

# 18月 給食だより

太田市立  
生品小学校



ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん

しんねん あ  
新年明けましておめでとうございます。

ことし 今年も、みなさんの心と体の栄養を満たすおいしい給食をつくっていただきますので楽しみにしててください。

さて、1月24日から30日の1週間は「全国学校給食週間」です。普段、何気なく食べている学校給食について改めて知るよい機会にしてください。

## がっこうきゅうしょく 学校給食のはじまり

写真：新潟県史実教諭 佐藤美幸先生



小学校があったお寺の境内には、今は記念碑が建てられています(山形県鶴岡市の大智寺)。

めいじ 明治22(1889)年、山形県鶴岡町(現・鶴岡市)の小学校で、家が貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちのために食事を出したのが日本での学校給食のはじまりです。その後、せんそう 戦争による食料不足で一時ちゅうだん 中断されてしまったものの、せんご 戦後、外国からの援助物資でさいかい 再開することができました。



かぜやインフルエンザが流行しやすい季節になりました。かぜを予防するためには、「栄養バランスのよい食事」、「適度な運動」、「十分な睡眠」を心がけるほか、手洗いやうがいを徹底して習慣づけましょう。

## かぜ 予防をしっかりと!



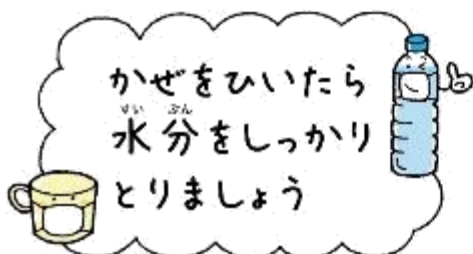
てあらい  
手洗い



た  
しっかり食べる



よくねる  
よく寝る



かぜをひいたら  
水分をしっかりと  
とりましょう

はつねつ や下痢の症状が出ている時は、体から多くの水分が失われています。そのため、脱水に気をつけて水や茶、ジュース、スポーツドリンクなど、飲みやすいものを選んで水分補給をしましょう。

