

# 食育だよ

北九州市立 大原小学校  
No.7 栄養教諭 西嶋 真紀

新しい年になりました。3学期も元気にすごしましょう。



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はじまりです。毎日おいしい給食を食べられることに感謝しましょう。

大原小学校では、1月25日（月曜日）から29日（金曜日）まで、いろいろな校内放送を給食委員会でおこないます。

- 25日 学校給食週間についてのお話
- 26日 残菜ゼロ運動の取り組み・今日の献立紹介  
校長先生へ給食インタビュー
- 27日 今日の献立紹介・事務室の先生へ給食インタビュー
- 28日 残菜ゼロ運動取り組み・今日の献立とラッキースター給食の紹介  
栄養教諭による給食の話
- 29日 給食ができるまで（カレーライス）のビデオ放送

## 北九州市の郷土料理 いわしのぬかみそだき

1月29日の給食に北九州市自慢の郷土料理「いわしのぬかみそだき」がです。北九州の小倉地方には江戸時代から、ぬか床が自慢の土地柄です。いわしをぬか床で炊いた料理がいわしのぬかみそだきです。いわしには、骨や歯をじょうぶにし、強い体をつくる栄養がいっぱいです。またこの日は地産地消の日として、北九州市内産、福岡県産、九州産の食材を中心とする食材を使用した郷土料理を味わう給食を実施します。この日に登場する「だぶ」も福岡県で食べられている郷土料理です。

給食はたくさんの人たちの協力で作られています。



みんなに感謝して食べましょう。

現在は、食べ物が簡単に手に入る環境にありがちなため、食べられることに感謝する気持ちを忘れがちです。毎日食事ができるのは、食べ物やそれが食卓にでてくるまでにいろいろな人々の苦勞や協力があるおかげです。

みなさんは、食べる前と食べた後にそれぞれ「いただきます」「ごちそうさまでした」ときちんといいさつをしていますか？

「いただきます」「ごちそうさまでした」というあいさつの言葉の意味を知り、なぜそのあいさつをするのか考えて、感謝の気持ちをこめてあいさつをしましょう。