

1月 食育だより

うるま市立津堅学校調理場	TEL:098-978-2141
食育だより第9号	1月の食育目標
栄養士：諸見里美咲	郷土料理の大切さを知ろう

明けましておめでとうございます！ 今年度も残すところあと3か月になりましたね。

2026年も毎日の給食時間が待ち遠しくなるような給食づくりを頑張っていきます！

本年もよろしくお願ひいたします(^ ^)



学校給食は今から約137年前の明治22（1889）年、山形県の小学校で貧しい子どもたちへ食事を提供したことが始まりとされています。

毎年1/24～1/30の1週間は『全国学校給食週間』とされ学校給食の役割や歴史について学ぶ期間になっています。

今年の学校給食週間中は琉球時代の宮廷料理や庶民料理、お祝いの日の料理などを提供します＊王様だけが食べていた特別な料理、なんでお祝いの日の料理には昆布が出るの？サーティアンダギーが綺麗に割れると縁起がいいのはなぜ？など知ってそうで知らない琉球料理の豆知識をご紹介します！

またおはしの持ち方チェックとして豆運びゲームを開催します＊



最終日にまでに一番多く豆を運べた人には3月の給食リクエスト券をプレゼントするので

児童・生徒だけでなく職員のみなさんも奮ってご参加ください(^ ^)

②12月の特別イベント

12月18日は門脇 誠選手をはじめとする5人の野球選手の皆さんと一緒に給食時間を過ごしました！通常の給食の量だけでは摂取エネルギーが足りないため、子どもたちの何倍もの量を食べていた選手たちの様子に心から感動しました。普段給食を残しがちな子も一生懸命に食べていました。

話の中で選手から「残さず食べて栄養をたくさんとることが大事」という言葉がでたように、体作りの基本は食事です。野球選手のようにたくさん食べて強い体づくりをしましょう！

