

食育だより

令和 8 年 1 月
士別市学校給食センター
栄 養 教 諭

あけましておめでとうございます



1 月給食目標：給食について考えよう・日本の料理と海外の料理を知ろう

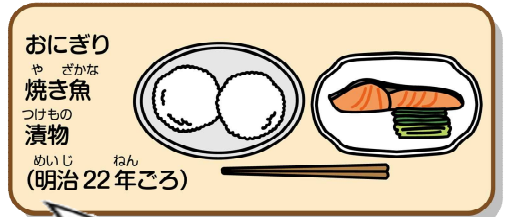
2 月給食目標：マナーを考えた食事をしよう



学校給食のあゆみ

明治22(1889)年、山形県の小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。大正12(1923)年には、子どもたちの栄養状態を改善するための方法として、学校給食が各地へ広がりましたが、戦争による食料不足で中止せざるを得なくなっていました。

戦後、LARA(アジア救援公認団体)から給食用物資の寄贈を受けて、学校給食は再開されました。



さいしょ きゅうしよく
最初の給食

給食に関わる人々



えいようきょうゆ
栄養教諭



ちょうりいん
調理員



せいさんしゃ
生産者



しょくざい はこ ひと
食材を運ぶ人



きゅうしよく はこ ひと
給食を運ぶ人



きゅうしよく しょくいん
給食センター職員

ほか
他にもたくさんいます！

伝統食と世界の料理

平成25年、「和食」が無形文化遺産に登録されました。

- ① 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- ② 健康的な食生活を支える栄養バランス
- ③ 自然の美しさや季節の移ろいの表現
- ④ 正月などの年中行事との密接な関わり

この4つの特徴が表れている食文化が、認められました。

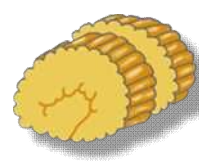
お正月に食べるおせち料理は、日本の伝統である「和食」のひとつです。



くりきんとん
栗金団



くろまめ
黒豆



だてま
伊達巻き

かね めぐ
お金に恵まれる

しょうばいはんじょう
商売繁盛

まめに はたら
まめに働く

まめに うつく
まめに暮らす

きょうよう み
教養が身につく

ぶんか はってん
文化が発展する

せかい しょうがつ りょうり しょくざい
世界にもお正月にまつわる料理や食材があります。

かんこく にく やさい
韓国のトック(肉や野菜のスープにもちを入れた料理)、

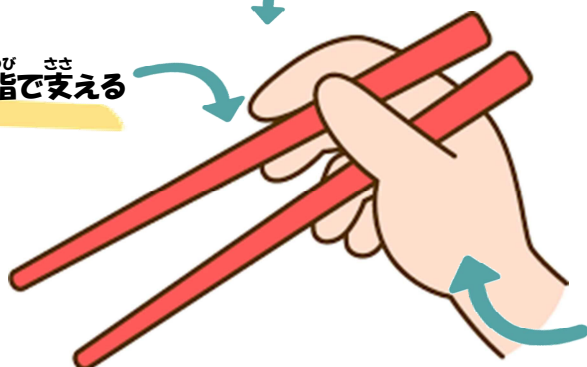
スペインのぶどう(新年の12回の鐘に合わせ、12粒のぶどうを食べる)など。



はしの持ち方のポイント

★上のはしを親指・人差し指・中指で支える

★動かすのは上のはしだけ



さいしょ はな
最初は慣れなくても、あきらめないで続けよう

かっこよく持てるようになります♪

見た目だけでなく、はしを扱いやすい持ち方です。

★下のはしを親指のつけ根・薬指で支える