

1月給食たより



1月の生活目標は「手洗いうがいをしっかりしよう」です。
ご家庭でも「基本の手洗い」について確認してみましょう。

1月22日（月）～26（金）は給食週間です。
給食週間では、給食集会や教頭先生のリクエスト給食・お話給食など、
さまざまな取組が予定されています。給食週間の取組を紹介します。

お子様と一緒に
お読みください

できていますか？ 基本の手洗い

石けんを必ず使おう



必ず石けんで
洗ってね！

石けんを使うと汚れや菌が落ち
やすくなります。水洗いだけの場
合と石けんを使った場合では、手
に残っている菌の数が違うの
で、必ず石けんを使うよう
にしましょう。

手の洗いすぎに注意！

洗いすぎると手
あれの原因になり、
かえって病原菌が
つきやすくなります。

手洗いポイント



上の絵に描かれた部分は、洗い残しが多い
ので、特に注意して洗うようにしましょう。

手洗いの効果

- 食中毒を予防します
- かぜの予防に効果があります
- 汚れを落とし、衛生的にします



1月22日（月）

＜給食のはじまり＞

日本で最初の学校給食は明治22年に
山形県鶴岡市の小学校で、貧しい子ども
たちのために始まりました。

初めの給食は写真のように「塩おにぎ
り」「鮭」「つけもの」だけでした。

22日は、給食のはじまりを振り返っ
て「おむすび」「鮭の塩焼き」「みそ汁」
「浅漬け」の献立です。

当日のおむすびは、調理員さんがそれ
ぞれの学年に合わせたサイズのおむすび
を一つ一つ愛情を込めて握る「手作りお
むすび」です。調理員さんにとっても、
児童の成長を感じられる心の温くなる
献立です。また、今年も5・6年生とな
かよしさんは、自分でおむすびを握りま
す。自分で握ったおむすびは、特別な美
味しさが味わえると思います。



1月24日（水）

＜教頭先生リクエスト給食＞

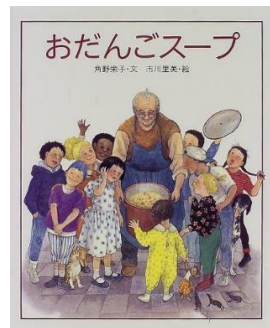
放送給食委員会では、教頭先生にリクエ
ストした給食についてインタビューをしま
した。

当日の放送や「げんきのもと」でお伝え
します。

1月23日（火）

＜お話給食＞

今回の本は「おだんごスープ」です。
給食の時間に図書館司書の佐藤先生が
読み聞かせをしてくださいます。



どんなお話な
のでしょうか!?
お楽しみに！

1月25日（木）

＜放送給食委員会献立①＞

牛乳 麦ごはん ヤンニョムチキン
わかめスープ 春雨サラダ

1月26日（金）

＜放送給食委員会献立②＞

牛乳 チーズバーガー
白いんげん豆のスープ
フルーツポンチ

放送給食委員会が2チームに分かれて
献立を決めました。「げんきのもと」
も考えます。



食の歳時記



☆☆☆ 節 分 ☆☆☆

節分は、もともと季節を分ける日のことで、立春・立夏・立秋・立冬の前日のこと
でした。時代を経て、立春の前日だけが、節分行事の代表になったと言われています。
「鬼は外」のかけ声とともに豆をまくのは、豆が持つ「富力」をもって、災いを追い
払う意味があります。また、この日には「柊（ひいらぎ）」の枝に鰯の頭を刺して、
門や軒下に立て、邪気を払うという習慣もあります。

最近では、関西地方で一般的だった「恵方巻き」の習慣が関東でも行われるよう
になりました。今年の恵方は「東北東」です。恵方の方角を向いて、一人一本の恵方巻
きを丸かじりします。切ったり、食べている途中で中断したりすることは「幸運」が
逃げると言われているそうです。

今年の節分は2月3日（土）です。給食では、少し早めの2月1日（木）に節分給
食「セルフ恵方巻き」が登場します。児童全員が自分の分の恵方巻きを自分で作りま
す。「上手にできた？」など、ぜひご家庭でもお声かけください。

