



18月 給食たより

さいたま市立つばさ小学校
令和7年度1月号



全国学校給食週間



給食が始まったのはいつから？

日本の学校給食は、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校において、明治22年に無償で始まったとされています。その目的は、貧困児を救うためのものでした。

給食に牛乳が出るのはどうして？

成長期に骨量を高めることは、骨づくりや骨粗しょう症予防のために重要です。牛乳はカルシウムを豊富に含み、吸収率も優れているため給食に出されているのです。

つばさ小では、1月26日から30日の1週間を『学校給食週間』とし、給食委員会や給食標語の発表をします。

★写真は埼玉県学校給食会より

<昔のさいたま市の給食室>



<昔の配膳の様子>



(明治22年)



(昭和22年)



(昭和32年)

給食はおいしい教材！

給食はおいしい食事での体の成長を支えるだけでなく、みなさんが栄養素の知識や望ましい食生活や食事のマナーなどを身につけたり、行事食や郷土食を通して、地域の文化や伝統を学んだりすることができる教材でもあります。



- ☞ 背中がまっすぐかな？
- ☞ ひじをついていないかな？
- ☞ 足をそろえて床についているかな？
- ☞ くちゃくちゃと音をたてて食べていないかな？
- ☞ 食事のあいさつはできるかな？

体によい？

体に悪い？

食品情報を疑ってみよう

特定の食品を体によいものや悪いものと決めつけるのはやめましょう。例えば、体によいといわれる野菜などは食べて、悪いとされがちな砂糖や脂質などはとらない食生活を送っても、よい食生活になるわけではありません。どのような食品であっても、含まれている栄養素や特徴を知り、適量を食べることが大切です。



(平成2年)



(平成15年)

