



きゅうしょく がっこう 給食だより 1月号

令和6年 1月
大阪府立東淀川支援学校

あけましておめでとうございます。あたら ねん はじ
新しい1年が始まりました。

2024年も素敵な1年になりますよう願っています。

まだまだ寒い日が続くので、体 調 を崩さないように、バランスの良い食事

をとり、規則正しい生活を心がけて元気に3学期を過ごしましょう。



1月24日から30日は 全国学校給食週間 です

学校給食は栄養バランスのとれた食事によって、子供たちの心身の成長を支え

たり、生涯にわたって健康で充実した生活を送るための自己管理能力を育てたり

するなどの役割があります。全国学校給食週間は、このような学校給食の意義

や役割等について理解を深め、より一層の充実を図ることを目的としています。



本校の給食週間は1月22日～26日に取り組みます。

《給食の歴史》

明治22年に山形県鶴岡町の小学校の私立忠愛小学校でお弁当をも

って来られない子どもたちに無償で提供されたのが、学校給食の始

まりでした。その後、戦争の影響で一時中断されましたが、戦後、

海外からの脱脂粉乳などの支援により再開されました。このことを記念

して、昭和25年度から全国学校給食週間が行われています。



がつ きゅうしょくもくひょう
1月の給食目標

かんしゃ た
感謝して食べよう！！

わたし た がっこうきゅうしょく
私たちが食べている学校給食には

たくさんの人たちに支えられて作られています。

かんしゃ きゅうしょく
感謝をしながら給食をいただきましょう。



こめ やさい つく ひと
米や野菜を作ってくれる人



さかな
魚をとってくれる人



た もの はこ
食べ物を運んだり



しょくじ つく ひと
食事を作ってくれる人



うし そだ ひと
牛を育ててくれる人

う 売 たり して くれる 人

はやね はやお
早寝・早起き

あさ
朝ごはん



No.8



もんだい 問題 あさ 朝ごはんを抜くと痩せられる。○か×か？

こたえ：×

あさ 朝ごはんを抜くと、たいおん 体温が上がりきらず、カロリー消費量が減り、や 痩せにくい からだ 身体になってしまいます。あさ 朝ごはんは、しゅしょく 主食(ごはんやパン)だけで済ませず、にく さかな まめい 肉・魚・豆類などのタンパク質や やさい にゅうせいひん 野菜、乳製品などを追加して、バランスの良い朝ごはんをとるように心がけましょう。