



# 給食だより

令和8年1月  
東海村立白方小学校

冬休みは、ご馳走を食べたり夜更かしをしたりと、不規則な生活になりがちです。風邪などの感染症にかからないためにも、規則正しい食生活を送りましょう。

## 1月24日～30日は全国学校給食週間

明治22年頃、山形県鶴岡市の忠愛小学校で貧しい子供たちのために、昼食（塩むすび、焼き魚、漬け物）を提供したことが学校給食の始まりと言われています。その後、戦争により給食が停止され、昭和21年12月24日に外国からの援助を受け、再開されました。現在、この日は冬休みのため、1か月後の1月24日～30日を全国学校給食週間としました。

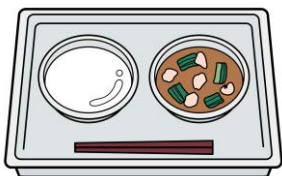


### 【日本で初めての給食】



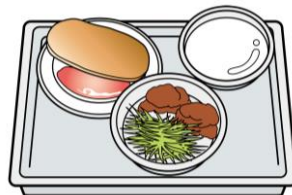
【明治22年頃】  
おにぎり・塩鮭・  
菜の漬け物

### 【戦後、外国からの支援物資】



【昭和20年頃】  
脱脂粉乳・みそ汁

### 【鯨肉は、貴重な栄養源】



【昭和27年頃】  
コッパン・いちごジャム・  
脱脂粉乳・鯨の竜田揚げ・キャベツ

### 【米飯が導入】



【昭和52年頃】  
カレーライス・牛乳・  
塩もみ野菜・バナナ



## おにぎりを作ってみよう！



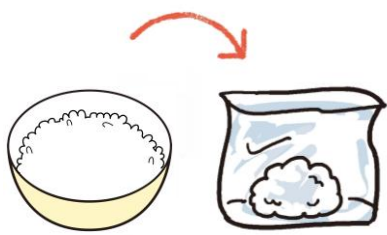
1月26日（月）から30日（金）の給食では、給食に感謝する意味を込めて、昔の給食を再現します。1月27日（火）は、給食の始まりとされる「おにぎり」を自分で握ります。ぜひ、冬休み中にご家庭でも練習してみてください。

**\* 握る前には、必ずきちんと手洗いをしましょう。**

### 【用意するもの】

・お茶碗1杯のごはん ・清潔なビニール袋（約20cm×30cm程度） ・焼きのり

1. ごはんをビニール袋に入れる。



2. ビニール袋の上から、優しくごはんを握る。



3. 握ったごはんをのりで巻く。



\* 当日は、「鮭の塩焼き」も出る予定です。ほぐした鮭をごはんに混ぜて握っても構いません。

### 【自分でおにぎりを握れるようになると…】

\* 朝ごはんや休日に家族のために、おにぎりを握ることもできます。





# ちょうりいん 調理員さんにお聞きしました。



まいにち きゅうしょく つく ちょうりいん きゅうしょく つく  
毎日、おいしい給食を作っている調理員さんに、「給食を作っていてうれしかったことや、大変なこと」をお聞きしました。

## Mさん

あんぜん きゅうしょく ていきょう まいにちさいしん  
安全でおいしい給食を提供するために、毎日細心の注意をはらって作業するのは大変ですが、廊下で会った時「とてもおいしかったです。ありがとうございます」と声をかけてもらえると、とてもうれしく、またがんばろうと思います。

## Kさん

ろうか あ きょう きゅうしょく  
廊下で会った時に「今日の給食おいしかったです！」と声をかけてもらえると、とてもうれしいです。これからも元気いっぱい学校生活を送れるように、おいしい給食を作りたいと思います。



## Sさん

おお かま ちょうり は、いつも きんちよう のぞ ひ  
大きな釜での調理は、いつも緊張して臨みます。火加減や水分量は適切か、食材や調味料の入れる順番や時間は間違っていないかななどを考えています。美味しくできあがり、クラスから戻った残食が少ない時は、とてもうれしいです。

## Kさん

たいへん きゅうしょく なか むし け い  
大変なことは、給食の中に虫やかみの毛などの異物が入らないように注意をしながら調理することです。うれしいことは、自分が作った給食を児童のみなさんが毎日たくさん食べてくれることです。



## Yさん

きゅうしょくしつ あんぜん きゅうしょく  
給食室では、みなさんが安全でおいしい給食を食べることができるように注意して作業をしています。みなさんからの「おいしかったです。」という声は、何よりの喜びです。



## Kさん

うれしいことは、皆さんがたくさん食べてくれることや「おいしかったです。」など声をかけてくれることです。大変なことは、大量の食材を洗ったり、切ったりすることや、重い食器を繰り返し運んだりして、体力を使うことです。

## Hさん

はいぜんしつ と き げんき に あいさつ してくれ  
配膳室に取りに来た時、元気にあいさつしてくれると、元気をいただけます。廊下で会った時に「おいしかったです。ごちそう様です。」と言われた時は、大変うれしいです。



## Sさん

きゅうしょく たいりょう しょくざい き しょくき はこ  
給食は、大量の食材を切ったり、食器を運んだりと力仕事が多いです。食中毒を出さない為に細かく衛生のルールがあります。子供達の「おいしかった。」という言葉や残量が少ない時は、とてもうれしく達成感が大きいです。

## Mさん

きゅうしょく つく たいへん あんぜん  
給食を作っていて大変なことは、おいしくて安全な給食を提供するために必要なたくさんの決まり事を見えることです。献立は毎日違うので、毎日やるのが変わります。給食の作り方をいつも勉強しています。

## Iさん

はい まだ入ったばかりで覚える事がいっぱいあり大変ですが、片付けをしている時に残食が少ない時はうれしく思います。早く調理にたずさわれる様になんばっていきます。



## Tさん

きゅうしょくとうはん こどもたち きゅうしょく と き  
給食当番の子供達が給食を取りに来てくれた時の「ありがとうございます！」を聞くと、とてもうれしい気持ちになります。こちらこそ、毎日たくさん給食を食べてくれてありがとうございます。

