

食育だより 1月

R5. 1
宇都宮市立旭中学校

新しい年を迎え、また学校生活も始まりました。年末年始で、食生活はくずれていませんか？1日も早く生活のリズムをとりもどし、気持ちのよいスタートをきりましょう。

今月の給食目標

「感謝の心を
もとう」



給食の歴史を見てみよう！

1月24日から一週間は「全国学校給食週間」です。これは、給食の歴史をふり返って、食べ物のありがたさ、大切さを考え、感謝の気持ちを持つための一週間です。この機会に、給食の歴史を知って、そのすばらしさを見直してみよう。

明治22年 山形県の小学校で、貧しい子どもたちにおにぎり、塩鮭、つけものを出したことが給食のはじまりです。



戦争後 日本中が食糧難で、学校に来ても昼ごはんが食べられない子どもがほとんどでした。

昭和22年 食糧難の中、アメリカの民間団体の援助により、ミルク給食などが実施されました。



昭和27年 完全給食が全国すべての小学校で実施されるようになりました。この頃、鯨肉は貴重な栄養源として給食によく出ていました。

昭和40年 この頃から、飲み物が脱脂粉乳から牛乳へと切り替わり、ソフト麺も登場しました。



昭和53年1月20日 旭中学校でも*完全給食が始まりました。

*完全給食とは、主食、ミルク（または牛乳）、副食（おかず）がそろった給食のことです。

写真提供：独立行政法人日本スポーツ振興センター

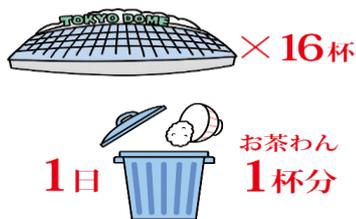
★今の給食は、いろいろな食材が使われ、成長期の皆さんに必要な栄養がたっぷりとれるように考えられています。食べられなかった時代を考えると、このように食べられることはとても幸せですね。これからも、感謝の気持ちを大切にしましょう。



考えよう！食品ロス～食べられるのに捨てられてしまう食べ物～

SDGsのひとつには、「2030年までに世界全体の一人当たりの食料廃棄を半減させる」ということが含まれ、食品ロスは世界全体で大きな問題となっています。SDGsの期限まで残り8年です。目標達成のためには、私たち一人ひとりが考え行動することが大切です。できることから取り組んでみましょう。

年間で東京ドーム16杯分！



現在日本で食べられるのに捨てられてしまう食べ物は、年間で約646万トン。一人1日茶わん1杯分もの食べ物が捨てられています。

自分たちでできること



クラスに配られた給食は、一度全部配ろう！

食べる時間をしっかりととり、苦手なものでも一口は食べてみよう！

みんなで考えたいこと



買い過ぎず、あるものは使い切り、食べきる工夫をしよう！