

1月

# 給食だより

令和7年 1月  
流山市立常盤松中学校  
流山市立西初石中学校

新しい年が始まりました。毎日の寒さにくじけそうになり、布団からなかなか出られない季節ですが、毎日の食生活を大切にして、この1年も健康で元気に過ごしましょう。給食室も「今年も安全でおいしく楽しみな給食を！」を目標にがんばります！どうぞよろしくお願ひいたします。

## 1月は全国学校給食週間があります。(24日～30日)

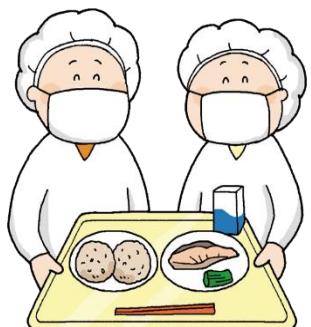
1796年ドイツのミュンヘンで、貧しい家の子どもの救済と就学の奨励のために給食を実施したのが世界で一番はじめの学校給食といわれています。やがて、1849年パリ、1855年ニューヨーク、1864年ロンドン、1887年ジュネーブ…と世界各地ではじまりました。そして、1889(明治22)年10月山形県鶴岡市私立忠愛小学校(大督寺内)で弁当を持って来られない児童のために「おにぎり・焼き魚・漬物」の給食を用意したのが日本の学校給食のはじまりです。

やがてからだの弱い子や学校に来られない児童救済のために全国各地で給食が実施されるようになりましたが、戦争が激しくなると給食は中断されました。

第2次世界大戦後、食糧事情は大変ひどく、栄養不足の子どもを救うため各国からの援助をもとに給食が再開されました(1946年12月24日)。この援助はユニセフを通じて1964(昭和39)年まで続けられました。

そして今、日本は大変豊かな国になりました。お金さえ出せば何でもいつでも手に入ります。そのため栄養に気をつけ、好ききらいなどを減らし、健康なからだになろうということより、「簡単」「食べものもおしゃれでカッコイイものに」という人も増えているようです。

食べることは、わたしたちの心とからだに力をわきたたせる源です。毎日何気なく食べている給食ですが、その陰には多くの人の働きや力があること、そして食べることの大切さを考えるきっかけになればと思っています。



### なつかしのメニュー紹介

脱脂粉乳とは、牛乳から脂肪分をぬき取り、乾燥させて粉末にしたものです。スキムミルクともいいます。戦後の食料不足の時代からなるアジア救援公認団体やユニセフから脱脂粉乳の援助物資を受けていました。



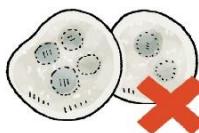
## 鏡開きは1月11日

1月11日は鏡開きの日です。お供えした鏡もちを下げるお汁粉にして食べます。鏡もちは、年神様へお供えした神聖なものなので、刃物で切るのではなく、木づちや手などで小さく割ります。

### Q. かびを取り除けばもちを食べててもよい?

A. もちに生えたかびは、目に見える部分だけを取り除いても、目に見えないかびが生えている可能性があります。食品にかびが生えてしまったら、食べずに捨てましょう。

本来は、かびが生えないように、適切に保存して食べることが大切です。



### 冬に多いノロウイルス

ノロウイルスによる食中毒は冬に多発し、おう吐や下痢などの症状があります。

感染者によって直接または間接的に汚染された食品や、加熱不十分な食品を食べることで感染します。しっかりと手洗いを行って予防しましょう。

### 将来の健康のために

### 食品を選ぶ力をつけよう

健康な生活を送るためには、規則正しい食生活が欠かせません。栄養素のとりすぎや不足を避け、栄養バランスをととのえて、正しい知識と情報に基づいて、自分で判断して食品を選ぶ力を身につけましょう。正しい知識と情報を見極められるように、日頃から食品や栄養素、安全面、衛生面に関心を持ちましょう。



### 衛生管理のプロ

