



令和7年1月
コミュニティ・スクール
上尾市立上尾小学校

1月 給食だよ

はんしん あわじ だいしんさい ねん

阪神・淡路大震災から30年



災害時の『食』を備えましょう

1955（平成7年）1月17日に、阪神淡路大震災が発生しました。寒さが厳しい中、被災した多くの人たちを支えたのは、ボランティアによって届けられた炊き出しの「おむすび」です。震災発生から5年が過ぎた2000年、兵庫県が事務局を務める「ごはんを食べよう国民協議会」は、食料の重要性や、ボランティアの善意を忘れないために、この日を「おむすびの日」と決めました。阪神・淡路大震災の発生から今年で30年となります。昨年元旦に発生した令和6年能登半島地震が記憶に新しいですが、この30年の間にも各地で大きな災害が頻発しています。災害発生直後は支援が届かないということを前提に一人ひとりが自分の命は自分で守ることを意識し、普段から備えをしっかりとしておくことが大切です。

※2018（平成30）年8月31日に同協議会は解散し、この取り組みは、公益社団法人米穀安定供給確保支援機構へ引き継がれています。

災害時の食の備え



★非常食・日常食品・持ち歩き用品の3つを備えておきましょう。水と熱源は必需品です。

そのまま食べられる
非常食

アルファ化米、缶詰、レトルト食品、菓子類など

ローリングストックで備える
日常食品

お米、乾麺、乾物、日持ちの野菜・果物、調味料など

外出時の
持ち歩き用品

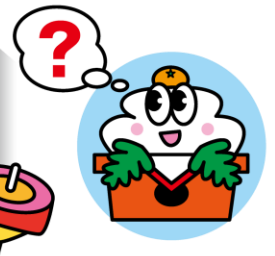
飲料水、チョコレート・あめなどの菓子

水は調理用も含めて
1人1日3リットル
必要とされています。

カセットコンロとボンベがあれば、温かい料理を食べることができます。

しょうがつ
お正月の
た
食べもの

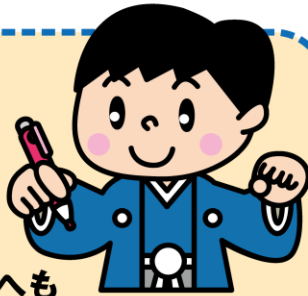
こと ば
言葉パズル



した え しょうがつ かんげい た え なまえ もじ け
下の絵は、お正月に関する食べものです。絵の名前の文字を消したあと、
のこ ことば はい なまえ か
残った言葉を並びかえて、○○○に入る名前を書きましょう。

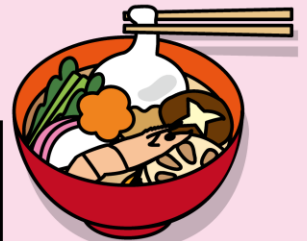
け かつた
消し方のルール

- タテは上から下へ ↓
- ヨコは左から右へ →
- ナナメは ↘ ↙ ↗ ↖ どの方向へも



れい 例

お		く	
し	く		に
る		ら	
こ	た	こ	



る	か	ず	の	こ
こ	に	く	た	れ
ぞ	ぶ	ろ	か	ん
う	か	ま	ぼ	こ
に	し	め	き	ん



しょうがつ
ヒント：お正月のあそび

