



中学校給食の  
栄養士より

# けんしよく 健食ニュース

平成30年度  
第9号  
京都市教育委員会  
平成31年1月発行



## 1月24日～30日は「全国学校給食週間」です

学校給食は、1889年に山形県の忠愛小学校で、貧困児童を対象に昼食を提供したのが始まりと言われています。給食は、ただ空腹を満たすためのものではありません。成長期の今だけでなく、将来にわたって健康で心豊かな生活を送るために大切な食について学ぶ役割もあります。



健康のことを考えて、  
バランスよく食べよう。



健康な食生活のための  
判断力と望ましい食習慣を  
養おう。



生命や自然を尊重し、自然  
の恵みである食べ物をいた  
だくことに感謝しよう。



食事のマナーを守って  
みんなと楽しい雰囲気  
で会食しよう。

### 学校給食の 7つの目標

給食にはたくさんの  
思いが込められています！



食料の生産・流通・消費に  
ついて正しく理解し、社会  
の仕組みを知ろう。



地元の京都をはじめ、日  
本や各地域の伝統的な食文  
化への理解を深めよう。



たくさんの人によって、  
毎日の食事が成り立って  
いることに感謝しよう。

普段の食事から  
気をつけていきたいね！



今年は日本で学校給食が始まって130年です。学校給食週間を通して、学校給食の役割や込められた思いについて考え、普段の食生活を見直すきっかけにしたいですね。

## 食育クイズ

太平洋戦争(1941～1945年)後、栄養状態の悪い子どもたちを救うために日本に届けられた食材は、何だったのでしょうか？



- ① 牛乳      ② 脱脂粉乳      ③ 豆乳

答え ②脱脂粉乳 脱脂粉乳は、牛乳から脂肪分を取り除き、濃縮・乾燥させて粉末にしたものです。これをお湯などで溶かして子どもたちに提供していました。戦後、脱脂粉乳などが援助物資としてユニセフなどから届けられました。援助物資が贈られたことへの感謝の気持ちを表すとともに、再開された給食の意義を考えるために「全国学校給食週間」が設けられています。