



たのしいきょうしゅく

令和 5 年 1 月

川島町学校給食センター

給食だより 9 号



新年あけましておめでとうございます。年末年始は、夜ふかしや朝寝坊をしてしまいがちですが、皆さんはいかがですか。生活リズムや食事のバランスが乱れると体の免疫力が低下しやすくなります。『早寝・早起き・朝ごはん』を心がけ、生活リズムをもとに戻して元気に新年のスタートをきりましょう。



新年の**無病息災**を願う

正月行事



正月三が日が明けてからも、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、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ」を入れたおかゆ。

1月7日の早朝（または前日夜）に、まな板の上に春の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。※歌詞は地域や家庭によって異なります。

小豆がゆ

赤い色が邪気（病氣や災難など）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。

がっこうきょうしゅく

学校給食のカレーのおはなし

給食不動の人気メニューであるカレーは、終戦後に広まりました。日本の友好国だったインドから、大量のスパイスの提供を受けたのがきっかけといわれています。当時のカレーはご飯ではなく、ソフト麺やコッペパンとの組み合わせだったそうです。脱脂粉乳が多く入っていたため、『カレーシチュー』と呼ばれました。カレーが家庭に普及したのは、給食がきっかけともいわれています。

昭和57年1月22日に全国の小中学校で一斉にカレー給食が出されたことにちなみ、1月22日は「カレーの日」と定められています。今年は1月22日が日曜日なので、少し早いですが、20日に「てづくりカレー」としました。





1月24日～30日は
全国学校給食週間です




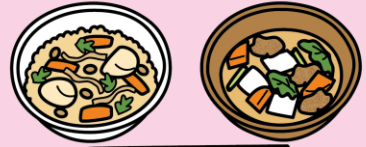

学校給食について知ろう!

給食の移りかわりを見てみよう!



学校給食の始まり

学校給食の歴史は、明治22年に山形県鶴岡市の忠愛小学校でお弁当を持ってくるのできない児童を対象に、昼食（おにぎりや漬け物）を出したのが始まりです。その後、給食は全国に広まりましたが、第二次世界大戦により日本中が食料不足になったため、給食は中止になり、多くの子どもたちが栄養失調に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

戦後、「ウラ（アジア救済団体）」から脱脂粉乳が寄贈され、東京・神奈川・千葉で、昭和21年12月24日に学校給食が再び始まり、この日が給食記念日となりました。冬休みと重ならないよう、1ヵ月後の1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」としました。



昭和 22 年ごろ	昭和 27 年ごろ
	
ミルク（脱脂粉乳） トマトシチュー	コッペパン ミルク（脱脂粉乳） 鯨肉の竜田揚げ せん切りキャベツ ジャム

昭和25年に、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・おかず」の完全給食が始まりました。

昭和 40 年ごろ	昭和 51 年ごろ
	
ソフトめん ミートソース 牛乳 フライポテト 黄桃	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。

今の日本は、飽食の時代と言われるように食べ物であふれ、食品ロスが問題になっています。皆さんは、食べ物を大切にしているでしょうか？もう一度、自分自身の食生活を振り返ってみましょう。



※このおたよりは不要になりましたら雑紙（紙・布の収集日）として資源化できます。