

# 1月給食だより

練馬区立旭町小学校  
校長 清水 誠  
栄養士 西野 亜矢子

楽しい冬休みを過ごせましたか？いよいよ学年最後の学期となりました。年末年始は生活習慣が乱れやすい時期です。規則正しい食生活を心がけるとともに、意識して体を動かすようにしましょう。また、手洗い、うがいをしっかり行い、引き続き感染症予防を徹底しましょう。

## 1月の献立より



### ● 24日(火)：九州地方の郷土料理

九州各地では鶏肉のことを「かしわ」と呼び、炊いたご飯に味付けした鶏肉や野菜を混ぜた「かしわめし」が広く食べられています。「油豆腐めん」は奄美大島の郷土料理で、茹でたそうめんを野菜、お肉と一緒に炒めて作ります。「かねんしゅい」はさつまいもで作ったお団子を入れた汁物です。

### ● 25日(水)：練馬区産人参を使った献立

この日は練馬区産の人参を無償で提供していただけるので、人参をたっぷり使った献立です。キャロット・レッシング・サラダは具材だけでなくドレッシングにも人参を使います。デザートにはすりおろした人参を入れたキャロットケーキを作ります。

### ● 27日(金)：昔の給食の献立

昭和25年ごろに食べられていた給食を再現した献立です。当時の給食で人気だったくじら肉を使います。くじらを竜田揚げにして、中濃ソース、ケチャップで作ったソースを絡めた「くじらのマリアナソース」を作ります。

## 12月の主な食材の産地

- 米…秋田県産ひとめぼれ、北海道産ゆめぴりか
- 牛乳(予定産地)…東京、群馬、山梨、岩手、青森、秋田、宮城、北海道
- 人参…千葉
- 玉ねぎ…北海道
- じゃがいも…北海道
- 生姜…長崎
- にんにく…青森
- キャベツ…愛知
- 長ネギ…千葉
- 大根…千葉
- しめじ…長野
- えのき…長野
- セロリ…静岡
- さつまいも…千葉
- 大麦…国産
- 秋田、宮城、北海道
- きゅうり…宮崎
- ブロッコリー…埼玉
- カリフラワー…茨城
- 小松菜…埼玉
- ごぼう…群馬
- セロリ…愛知
- かぶ…千葉
- 白菜…茨城
- ほうれん草…埼玉
- 里芋…埼玉
- 水菜…茨城
- みかん…和歌山
- いちご…茨城
- 紅マドンナ…愛媛
- 鶏肉…宮崎
- 豚肉…茨城
- かじき…西太平洋
- ちりめんじゃこ…瀬戸内・兵庫
- ししゃも…カナダ、アイスランド

# 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！



学校で食べる給食は、単なる昼ごはんではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。このように、現在ではさまざまな教育的効果が期待される学校給食ですが、もともとは、おなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。学校給食がたどった歩みを見てみましょう。

## 学校給食の始まり



日本の学校給食は、1889(明治22)年、山形県鶴岡町(現・鶴岡市)にある大督寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大督寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まっていきましたが、戦争による食料不足の影響で実施できなく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

戦争が終わり、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、1946(昭和21)年に、アメリカのLARA(アジア救援公認団体)から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。当初は給食用物資の贈呈式が行われた12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、1950(昭和25)年度からは冬季休業と重ならない1月24日～30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。



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。

## 学校給食は教育活動に

1954(昭和29)年に「学校給食法」が公布・施行され、学校給食は教育活動として実施されることになりました。それから、時代の移り変わりとともに、子どもたちの食生活を取り巻く環境は大きく変化し、学校給食の内容も変わっていきました。

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。