

# 1月 給食だより



高萩市立  
学校給食センター

冬休みが終わり、新しい年が始まりました。冬休み中に生活リズムが乱れてしまつた人はいませんか？寒くて起きるのがつらい時期ですが、早寝・早起きをし、朝ごはんを食べて元気に登校しましょう。



日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現：鶴岡市）の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まつたものの、戦争による食料不足で中断されました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LA RA（アジア救済公認団体）」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日～30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定めされました。



## ～給食センターからのお知らせ～

高萩市のホームページでは、「今日の給食」を給食のある日は毎日投稿しています。ぜひ、ご覧ください。

※1月26日（月）は、12月分給食費の口座振替日です。



## 手洗いは感染症予防の基本です！

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。いろいろな物に触れる手は、一見きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさん付いています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、食事の前にはきちんと手を洗いましょう。

### 手洗いのポイント

せっけんをつけ、  
こするように洗います。

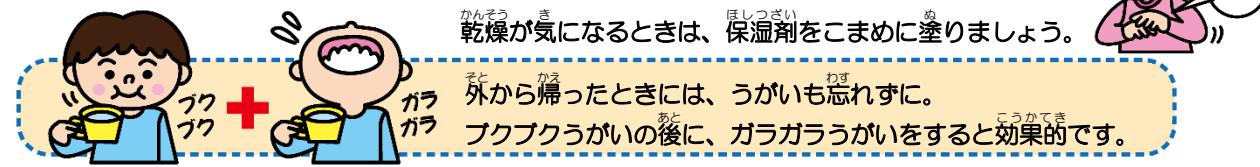


流水でしっかりと洗い流し、  
清潔なタオルなどで水分を  
拭き取りましょう。



### 水分が残っていると手荒れの原因になります。

手荒れがあると、手洗いがおろそかになったり、細菌やウイルスが付着しやすくなったりします。



乾燥が気になるときは、保湿剤をこまめに塗りましょう。



外から帰ったときには、うがいも忘れずに。  
ブクブクうがいの後に、ガラガラうがいをすると効果的です。

## 茨城をたべよう！

毎月19日は  
食育の日



今月使用予定の白菜は、茨城県でとれるものです。白菜の旬は、11月～2月でまさに今の時期です。おいしい白菜の見分け方は、くきと葉にみずみずしさとつやがあり、葉の巻き方がしっかりと固くしまっているものです。白菜は、アブラナ科アブラナ属の植物で、かぶや小松菜、チンゲンサイ、野沢菜の仲間です。

### ＜1月分給食使用予定食材产地＞

食材	産地	食材	産地	食材	産地
長ねぎ	高萩市	もやし	栃木県	鮭	北海道
にんじん きゅうり 白菜・大根 キャベツ チンゲンサイ	茨城県	じゃがいも 玉ねぎ	北海道	さば	北海道・長崎県
		えのきたけ	長野県	わかさぎ	カナダ
		納豆（大豆）	国内	豚肉	国内
				とり肉	国内

### お知らせ

### ＜12月分食材放射性物質検査結果＞

給食センターでは、給食食材の放射性物質検査および調理済み給食1食分の放射性物質検査を実施しています。検査の結果、放射性ヨウ素・放射性セシウムとともに検出されませんでした。詳しくは、市のホームページをご覧ください。