

1月二戸食だより

1月こんだてのおしらせは
こちらからご覧いただけます。

◆～毎月19日(食育の日)から1週間は、「二戸食週間」、
毎月25日は「二戸食の日」です～

二戸市学校給食センター
給食だより



新しい年を迎え、3学期も始まりました。今年度も残すところあと3か月。引き続き、子どもたちの健やかな成長に願いを込めて、安全でおいしい給食づくりに努めてまいります。
今月は全国学校給食週間があります。おうちでも「郷土料理」について話題にしたり、お子さんと調べたり、作ったりする機会にしてみたいはいかがでしょうか。

1月24日～30日は、全国学校給食週間です!

今年度の学校給食週間は、「岩手の郷土料理」をテーマに岩手各地の郷土料理や岩手、二戸の産物を味わう給食を実施します。5日間のうち2日間は、食に関する指導で児童が作成した献立も登場します。どうぞお楽しみに☆

- 24日 へっちょこ団子
- 28日 けんちん汁
- 28日 すき昆布の煮物 (普代村)
- 30日 煮しめ (岩手県全域)
- 30日 さんまのすり身汁 (大船渡市)
- 30日 きりせんしょ (県央地域)

岩手県

広大な県土と豊かな自然に恵まれた岩手県には、地域の気候・風土にをいかした先人達の知恵によって生み出された郷土料理が様々あります。その一部を給食に取り入れました。



学校給食の移り変わりを見てみよう!

明治22年	戦後(昭和20～30年代)	現在
<p>私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。</p>	<p>支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。</p>	<p>地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。</p>

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現：鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。
戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日～30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

お正月の言葉パズル

下の絵は、お正月に関する食べものです。絵の名前の文字を消したあと、残った言葉をならびかえて、〇〇〇に入る名前を書きましょう。

消し方のルール

- タテは上から下へ ↓
- ヨコは左から右へ →
- ナナメは ↘ ↙ ↗ ↖ どの方向へも

例

お	く	
し	く	に
る		ら
こ	た	こ

る	か	ず	の	こ
こ	に	く	た	れ
ぞ	ぶ	ろ	か	ん
う	か	ま	ぼ	こ
に	し	め	き	ん

ヒント：お正月のあそび

〇 〇 〇

睡眠不足は不調のもと

夜ふかしなどによって睡眠が不足すると、午前中の授業に集中できないなど、脳が十分に働かない状態になります。また、それが続くとも疲れがたまりやすくなり、やる気が起きない、いらいらするなどの感情をコントロールする力や、人の気持ちを理解する能力の低下などが起こります。ほかにも、かぜをひきやすくなったり、食欲が増えて肥満になりやすくなったりするともいわれています。

家族みんなでかぜ予防

かぜはウイルスに感染することで起こります。手洗いやうがい、人混みを避ける、バランスのよい食事や適度な運動、十分な睡眠・休養を家族で心がけることが大切です。