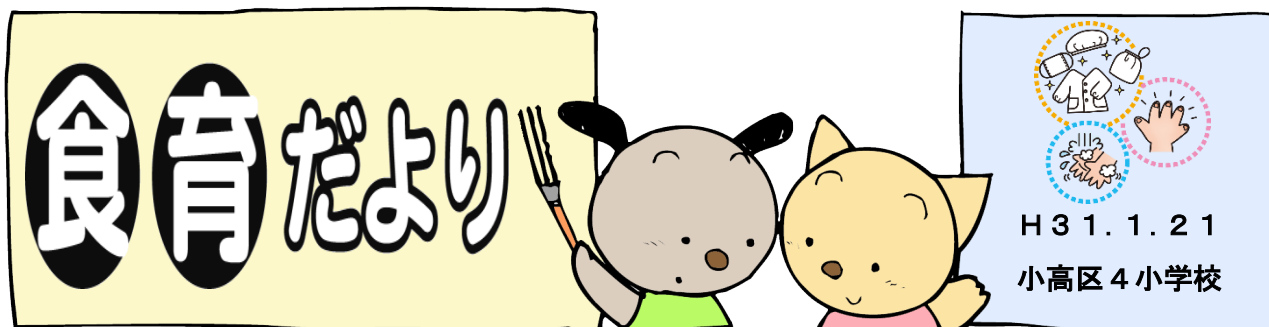




1月24日は「給食記念日」です。日本では、1889年に山形で弁当を持ってこれない児童のために「おにぎりと焼き魚・漬物」の給食を用意したのが日本の学校給食の始まりです。当時は食べ物がなく、子どもたちの栄養補給が第一の目的でしたが、子どもたちの体位も向上してきた今日では「栄養摂取」もさることながら、食事を通して「人間関係の育成」や「マナーの体得」、また「地域に根ざした給食」と役割も変わってきています。

福島県では、給食の全品目に占める県産食材の割合が、震災後は18.3%まで落ち込みましたが、今年度の調査で40.8%となり、震災前の36.1%を初めて上回りました。県産食材は子どもたちの地場産品への理解を深め、食べ物への感謝の心を育む教材になります。南相馬市でも、11月の「南相馬市立幼小中学校食育広報・スマイル」でもお知らせしたとおり、12月から給食で使用するお米が「南相馬市産こしひかり」になりました。今週の給食は「福島県産を食べよう」をテーマに、県産の料理や食材を取り入れた献立になっています。詳しくは献立表をご覧ください。

ちょっと待って！ それは給食マナー違反！

 食事中にふさわしくないことを話す	 食事中に勝手に席を立つ	 ふざけながら食べる
 早食い競争をする	 食器の音を立てる	 口に食べ物が入ったまま話す

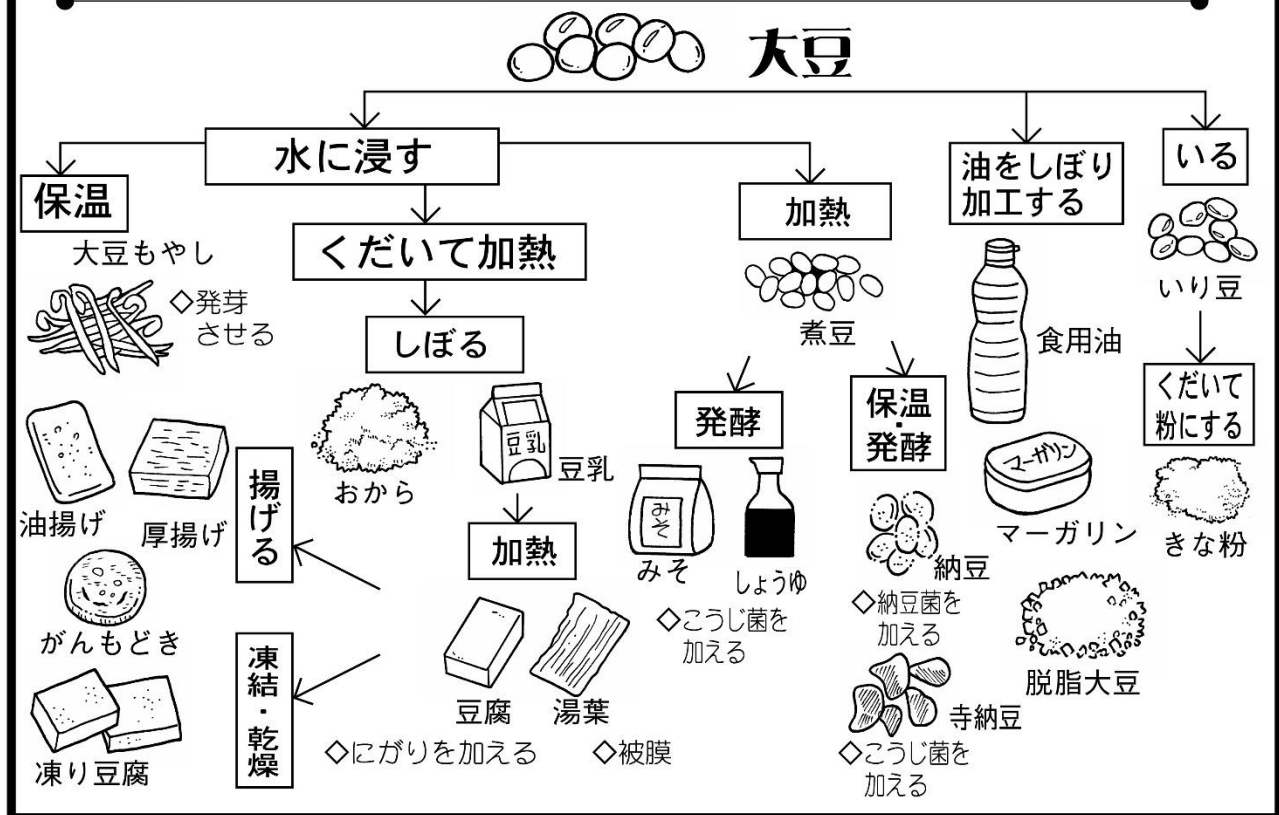
給食でマナー違反なことは、家で食べる時も、外食の時もマナー違反です。ご家庭でもお声かけください。



節分は立春の前日で、冬から春への季節の変わり目の行事です。もとは、立冬や立秋などの前日も節分といわれていました。2月4日には本校でも『豆まき集会』が予定されていて、豆まきにまつわるお話や追い出したい鬼の発表、そして年男年女の5年生による豆まきが行われます。

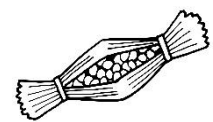
節分に豆をまく習慣は、室町時代頃からはじまったとされます。鬼を追い払うために使う豆ですが、悪いものに勝つ強い力があると信じられていたそうです。また、地域によりさまざまですが、豆を年齢の数だけ食べる（または年齢の数に1つ加える）と病気にかからないともいわれています。

大豆からつくられる食べ物大集合!!

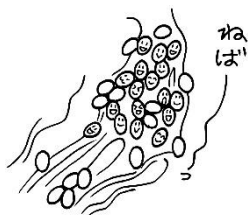


納豆の小粒と大粒、それぞれの特性の違いは？

店頭で見かける納豆には、小粒や極小粒、ひきわり、大粒などいろいろなものがあります。



小粒の場合は、粒が小さい分、納豆菌が育ちやすく中まで発酵が進み、ねばねば物質の生成量が多くなります。そのため納豆本来のうまみがきいたものになります。



大粒の場合は、ねばねば物質の生成量は少なく、納豆菌の働きが豆の中心にまで届かないことから、大豆本来のうまみが残ります。

