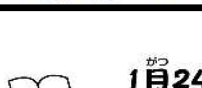
食育だより 1月号

平成29年度1月9日
練馬区立練馬中学校

あけましておめでとうございます
本年もよろしくお願い致します

いよいよ今年度も残すところ3か月を切りました。引き続き、おいしく安心・安全な給食作りに留意していきたいと思いますので、ご協力のほどよろしくお願い致します。さて、1年間の総まとめとなる3学期は、インフルエンザやノロウイルスが流行する季節のため、健康管理にはより一層の注意が必要です。寝不足が続いたり食事を抜いたりすると、体調を崩しやすくなりますので、早寝・早起きをし、朝ごはんをしっかり食べて登校するようにしましょう。手洗い・うがいも忘れずに！

何かと忙しい朝ですが、家族そろってゆったりとした気持ちで朝ごはんを食べることで、健全な心と体を育むことができます。

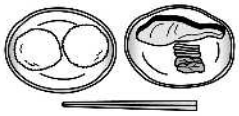


1月24日から1月30日は、全国学校給食週間です。

学校給食の歴史を振り返ってみましょう！

明治22年、山形県の小学校で始まったとされる学校給食。戦争によって中止されながらも、さまざまな歴史をたどり、現在まで続いています。「全国学校給食週間」は、戦後、アメリカの支援団体からの援助により、学校給食が再開されたことを記念して定められたもので、学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。当時の代表的な献立を一例に、学校給食の歴史をご紹介します。

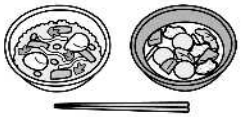
明治22年（1889年）



〔おにぎり、焼き魚、漬物〕

山形県の私立忠愛小学校で、お弁当を持ってこられない子どものために食事を提供したのが、日本の学校給食の始まりとされる。

大正12年（1923年）



〔五色ごはん、栄養みそ汁〕

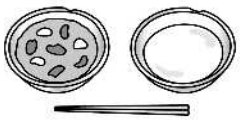
9月1日に関東大震災が発生。義援金により給食が実施され、学校給食の価値が広く認められるようになる。

昭和17年（1942年）

〔すいとんのみそ汁〕

昭和16年に太平洋戦争が始まると、食料が不足し、全国的に給食が中止され始める。昭和19年に6大都市の小学生に特別配給物資による学校給食が実施される。

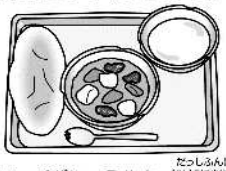
昭和22年（1947年）



〔ミルク（脱脂粉乳）、トマトシチュー〕

昭和20年に戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するため、この年から支援物資による学校給食が全国で開始される。

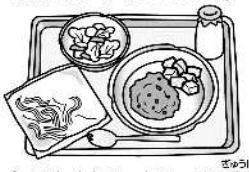
昭和25年（1950年）



〔コッペパン、ミルク（脱脂粉乳）、カレーシチュー〕

アメリカから寄贈された小麦粉で8大都市の小学生に「パン・ミルク・おかず」の完全給食が実施される。

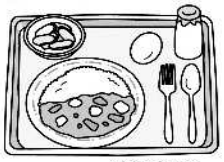
昭和40年（1965年）



〔ソフトめんミートソース、牛乳、フレンチサラダ〕

昭和38年に「ソフトめん」が登場。また、昭和39～43年ごろにかけて、脱脂粉乳から牛乳へと切り替わる。

昭和51年（1976年）



〔カレーライス、牛乳、塩もみ、ゆで卵〕

米飯（ご飯）が正式に導入される。当初は炊飯するための設備が整わず、おかずを作る釜でご飯を炊く施設が多かった。

そして、現在は…

子どもたちの食習慣の乱れ、偏った食事による肥満や生活習慣病の増加が心配されることから、学校給食は、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に、さまざまなことを学ぶ「生きた教材」としての役割を担っています。

1/24～1/30の献立

24日ジャージャー麺
現在では学校の給食室で蒸した麺を提供していますが、隣の表にあるように昭和時代ソフト麺と呼ばれる麺の給食でした。

25日たくあんご飯
練馬大根で作ったたくあんを、油で炒めてご飯に混ぜ込みます。

26日キムチチャーハン
キムチは韓国の家庭で昔から作られている漬け物です。人気のキムチチャーハンです。

29日ヌイユスープ
ヌイユはフランス語で麺と言う意味です。幅広で平たく、もちもちとした食感です。

30日麻婆丼
中国の家庭料理のひとつです。