

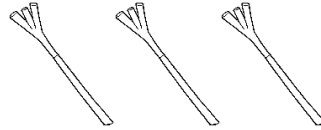
# 1月 給食だより

令和 7年 1月 8日  
練馬区立光が丘四季の香小学校  
校長 繁田 幸江  
栄養士 隼 瀬 里 香

あけましておめでとうございます。新しい年のスタートです。1年間を健康で元気に過ごすための目標をたててみましょう。年末年始で生活リズムが乱れてしまった人は早寝・早起きをしましょう。また、バランスの良い食事をして感染症を寄せつけない体作りをしてほしいと思います。給食では、今年も旬の食材や地場産物を積極的に取り入れ、魅力ある給食作りに努めていきますので、ご理解・ご協力をお願いいたします。

## 練馬区産長ねぎの一斉給食を実施します！

ねり丸キャベツ、練馬大根に続き、1月22日に練馬区産の長ねぎを使用した一斉給食を実施します。採れたて新鮮な地元の野菜を、よく味わって食べてほしいと思います。



## 1月24日～30日は、全国学校給食週間です！

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現：鶴岡市）の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA（アジア救済公認団体）」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日～30日までの1週間で「全国学校給食週間」とすることが定められました。

全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。



## 学校給食の移り変わりを見てみよう！

明治22年	戦後（昭和20～30年代）	現在
		
 <p>私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。</p>	 <p>支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。</p>	 <p>地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。</p>



★1月17日 東京都の食材を使った給食

今月の食育の日献立は、私たちが住んでいる東京都の食材を使った給食です。八丈島からむろあじのミンチを取り寄せて、「揚げぎょうざ」を作ります。また、江戸川区小松川が発祥の小松菜を使って「じゃこ菜めし」も作ります。東京都には海産物や野菜などいろいろな食材があります。給食では都内産の食材を積極的に使うようにしています。

★1月22日 練馬区産長ねぎ使用給食

焼きとり丼に使う長ねぎは、練馬区から配られる区内産のものを使います。長ねぎは加熱すると甘くなっていっそうおいしくなります。新鮮な地場野菜を味わいましょう。

全国学校給食週間

1月24日～30日

全国学校給食週間は昭和25年度から始まった取り組みで、学校給食への理解や関心を深めることを目的に毎年実施されます。この期間、昔の給食や郷土料理などを献立に取り入れます。

★1月24日 明治22年頃の給食

日本で学校給食が始まったころの給食をイメージした献立です。当時はおにぎり、つけもの、焼き魚の組み合わせで提供されていました。

★1月27日 昭和20～30年頃の給食

戦後はコッペパンとシチューの組み合わせの給食がほとんどでした。そして牛乳ではなく脱脂粉乳がついていました。

★1月28日 昭和40年頃の給食

食の洋風化が進み、カレーライスやスパゲティなどのメニューが出されるようになりました。ごはんの給食はこのころから少しずつ増えていきます。スパゲティという名前でも、「ソフト麺」という給食用に作られた麺が使われていました。

★1月29日 練馬区産たくあんを使った給食

練馬大根で作った練馬区産のたくあんを「キムタクごはん」にします。練馬大根は漬け物用の大根です。干してから「ぬか」で漬けたたくあんを取り寄せます。

★1月30日 和食の給食

平成・令和になると米を中心とした和食の給食を多く取り入れるようになってきます。給食週間の最後は、ごはんにあう「さばのみそ煮」を作ります。「ごまあえ」と「鶏ごぼう汁」で野菜もしっかり食べてバランスの良い食事になりますよ。

12月に使用した主な食材の産地

○たまねぎ	北海道	○にんじん	千葉県	○キャベツ	練馬区
○にんにく	青森県		北海道	○ピーマン	宮崎県
○にら	栃木県	○じゃがいも	北海道	○きゅうり	埼玉県
○もやし	栃木県	○しょうが	高知県	○小松菜	瑞穂町
○ごぼう	青森県	○えのきたけ	長野県	○長ねぎ	練馬区
○さつまいも	茨城県	○大根	[ 練馬区	○りんご	[ 山形県
○セロリ	静岡県		[ 千葉県		[ 青森県
○白菜	茨城県	○青梗菜	町田市	○みかん	和歌山県