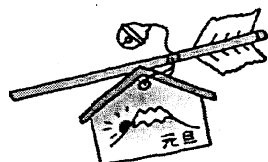


食育だより



平成24年1月発行

光市立光学校給食センター

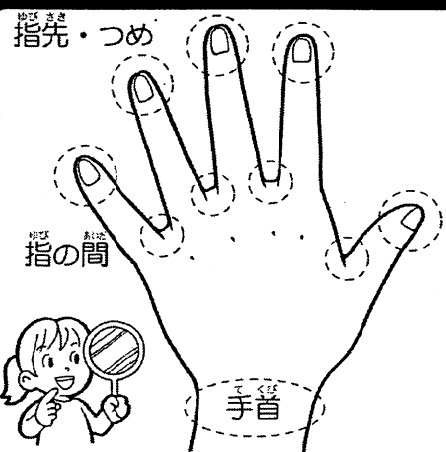
あけましておめでとうございます。楽しい冬休みがすごせましたか？
まだまだ寒い日が続きます。十分な「睡眠」「運動」「食事」を心がけ、
かぜやインフルエンザにかからないように気をつけましょう。



寒い季節の手洗い きちんと できていますか？

手洗いは、かぜや食中毒の予防にとっても効果的だといわれています。冬は水が冷たくなり、手洗いがおろそかになりがちですが、食事の前やトイレの後、外出先から帰った時など、石けんを使って、しっかり手を洗いましょう。

ココをチェック！ 洗い残しが多いところ



手洗い行動チェック！

あてはまるものに印をつけてみよう！



☐ 手を洗うのはめんどうだから水でちょっとぬらすだけ

☐ ハンカチを持っていないので手をふったり洋服でふいているよ

☐ つめはのばしたまま



☐ 石けんは使うけど手のひらをこするだけでおしまい

☐ 友だちとよくハンカチの貸し借りをするよ



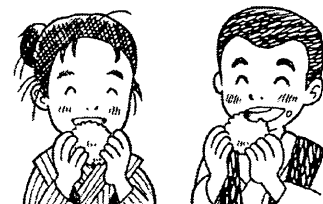
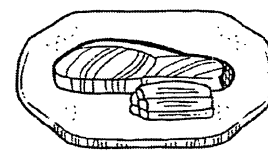
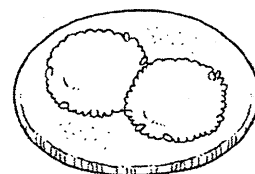
チェックが多かった人は、手洗いの基本がきちんとできていません。石けんを使って洗い残しがないようよく洗い、きれいなハンカチやタオルでふくように心がけましょう。



がっこう きゅうしょく れき し

学校給食の歴史

明治22年、山形県鶴岡市の忠愛小学校で貧困児童を対象に昼食が無料で出されました。これが日本の学校給食の始まりだといわれています。その時の献立は、おにぎり、塩鮭、漬物だったそうです。



給食の危機！？

給食は日本各地に広がりましたが、戦争中に食べ物の不足が原因で一時的に断されることになりました。戦争が終わってからも食糧不足が続き、給食が再開されることはありませんでした。日本の子どもたちを見て、世界中の国から粉ミルクや缶詰などがたくさん送られてきました。

この世界中の人々の温かい心によって学校給食が再開されることになったのです。これを記念するのが「全国学校給食週間」です。

いつも何気なく食べている給食ですが、いろいろな人の苦労によって作られていることを忘れず、感謝していただきましょう。

