

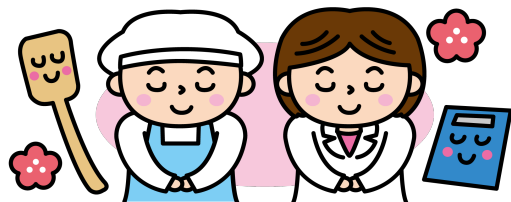
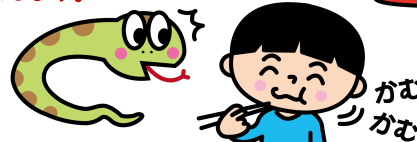
# 1月給食だより

江戸川区立  
南葛西第二中学校

新年あけましておめでとうございます。  
今年度も、残すところあと3か月となりました。  
引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、  
魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。  
本年もよろしくお願ひ致します。

## 今年巳(へび)年!

へびは、食べるときに獲物を丸のみしますが、皆さんは、よくかむことを意識して味わって食べましょう。



### ● 今月の給食目標

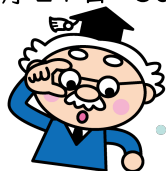
給食のねらいや歴史を理解しよう

1月24日~30日は、全国学校給食週間です!

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。

1月24日~30日までの1週間は「全国学校給食週間」と定められています。



### 学校給食の移り変わりを見てみよう!

明治22年	戦後(昭和20~30年代)	現在
<p>私立忠愛小学校で提供されたとされる給食</p>	<p>支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食</p>	<p>地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食</p>

☆給食では・・・1月24日に明治22年の給食(おむすび、焼き魚、漬けもの)を再現します。

27日~懐かしの給食メニュー(くじら、揚げパン、スパゲティナポリタンなど)を作る予定です。

## 阪神・淡路大震災から30年

### 災害時の『食』を備えましょう



1995(平成7)年1月17日に、阪神・淡路大震災が発生しました。  
寒さ厳しい中、被災した多くの人たちを支えたのは、ボランティアによって届けられた炊き出しの「おむすび」です。震災発生から5年が過ぎた2000年、兵庫県が事務局を務める「ごはんを食べよう国民運動推進協議会」は、食料の重要性や、ボランティアの善意を忘れないために、この日を「おむすびの日」と決めました。災害発生直後は支援が届かないということを前提に、一人ひとりが自分の命は自分で守ることを意識し、普段から備えをしっかりとっておくことが大切です。

### 災害時の食の備え

★非常食・日常食品・持ち歩き用品の3つを備えておきましょう。水と熱源は必需品です。

そのまま食べられる 非常食	ローリングストックで備える 日常食品	外出時の 持ち歩き用品
<p>アルファ化米、缶詰、レトルト食品、菓子類など</p>	<p>お米、乾麺、乾物、日持ちのする野菜・果物、調味料など</p>	<p>飲料水、チョコレート・あめなどの菓子</p>

水は調理用も含めて1人1日3リットル必要とされています。できれば1週間分備えておくと安心です。

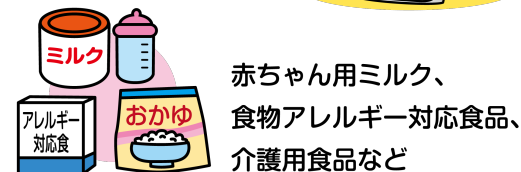
カセットコンロとボンベがあれば、温かい料理を食べることができます。あらかじめ使い方を確認しておきましょう。

### 災害発生直後の食事

避難所などへ避難することも考え、1日分の飲料水と非常食を、非常用持ち出し袋等に入れておきましょう。家にとどまる場合は、冷蔵庫・冷凍庫の中にある腐りやすいものから食べ始めると、食品を無駄にせずに済みます。

### 家庭で備蓄リストの作成を!

家族の好みや状況によって必要な物は異なります。家庭で備蓄リストを作成し、必要な物を準備しておきましょう。



赤ちゃん用ミルク、食物アレルギー対応食品、介護用食品など