

# 1月 給食だより

令和元年度 第9号  
川口市立里小学校

あけましておめでとうございます。

冬休みもあっという間に終わり、3学期がスタートしました。  
今年もよく食べ、よく体を動かし、夜はしっかり休んで健やかな心と体ですくすく成長して欲しいと思います。



## 感謝して食べよう

みなさんのもとに給食がとどくまでに、たくさんの方がかかわっています

### ● 田んぼや畑、海や牧場で働く人



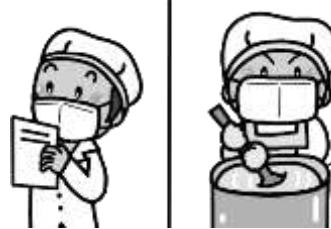
米や野菜を作ったり、魚をとったり、ぶたやにわとりを育ててくれる人たち。

### ● お店の人



食べ物を学校まで運んでくれるお店屋さん。

### ● 給食をつくる人



献立を考える栄養の先生や、給食を作ってくれる調理員さん。

### ● 準備をする人



給食を配る給食当番さん。

みなさんの口に給食が届くまでには、たくさんの方たちのはたらきや協力があります。「ありがとう」の気持ちでいただきましょう！

## 1月の給食目標

感謝の気持ちをもって食事をしよう



## 知っていますか 1月の食文化

1月は「睦月」ともいいます。家族や親戚や集まり、「仲睦まじく」する月から名付けられたそうです。1年の初めの月であり、その年を健康に過ごすための願いが込められたいろいろな行事が行われます。

### 七草がゆ



せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すすな(かぶ)、すすしろ(だいこん)の「春の七草」を刻んだおかゆを食べて1年の無病息災をお祈りします。

### 鏡開き



神様にお供えたもちを下げ、木づちや手で割りほぐし、お汁粉や雑煮にします。とくに鏡もちを食べることを「歯固め」といい、歯が丈夫で長生きできるようにお祈りします。

### 小正月



昔の暦で、1年で最初の満月の白で、小豆がゆや小豆飯を食べます。その年の豊作を祈る行事や、お正月の飾りや書き初めを焼く、どんど焼きなどがよく行われます。

## 全国学校給食週間

1月24日から30日は、「全国学校給食週間」です。日本の学校給食は、明治22年に山形県で始まり、その後、各地で実施されるようになりましたが、戦争により食べ物が不足したために中断されてしまいました。しかし、戦後外国からの支援により再開され、栄養が不足しがちだった多くの子どもたちを救いました。全国学校給食週間を通して、食べることの大切さを理解し、食べ物や給食に関わる人々の思いに感謝していただきましょう。



