

1月 給食だより

令和5年1月10日
台東区立黒門小学校
校長 石田 隆

あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願いたします。

年末年始は楽しく過ごせましたか。少し休みが続きました。早起き、朝ごはん、そして夜は早めに休んで生活リズムを早く“通常モード”に戻しましょう。これからも寒い日が続きます。食事前のせっけんでの手洗いをしっかり行い、栄養のバランスもよく考えて食べて、元気に過ごしましょう。

《1月の食文化》

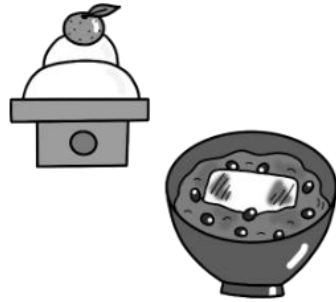
1月は「睦月」ともいいます。「みんな仲睦まじくする月」ということからこう名付けられました。お正月が終わっても、1年の幸せを願ったさまざまな行事食が食べられます。

七草がゆ



せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのぞ、すずな(かぶ)、すずしろ(大根)の春の七草を刻んだおかゆを食べて、おせち料理で疲れた胃を休め、1年の健康を祈ります。

鏡開きのおしろこ



お正月のもちを下げ、切るのではなく、木づちなどで割っておしろこや雑煮にします。ただし、「割る」という言い方は避け、末広がりで縁起のよい言葉である「開く」を使います。

小正月の小豆がゆ



1月15日は昔の暦では、必ず満月になりました。その年の作物の出来を占う行事や、門松などを焼くどんど焼きなどが行われます。この日に小豆がゆを食べる地域もあります。

こんげつ 今月の給食目標 ~給食について考えよう~



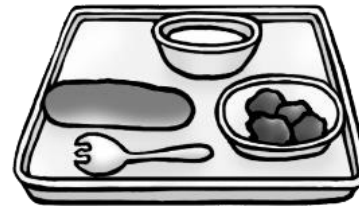
学校給食の原風景

昭和の給食

今の給食とくらべたり、ご家庭で給食の思い出を話したりしてみませんか？



昭和30年代



パンが主食で、脱脂粉乳をお湯に溶いて作るミルクとおかず一品という献立が多かったようです。くじら肉もよく登場しました。先割れスプーンで食べました。

昭和40年代



パンに合わせた洋風メニューがよく出ました。飲み物も牛乳に変わり、学校給食用の個包装チーズも作られ、乳製品が家庭に普及するきっかけにもなりました。

昭和50年代



米飯給食が始まりました。カレーライスが食べられるようになり、肉じゃがなどの和食も出るようになって、内容がとても豊かになりました。はしも使われるようになりしました。

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん 全国学校給食週間です!

1月24~30日までの1週間は「全国学校給食週間」です。学校給食は、明治22(1889)年に山形県鶴岡市で初めて実施されて以来、各地に広がりましたが、戦争のため中断されました。戦後、食糧難による子供の栄養状態の悪化を背景に、給食実施の必要性が指摘され、世界からも給食用物資の寄贈がありました。



そして昭和22(1947)年、ついに学校給食は再開されたのです。世界からの善意に感謝の気持ちをあらためて示すとともに、学校給食が戦後再びスタートできたことの意義を考え、その発展を期し、また日本の学校給食の一番の特徴といえる教育の一環として給食が行われていることを、子供たちだけでなく学校関係者全員があらためて再確認する意味でも、この「全国学校給食週間」の取組を大切にしたいと思えます。

子供たちの食生活を取り巻く環境が変化し、食塩のとりすぎ、肥満傾向や逆に若年女性のやせなどが懸念されている今日、学校給食は子供たちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるためにとても重要な役割を果たしています。

1月の行事食

- 11日(水) 正月献立 昆布(喜ぶ)、ぶり(出世魚)、なます(紅白)、お雑煮
- 24日(火) 北海道の郷土料理 とうもろこしごはん・ザンギ・三平汁
- 25日(水) 東京都の郷土料理 深川めし・ちゃんこ汁
- 26日(木) 和歌山県の郷土料理 くじら・南高梅
- 27日(金) 高知県の郷土料理 かつおめし・ゆず
- 30日(月) 沖縄県の郷土料理 ジューシー・しりしり・もずく・サーターアンダギー

24~30日は、**全国学校給食週間**です

