

新年明けましておめでとうございます。今年も、みなさんの心と体の栄養を満たすおいしい給食をつくっていきますので、楽しみにしてください。

さて、1月24日から30日の1週間は「全国学校給食週間」です。普段、何気なく食べている学校給食について改めて知るよい機会にしましょう。

1月の給食目標 給食の歴史を知ろう

全国学校給食週間 (1/24~1/30)



1796年ドイツのミュンヘンで、世界ではじめて学校給食が実施されました。日本では、1889年10月に山形県鶴岡市私立忠愛小学校で、学校給食が始まりました。その当時の内容は、「おにぎりと焼き魚・漬物」でした。

第2次世界大戦のために中断されていましたが、戦後の食糧難により児童の栄養状態が悪化したことから、その必要性が叫ばれるようになり、再開することになりました。

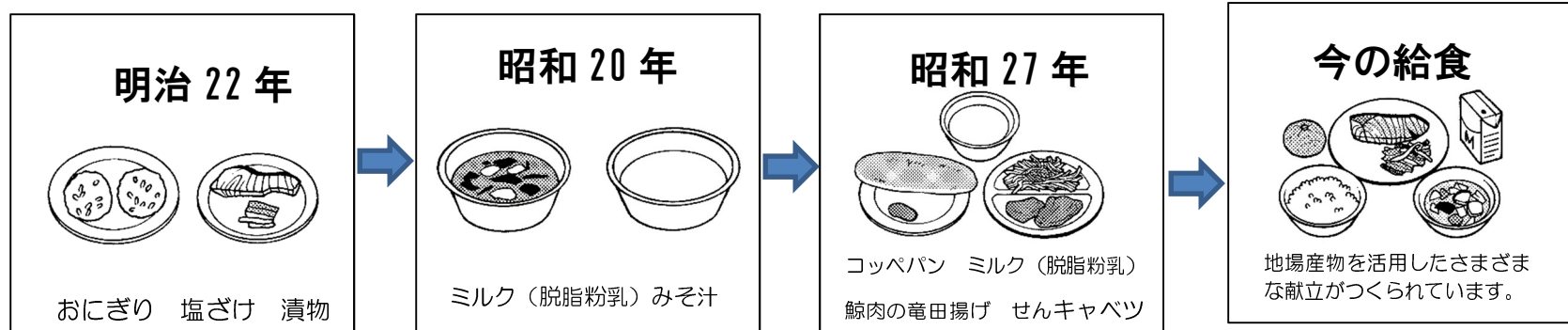
まず試験的に、昭和21年12月24日に、三都県（東京、神奈川、千葉）で実施することになり、同日に東京都内の小学校でラウ（アメリカの宗教団体等からなるアジア救援公認団体）からの給食用物資の贈呈式が行われました。その日を学校給食感謝の日と定めていましたが、その後、冬期休業と重ならない1月24日から30日までの間を「学校給食週間」としました



～学校給食の移り変わり～



今と昔でこんなに違うんだね！



今年のかぜを
ひきま宣言！

かぜ予防のポイント

今年新型コロナウイルスとかぜの区別がつきにくいので、特にかぜ予防が重要です。

右のかぜ予防ポイントを取り入れながら、乗り切りましょう。

かぜをひいてしまったら、基礎体力をつけて抵抗力を高める「たんぱく質」や、エネルギー源となる「炭水化物」、のどや鼻などの粘膜を保護する「ビタミンA」などを積極的にとりましょう。

- 1 手洗い・うがいをする
- 2 しっかり栄養をとる
- 3 十分な睡眠をとる
- 4 マスクをつける
- 5 人ごみを避ける
- 6 適度な運動をする