



# 給食だより



令和7年度 1月号  
東京都立葛飾盲学校  
校長 竹内 大吾

とし 年が明けると、学校では1年のまとめとなる3学期が始まります。年末年始は、行筆が重なり生活リズムが乱れてしまうことがあるかもしれません。3学期も元気に過ごせるよう、規則正しい生活を心がけてください。



1月24日から30日までは「全国学校給食週間」です。学校給食は明治22年に始まりました。戦争中に一時中断していましたが、昭和21年6月にLARA（アメリカのアジア救済公認団体）などから、給食用援助物資を受け、昭和22年1月から再開されました。同年12月24日、LARA物資贈呈式が行われた日を記念して、この日を「学校給食感謝の日」と決めました。その後、学校給食による教育効果を促進することを目的に、文部科学省は冬休みと重ならない、1月24日から30日までを「学校給食週間」と決めました。

学校給食の始まりは、子供たちを栄養不足から救うためのものでしたが、食生活を取り巻く環境が大きく変化し、偏った栄養摂取や肥満傾向など、健康状態について懸念される点が多く見られる今日、学校給食は食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるために重要な役割を果たしています。



## ★給食週間の取組★

### ①26日（月）日本最初の給食「おにぎり、塩鮭、菜の漬物」体験

山形県の忠愛小学校で、家庭の事情でお弁当を持ってこれない子供のために、昼食を提供したことが始まりとされています。本校では、給食の始まり体験として、「塩むすび・鮭の塩焼き・即席漬け・みそ汁・果物」を提供します。

### ②28日（水）かみかみ献立

本校では、毎月「8」のつく日に、よくかんで食べることを意識した「かみかみ献立」を提供しています。今月のかみかみメニューは、「いかの洋風サラダ」です。よくかんで食べることは、食べ過ぎを防いだり、消化を助けたりするなど、体にとって良いことがたくさんあります。いつも以上に「かむこと」を意識して、味わって食べてみましょう。

### ③29日（木）郷土食：鹿児島県

鶏飯は、ほぐした鶏肉や錦糸卵、しいたけなどをごはんのにせ、鶏ガラスープをかけて食べる料理です。主に奄美地方で親しまれており、あっさりとした味わいが特徴です。

がねは、さつまいもを細切りにして衣をつけ、揚げた料理です。揚げた形がカニ（鹿児島弁で「がね」）に似ていることから、この名前がついたと言われています。

## \*1月のお楽しみ給食\*

### 14日（水）小学部2組「お正月も終わり！そろそろ洋食もいかがですか？」メニュー

チキンライス かぼちゃサラダ キャベツとにんじんのスープ

フルーツヨーグルト 牛乳

### 21日（水）小学部3年1組「寒さに負けずに食べよう！」メニュー

ごはん 豆腐ハンバーグ（デミグラスソース） ポテトサラダ

ABCスープ チョコプリン 牛乳

