

食育だより 1月号

令和3年1月8日
横浜市立山内小学校

正月は、おせち料理や雑煮などのおいしい行事食がたくさんあります。食べすぎたり、生活リズムが乱れたりする人もいるかもしれません。早起きと早寝を心がけ、運動不足を解消するとともに食生活に気を付けて過ごしたいものです。



1月は全国学校給食週間があります

日本の学校給食は、山形県の私立忠愛小学校において、生活に苦しむ家庭の子どものために昼食を用意したことが始まりとされています。当時の給食は、おにぎりや塩ざけ、漬物などであったと言われています。学校給食は戦争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、その必要性が高まり、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ラ（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、冬季休業と重ならない1月24日を「学校給食記念日」としました。

山内小学校の給食週間

山内小学校では、1月19日（火）から25日（月）までの一週間を給食週間とし、次の取組を全校で行います。

◆給食集会

1月19日（火）の給食集会で、給食委員会の児童が「給食のことを知って好きになろう」という内容でペープサートやクイズの放送を行います。給食の栄養や、全校児童にアンケートした苦手な給食や好きな給食についてなどを伝えます。

◆給食委員会でも取り組みます！

みんなで、しっかりきれいに食べようと呼びかけをします。食器や牛乳パックなどの片づけをきれに行えるよう委員会と呼びかけをして、給食ビンゴを行います。

◆給食ありがとうメッセージ

学級ごとに給食にかかわる人へのありがとうメッセージを作成します。メッセージは給食室前に掲示します。



《1月の給食》

○日本の伝統的な食文化を伝えるために、正月料理を取り入れました。

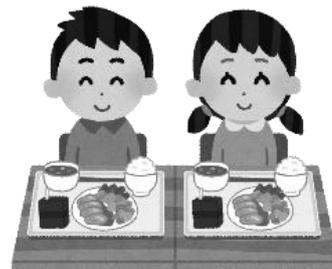
（白玉雑煮、なます）

○給食週間にちなんだ献立を取り入れました。

- ・給食の歴史を伝える献立（セルフおにぎり）
- ・横浜にかかわりの深い献立（すき焼き風煮、麻婆豆腐、五目焼きそば）
- ・給食にかかわる人に感謝をもてる献立（とんカツ）

○冬においしい旬の食品を取り入れました。

（ぶり、ブロッコリー、ほうれんそう、こまつな、ごぼう、はくさい、しゅんぎく、かぶ、だいこん、みずな、ゆず、いよかん、ほんかん、せとか）



《山内小オリジナル献立》

○8日のミックスフルーツのみかん缶を「りんご缶」に変更します。その他の献立の変更はありません。

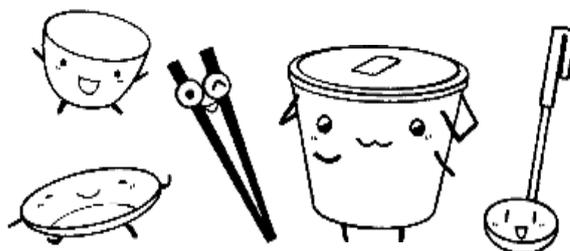
○13日の「なます」のゆずを増量してゆず風味の豊かななますに仕上げます。

○20日の「麻婆豆腐」を木綿豆腐から「絹豆腐」に変更します。

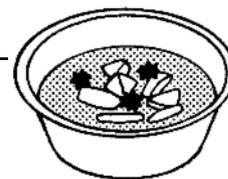
大量調理で絹豆腐を扱うのは難しいのですが、丁寧に扱い、ツルっとした口あたりを楽しめるように調理します。横浜に関わりの深い献立として、美味しく食べてもらえればと考えています。その他の使用食材の変更はありません。

○27日の「さけのクリーム煮」に「バターパン粉」をふりかけて食べるようにします。

バターでパン粉を香ばしく炒りあげたものをクリーム煮にふりかけることで、焼き上げたグラタンのような香ばしさを出すことができます。



アレルギー除去食申請のお知らせ



横浜市では、食物アレルギーの除去食対応を行う場合には医師の診断のもとに「学校生活管理指導票」「食物アレルギー対応票」をご提出いただいた上で、各校の対応を行っております。

単年度ごとの更新となっておりますので、現在対応を行っている児童のご家庭にはそれぞれ、次年度分の書類をお渡ししております。書類がお手元に届いたことをご確認の上、かかりつけ医に受診していただき、早めにご提出くださいますようお願いいたします。

また、今後対応を要望される方には書類をお渡し致しますので、栄養士の小林までお声がけください。