

食育だより

平成29年1月号
光が丘第一中学校



「早寝早起き朝ごはん」
運動シンボルマーク

あけましておめでとうございます。新春とはいえ、寒さはこれから一段と厳しくなります。手洗いやうがいをしっかりして、風邪やインフルエンザ、ノロウイルスを予防しましょう。今年もおいしく安全な給食づくりに努めてまいります。どうぞよろしく願いいたします。

1月24日~30日は全国学校給食週間です！

学校給食のあゆみ

◆学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町(現在は鶴岡市)の小学校で、貧しく弁当を持ってこれない子供達のために食事を出したのが始まりとされています。それから全国へと広まり、昭和の初めごろには栄養失調や体の弱い子供達のために、栄養を考えた学校給食が出されるようになりました。ところが、昭和16年に太平洋戦争が起これ、日本中で食べ物が不足してきたため、学校給食も中止せざるをえなくなっていました。



明治22年

おにぎり・焼き魚・味噌汁
山形県鶴岡町の小学校で始まりとされる給食



昭和10期

すいとん・煮物
きな粉とサクラエビの入ったすいとん、煮物



◆戦後、栄養失調の子供達を救うために、アメリカの民間団体・ララ(アジア救援公認団体)からの援助物資で、昭和22年1月から学校給食が再開されることになりました。そこで昭和21年12月24日、東京・神奈川・千葉で試験的に学校給食を実施することを記念した、給食用物資の贈呈式が行われました。この日を「学校給食記念日」としましたが、冬休みに入ってしまうため、1か月後の1月24日~30日が「全国学校給食週間」となりました。



昭和22年

マカロニとサクサイのミルクスープ
ララ物資を使って、東京の小学校で出された給食



◆戦後の給食に登場した脱脂粉乳で作られたミルク。栄養豊富で、子供達の栄養改善に役立ちましたが、独特の風味で苦手な子が多かったようです。



昭和30年代

パン・ミルク・カレーシチュー
大人気だったクジラ肉の入ったカレーシチュー



昭和40年代

ソフトめん
ミートソース・フライポテト・ミルク・焼豆
「ソフトめん」は昭和のために開発されためん



◆学校給食は当初、子供達の空腹を満たし、栄養を改善するためのものでした。食べるものに困らなくなった現在では、子供達が自分自身で健康を考えた食事ができるように、食生活のお手本となる「教材」としての役割も担っています。



1月の行事と行事食

1月は「睦月」といいます。親戚や友人がお互いに行き交って「神睦まじくする」ことから名付けられました。新年の健康を願ってさまざまな行事が行われ、行事食がとても身近に感じられる月です。

<p>おせち料理</p> <p>祝いや、酢の物、焼き物、煮染めといった料理ごとに重箱に詰めます。それぞれの料理に1年を健康で、幸せに暮らすための願いが込められています。</p> 	<p>お雑煮</p> <p>おもちに具をあしらったお正月の祝いの膳の汁物です。地方や家庭により具や作り方が違います。(例)すまし汁 or みそ汁 丸もち or 切りもち、焼く or 煮る</p> 	<p>七草がゆ</p> <p>「春の七草」を刻んだおかゆを食べ、胃を休め1年の無病息災を祈ります。◎せり、なずな、ごきょう、はこべら ほとけのざ、すずな、すずしろ</p> 
<p>鏡開き</p> <p>お正月にお供えたもちを下げ、お汁粉や雑煮にします。また鏡もちを食べ、歯の健康と長生きを祈る「歯固め」という行事もあります。</p> 	<p>成人の日(第2月曜日)</p> <p>自立し、大人の社会へ仲間入りする新成人を祝い励ます日です。小学校では、「1/2成人式」も行われています。</p> 	<p>小正月(15日)</p> <p>豊作を願う行事や、正月飾りや書き初めを焼く「どんと焼き」が行われます。小豆めしや小豆がゆを食べる地方もあります。別名・女正月</p> 

今月のこんだてより

- 10日「七草汁」 春の七草のせり・すずな・すずしろを使います。
 - 11日「白玉雑煮」 鏡開きにちなんだ、白玉団子のお雑煮です。
 - 16日「小豆ごはん」 小正月より小豆入りのごはんを炊きます。「けの汁」 青森県の郷土料理。具沢山で栄養豊富な、作り置きのできる保存食。(正月に忙しかった主婦を休ませるため。)
 - 26日・27日 地場産物献立
☆26日は練馬区産の野菜、27日は東京都の特産食材を取り入れます。「たくあんのごま和え」 練馬大根のぬか漬けたくあん使用。
 - 30日「くじらの竜田揚げ」 給食が始まった頃によく使われていたくじら肉です。
- 今月のくだものは、りんご、みかん、ほんかんの予定です。

【給食費・学年費の徴収にご協力をお願いします。】

今月の振替は1月16日(月)です。再振替日は1月30日(月)です。
※今回が学納金の最終引き落とし月となります。期日までに納入いただけなかった場合は、現金にて徴収となりますのでご了承ください。