

# 給食だより



平成 27 年  
1 月号

練馬区立南町小学校

あけましておめでとうございます。年末・年始の休みが明け、校舎には子どもたちの元気な声が戻ってきました。新しい年を迎えて、子どもたちの心の中にも期する願いや目標があるのではないかと思います。食生活の面から今年も強力にサポートできたらと思っています。ただ新年のうきうきした気分も、どこかで一度けじめをつけて、早く日常のリズムに戻るよう心がけてください。

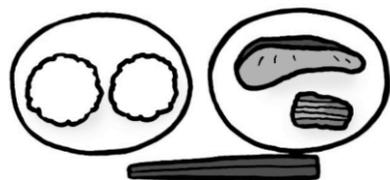
## 学校給食の歴史

全国学校給食週間  
1月24日～30日

日本の学校給食は明治 22(1889)年、山形県鶴岡市で始まりました。戦争による中断を経て、昭和 22(1947)年 1 月から都市部の小学校を中心に再開。昭和 29(1954)年には学校給食法が制定され、学校教育の一環として位置づけられています。そして今日まで日本の子どもたちの健やかな成長を支え続けています。

### 明治 22(1889) 年

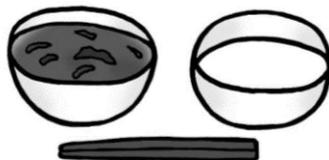
山形県鶴岡町(現・鶴岡市)私立忠愛小学校で日本初の学校給食が行われました。その後、全国各地で給食が実施されていましたが、太平洋戦争が始まると物資不足等から中断に追い込まれてしまいました。



おにぎり、塩さけ、菜の漬物

### 昭和 21(1946) 年 12 月 24 日

米の援助団体ララからの支援物資により、学校給食が再開。この日を「学校給食感謝の日」と決めました。その後、ユニセフなどからも脱脂粉乳などの寄贈を受けました。



ミルク(脱脂粉乳)、トマトシチュウ

### 昭和 25(1950) 年

ララやユニセフなどに感謝し、学校給食が戦後再出発した意義を考え、冬休みと重ならない 1 月 24 日から 30 日までの 1 週間を「全国学校給食週間」としました。

### 昭和 29(1954) 年

学校給食法が制定されました。学校給食を教育活動の 1 つに位置づけました。



コッペパン、ミルク(脱脂粉乳)、くじら肉の竜田揚げ、せんきゃべツ、ジャム

### 平成 17(2005) 年

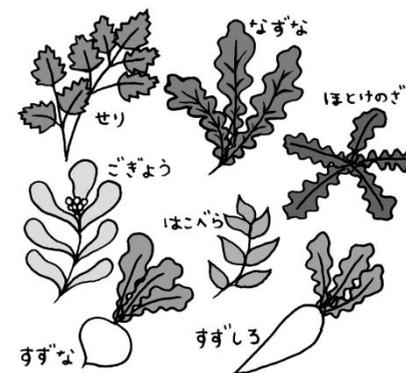
食育基本法が制定されました。食は知育・徳育・体育の基礎となり、生きる力を育むもので、食を社会全体の問題として扱うことをうたっています。学校給食も食育推進の中心的な役割を担っています。

みんなの今の給食と比べてみて、どう思うかな?



## 無病息災を願う「七草がゆ」

お正月にはさまざまな行事がありますが、食べ物に関係するものも多いようです。1月7日は「七草がゆ」を作ります。昔は6日の夜から七草を刻む音を響かせ、遠くから災いを運んでくると信じられていた唐土の鳥が来るのを防ぎ、7日の朝に家族みんなで「七草がゆ」を食べたそうです。七草を刻むとき「七草なずな、唐土の鳥が渡らぬ先にストトン、トントン…」という歌を口ずさんだそうですよ。



### 春の七草

せり なずな ごぎょう はこべら  
ほとけのざ すずな(かぶ) すずしろ(大根)

## 1月8日七草すまし汁作ってみませんか

### 材料 1人分

削り節・・・2g  
昆布・・・0.2g  
鶏肉・・・10g  
酒・・・1g  
人参・・・10g  
かぶ・・・15g  
かぶの葉・・・5g  
えのき茸・・・5g  
大根・・・15g  
大根の葉・・・10g  
ねぎ・・・10g  
小松菜・・・10g  
薄口醤油・・・3g  
塩・・・0.8g  
片栗粉・・・2g

日本のお正月の3ケ日は毎日おせち料理を食べます。また7日までが松の内といってお祝い事をする期間です。毎日ごちそうを食べて弱った胃腸に消化のよい七草がゆを7日の朝に食べるのが日本の風習です。今回は七草すまし汁を紹介します。作ってみてください。



### 作り方

- 1.削り節と昆布で出し汁を取る。
- 2.鶏肉に酒をまぶし臭みをとっておく。
- 3.だし汁に鶏肉を入れ煮立ったら、野菜を入れる。
- 4.かぶの葉・大根の葉をいれ、調味料で味を整える。
- 5.片栗粉でとろみをつけて仕上げる。

あけましておめでとうございます。和食はユネスコの無形文化遺産として登録されています。ご家庭でも日頃の食卓や年間の行事食を大切に、食の文化を継承していきたいですね。

