



給食だより



保谷小学校

栄養士

NO18. 7.1.23



1月24日～30日は
全国学校給食週間です

学校給食について知ろう!

学校で食べる給食は、単なる昼ごはんではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。このように、現在ではさまざまな教育的効果が期待される学校給食ですが、もともとは、おなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。学校給食がたどった歩みを見てみましょう。

学校給食の始まり



日本の学校給食は、1889（明治22）年、山形県鶴岡町（現・鶴岡市）にある大督寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大督寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まっていきましたが、戦争による食料不足の影響で実施できなくなってしまいました。

明治22年ごろ



おにぎり 塩ザケ 漬物

大正12年ごろ



五色ごはん 栄養みそ汁

昭和17年ごろ



すいとんのみそ汁

支援物資による学校給食の再開



戦争が終わり、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、1946（昭和21）年に、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。当初は給食用物資の贈呈式が行われた12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、1950（昭和25）年度からは冬季休業と重ならない1月24日～30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。



昭和25年に、アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、「パン・ミルク・おかず」の完全給食が始まりました。

学校給食は教育活動に



1954（昭和29）年に「学校給食法」が公布・施行され、学校給食は教育活動として実施されることになりました。それから、時代の移り変わりとともに、子どもたちの食生活を取り巻く環境は大きく変化し、学校給食の内容も変わっていきました。



昭和30年代後半には脱脂粉乳のミルクが牛乳へと切り替わり、コッペパン以外のパンやソフトめんなど、主食の種類が増えていきました。米飯が正式に導入されたのは昭和51年のことです。

今月は4年生のバイキング給食です

17日（金）に4年1組、20日（月）に4年2組がバイキング給食を実施しました。4年3組は31日（金）に実施予定です。4年生も3年生と同様に各班のテーブルに並んだ料理を取って食べるバイキングスタイルです。

ただし、4年生はデザートデザートコーナーのテーブルに取りに行く形にしました。

事前にバイキング給食の目的についての話と、取り方の説明をして、実施しました。

お料理を黄・赤・緑のグループにわけて置きました。



バランスのよい食事として、赤のグループ・黄のグループ・緑のグループから料理を選んでもらうことにしました。

いつもより種類も量も多かったのですが、ほぼ完食でした。

バイキング給食が終わって、レインボールームを出る時にはとても満足したように帰っていきました。

《食べ物働きによるグループ分け》

赤のグループの食べ物⇒体をつくるもとになる

黄のグループの食べ物⇒熱や力のもとになる

緑のグループの食べ物⇒体の調子を整える



☆☆バイキング給食を通して食べ方（食事の仕方）を学んでほしいと思います☆☆

ノロウイルスに注意しよう

多くは吐き気やおう吐、下痢などの症状が見られますが、人によっては発症しても軽いかぜなどに似ているため気づかれにくいこともあるノロウイルス感染症。集団活動を行う学校は、とくに感染が広がりやすい場所です。給食を食べる前のせっけんを使った正しい手洗いや、配膳するときのマスク着用や清潔な身だしなみ、そして給食当番になった児童はきちんと毎日自分の健康状態をチェックするなど予防に気をつけていきましょう。給食室も食品を介した感染が起きないように厳重に注意しています。

ノロウイルス その特徴と 発病後の症状

体内に入り込み、腸の中でウイルスが増えることで発症する。吐き気、下痢、38℃以下の発熱などの症状がかぜに似ている。



感染した人の便やおう吐物からウイルスが広がることが多い。疑わしいものがあったら近づかず、先生に報告して処理してもらう。



消毒には85℃で1分間以上の加熱か塩素系漂白剤を薄めたものが有効。アルコール消毒では殺菌されない。



症状がなくても体内にウイルスをもっている場合（健康保菌者）がある。感染予防には日頃から手洗いをしっかり行うことが大切。



ウイルスは細菌と異なり自分の力では増えることができない。体の中に入れないこと、確実に殺菌することが大事なため、食品はしっかり加熱して食べよう。



今年はさまざまな感染症対策が必要な年になっています。ひと一人が気をつけるようにしましょう！