>	<p>くろまめ ～黒豆～</p> <p>《材料(4人分)》 くろまめ 黒豆30g、さとう20g、塩少々、しょうゆ数滴</p> <p>《作り方》 ①黒豆は、前日に洗って、水に浸しておく。 ②火にかけて、軟らかくなるまで煮てから、さとう、塩、しょうゆを加え、中火で2時間位煮る。火を止め、煮汁に漬けたまま冷ます。</p>
---	--	--

※イラスト引用：出典「給食&食育イラスト素材集」(全国学校給食協会)