



1月 給食だより



あけましておめでとうございます。年が明け、新たな1年が始まるとともに、学校では学年の締めくくりとなる3学期が始まります。寒い日が続きますが、換気や手洗いをしっかり行い、規則正しい生活とバランスの良い食事を心がけて、今年も元気に過ごしましょう。

1月24日~30日は 全国学校給食週間です

学校給食について知ろう!

学校で食べる給食は、単なる昼ごはんではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。このように、現在ではさまざまな教育的効果が期待される学校給食ですが、もともとは、おなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。学校給食がたどった歩みを見てみましょう。

学校給食の始まり

日本の学校給食は、1889(明治22)年、山形県鶴岡町(現・鶴岡市)にある大督寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大督寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まっていきましたが、戦争による食料不足の影響で実施できなくなってしまいました。

明治 22 年ごろ	大正 12 年ごろ	昭和 17 年ごろ
おにぎり 塩ザケ 漬物	五色ごはん 栄養みそ汁	すいとんのみそ汁

支援物資による学校給食の再開

戦争が終わり、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、1946(昭和21)年に、アメリカのLARA(アジア救援公認団体)から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。当初は給食用物資の贈呈式が行われた12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、1950(昭和25)年度からは冬季休業と重ならない1月24日~30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

昭和 22 年ごろ
ミルク(脱脂粉乳) トマトシチュー

昭和 27 年ごろ
コッペパン
ミルク(脱脂粉乳)
鯨肉の電田揚げ
せん切りキャベツ
ジャム

昭和 25 年ごろ
アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、「パン・ミルク・おかす」の完全給食が始まりました。

学校給食は教育活動に

1954(昭和29)年に「学校給食法」が公布・施行され、学校給食は教育活動として実施されることになりました。それから、時代の移り変わりとともに、子どもたちの食生活を取り巻く環境は大きく変化し、学校給食の内容も変わっていきました。

昭和 40 年ごろ
ソフトめん
ミートソース
牛乳
フライポテト
黄桃

昭和 51 年ごろ
カレーライス
牛乳
塩もみ
ゆで卵

昭和30年代後半には脱脂粉乳のミルクが牛乳へと切り替わり、コッペパン以外のパンやソフトめんなど、主食の種類が増えていきました。米飯が正式に導入されたのは昭和51年のことです。

なぞとときに挑戦! この食べものなあに?

下の絵は、どんな食べものをあらわしているでしょうか? 5つの絵をヒントに、に食べものの名前を書きましょう。これは、江戸時代に楽しまれていた「判じ絵」というなぞときをもとにしています。

① =

② =

③ =

④ =

⑤ =

ヒント

こたえ
① トマト【戸と的】 ② 小松菜【コマと綱】 ③ きんとん【金と豚】 ④ 白菜【漢字の百(100)から(1)を引いて「白」】 ⑤ なます【なすの間に「ま」を入れる】

新年の無病息災を願う 正月行事

正月三日が日が明けからも、7日の「人日の節句」、11日の「鏡開き」、15日の「小正月」と、正月行事が続きます。人日の節句には、7種類の若菜を入れた「七草がゆ」を、小正月には、小豆を入れた「小豆がゆ」を食べて、1年の無病息災を願う風習があります。年末年始のごちそうで疲れた胃腸を休めるのにも、ぴったりな行事食です。また、鏡開きでは、歳神様にお供えていた鏡もちを下げて、お汁粉などにして食べ、家族の健康や幸福を願います。鏡開きのもちを小正月の小豆がゆに入れることもあります。

七草がゆ

春の七草「せり、なすな、ごきょう、はこべら、ほとけのぎ、すすな、すすしろ」を入れたおかゆ。

1月7日の早朝(または前日夜)に、まな板の上にて七草を並べて包丁で叩きながら、「七草なすな 唐土の鳥が 日本の国に 渡らぬ先に…」などと七草ばやしを唱える風習があります。

小豆がゆ

赤い色が邪気(病気や災難など)を払うとされる小豆を入れたおかゆ。

無病息災を願い、小正月の朝に家族全員でいただきます。小正月には、やぐらを組んで正月飾りや書き初めなどを燃やす「どんど焼き」や「左義長」などと呼ばれる伝統行事もあります。

~保護者の皆様へ~

学校給食は、栄養バランスに優れ、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教育の一環として行っています。また、食材については、国の基準に基づいたものを使用し、さらに学校給食センターで放射性物質検査を行うなど安全性を確認しております。こうした学校給食の趣旨と安全性についてご理解くださいますようお願いいたします。

【アレルギー】
当市の給食では、そば、落花生、ナッツ類(カカオ、栗以外)、キウイフルーツは使用しておりません。食物アレルギーのあるお子様で、学校で特別な配慮を必要とする方は、学校へ学校生活管理指導表のご提出をお願いいたします。
学校給食センターでは、多くの献立で調理器具を共用しており、食材材料を製造している食品工場内等でも、各種アレルギー食品を取り扱っています。従って、アレルギー食品としてアレルギー献立表に記載されていない場合でも、微量混入(コンタミネーション)する可能性があります。
また、アレルギー等の理由により給食、牛乳・乳飲料の停止を希望する場合は、学校へ申請書を提出してください。この際、停止できるのは飲用牛乳・乳飲料のみです。緑茶、りんごジュース等の飲料は提供されますので、ご留意ください。

【学校給食使用物資】
調味料や調理加工品は、4月~9月、10月~3月の半年ごとにメーカー等が変わる場合があります。詳細な成分等については、学校給食センター栄養士までお問合せください。

【給食に関する情報】
東大和市公式ホームページにて、各月に使用している学校給食物資の産地、献立、レシピ集、学校給食摂取基準等を掲載しております。
アクセス方法:「東大和市公式ホームページ」→「子育て・教育」→「学校教育」→「学校給食」

YouTubeで食育動画を配信しています!

アクセス方法:
「東大和市公式動画チャンネル」
→「再生リスト」
→「学校給食センター栄養士による食育」

二次元コード

RICE INK
☆この用紙は、再生紙を使用しています。