



食育だより

平成31年1月22日
佐世保市立宇久中学校

新しい年を迎え、生徒たちは気持ちを新たに勉強や運動に励んでいます。まだまだ寒い日が続きますので、インフルエンザ予防のためにも、うがい・手洗いをしっかり行い規則正しい食生活を心がけて元気に過ごしてほしいと思います。

～ 第2回 自分で作るお弁当の日 ～

1月21日(月)第2回自分で作るお弁当の日を実施しました。今回のテーマは、『歯によい食材を使ったお弁当作り』でした。当初全校で食べる予定でしたが、島内でインフルエンザが流行しているため、各クラスでの喫食となりました。今回も1人も忘れることなく、噛み応えのある食材やカルシウムが多い食材を使用して、それぞれ工夫したお弁当を作ることができました。回を重ねるごとに、見栄えよく上手に作れるようになってきています。今年度は2回の実施でしたが、自分の健康を考えて、食事の管理ができるようになるために、今後も継続して取り組んでいきたいと考えています。保護者の方にはお忙しい中、お弁当作りの取組にご協力いただきありがとうございました。



ちよこっぺ クイズ

左側に載せているのは、先生が作ったお弁当です。さて、誰が作ったお弁当でしょうか？
(答えは裏面です)



1月24日～30日は全国学校給食週間です。

～～* 学校給食の歴史について *～*～*



学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に行われたのが始まりです。その後、全国に広がりましたが、戦争を機に一時給食がなくなりました。食糧難の時代に、アメリカの支援により小麦や脱脂粉乳を使った学校給食が再開されます。昭和40年頃にピン牛乳の導入、昭和50年頃にごはん給食の再開、以降パック牛乳への変更など、献立は変化していき、現在では食品の衛生や栄養バランスに気を付けた給食になっています。

クイズの答え

- ①濱崎先生 ②松坂先生 ③教頭先生 ④前川先生 ⑤校長先生 ⑥石田先生 ⑦小川先生