

# 食育だより もぐもぐ

令和7年1月8日

毎月19日は食育の日  
長倉小学校 1月

新年明けましておめでとうございます。終業式に宮崎先生がお話した「ふ・ゆ・や・す・み」の約束は守れましたか？きっと、規則正しく、楽しい冬休みが過ごせたことと思います。

3学期の給食は、10日（金）から始まります。今年も何でも食べて元気に過ごしましょう。給食室でもみんなが元気に勉強・運動ができるようにおいしくて、安全な給食を今年もお届けします。よろしくお祈りします。

給食目標  
給食に感謝して  
食べよう！



今年も各地で、インフルエンザや胃腸炎などの感染症がはやっています。感染症の予防は、「健康な体作りと手洗いから」。石けんを使った手洗いをしっかりすることで、予防できることがたくさんあります。手洗いの大切さを知って、毎回きちんと手洗いをしましょう。



見た目にはきれいでも、手には病気の原因になる見えない細菌やウイルスがついていることがあります。



手や指についた細菌やウイルスは、口や鼻などから人間の体内に侵入し、体にも悪さをします。



水だけの手洗いは、細菌やウイルスがしっかり落ちません。せっけんですみすみまで丁寧に洗いましょう。

めざせ！おむすび

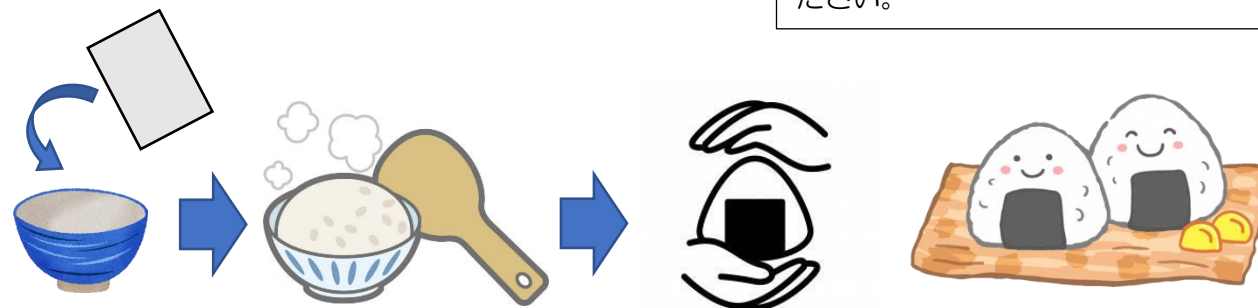


めいじん！！

1月17日は、「おむすびの日」に合わせておむすび給食を実施します。今から30年ほど前に発生した阪神淡路大震災でボランティアによるおむすびの炊き出しが人々を大いに助けたことからいつまでもこの善意を忘れないようにと定められました。おむすびを作ったことのない人はおうちで練習してみてください。

- 1 おわんにビニールぶくろをひらいてかぶせる
- 2 ビニールぶくろをかぶせたおわんにごはんをいれる
- 3 ぶくろのくちをもってぶくろごとおむすびをにぎる

ご家庭では、ビニール袋でなく、ラップで大丈夫です。今年の給食では、わかめご飯をおむすびにしますが、白いご飯で作ったり、中に具を入れたり、いろいろな味に挑戦してみてください。



## 1月24日～30日は「全国学校給食週間」

明治22年(1889)に山形県鶴岡市にあった私立忠愛小学校でお弁当を持ってこれない貧しい子どもたちのために昼食を出したのが日本の学校給食の始まりです。その後、戦争により一時中断されましたが、戦後日本の子どもたちのためにユニセフから小麦粉や脱脂粉乳が贈られ、再び給食が始まりました。

幸手市では、学校給食週間に合わせて、昔の給食をイメージした献立を提供します。1月24日の大根飯、牛乳、鮭のつけ焼き三色おひたし、すいとんです。給食にかかわる人たちや食べられることに感謝してよくかんで食べてください。



### 全国学校給食週間に知りたい

## あげパンのはなし

① お父さんやお母さんに「子どもの頃、好きだった給食なあに？」と聞くと、真っ先に挙がるのが「あげパン」です。このあげパン、どのようにして誕生したか知っていますか？



② あげパンが生まれたのは、戦争が終わり、給食が再び始まって間もない東京都大田区。当時の子どもたちはいつもおなかをすかせていました。給食はそんな子どもたちにとって一番の楽しみでした。



③ ある日、かぜで学校を休んだ子がいました。調理員さんは「せっかく楽しみにしていたのに…」と、残ったパンを揚げて砂糖をまぶし、包んでその子の家に届けてもらったそうです。



④ おいしいあげパンはあっという間に日本中に広まりました。あげパンが生まれた際には、子どもたちのことをいつも大切に考えながら給食の仕事に携わる人たちの温かい気持ちがあったのです。



みんなが大好きなあげパンには、こんな歴史があったんですね。もしかすると、ご両親や祖父母の方も子どものころ、食べていたかもしれません。お話を聞いてみてください。

今月はきなこあげパンが、28日に出版。

(注)現在は休んだ児童に給食を届けることはできません

### おすすめ給食レシピ紹介

### ～ さつまいもフラウニー ～

#### 材料(4人分)

- ・さつまいも 中2/3本
- ・揚げ油 適量
- ・グラニュー糖 10g
- ・バター 10g
- ・ミルクココア 10g
- ・牛乳 6g

☆児童からまた食べたいとの声がありました☆

#### 作り方

- 1 さつまいもは皮ごと角切りにする
- 2 油を温め、さつまいもを素揚げする
- 3 鍋にグラニュー糖(上白糖でも可)・バター・ミルクココア・牛乳を入れ、温める
- 4 3に2のさつまいもを入れ混ぜる
- 5 できあがり！



さつまいも