

# 1月給食だより

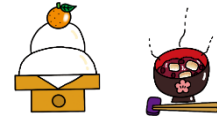
令和6年1月12日  
横浜市立元石川小学校  
校長 野間 義晴

あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしく願いいたします。年末年始は楽しく過ごせましたか。少し休みが続きました。早起き、朝ごはん、そして夜は早めに休んで生活リズムを早く通常モードに戻しましょう。これからも寒い日が続きます。食事前のせっけんでの手洗いをしっかり行い、栄養のバランスもよく考えて食べて元気に過ごしましょう。

## 1月の基準献立について

\* 日本の伝統的な食文化を伝えるために、正月料理を取り入れました。

《白玉ぞう煮、なます》



\* 給食週間にちなんだ献立を取り入れました。

- ・給食の歴史を伝える献立・・・ごはん、うめぼし、焼きのり（18日）
- ・横浜に関わりの深い献立・・・すき焼き風煮（15日）、サンマー麺（17日）
- ・給食にかかわる人に感謝の気持ちをもてる献立・・・とんカツ（30日 年1回の献立です。）  
（徹底した衛生管理のもと、とんカツは1枚ずつ手作業で衣をつけ油で揚げていきます。）

\* 冬に美味しい旬の食品を多く取り入れました。

《ぶり、たら、さば、ほうれんそう、こまつな、ねぎ、はくさい、しゅんぎく、だいこん、みずな、ぽんかん》

## 1月の食文化

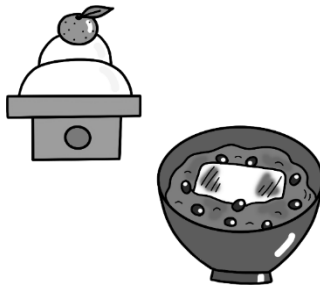
1月は「睦月」ともいいます。「みんなで仲睦まじくする月」ということからこう名付けられました。お正月が終わっても、1年の幸せを願ったさまざまな行事食が食べられます。

### 七草がゆ



せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのぞ、すずな(かぶ)、すずしろ(大根)の春の七草を刻んだおかゆを食べて、おせち料理で疲れた胃を休め、1年の健康を祈ります。

### 鏡開きのおしるこ



お正月のもちを下げ、切るのではなく、木づちなどで割ってお汁粉や雑煮にします。ただし、「割る」という言い方は避け、末広がりや縁起のよい言葉である「開く」を使います。

### 小正月の小豆がゆ



1月15日は昔の暦では、必ず満月になりました。その年の作物の出来を占う行事や、門松などを焼くどんど焼きなどが行われます。この日に小豆がゆを食べる地域もあります。

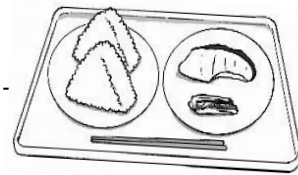
裏面あり

雪深い地域では七草はまだ芽吹かないので、代わりに保存食のいもがらなどを入れたり、酢みその雑炊を作ったりしました。今は、スーパーで「七草パック」が普通に売られていますね。

# 1月24日～1月30日は「全国給食週間」です

日本で学校給食が始まったのは、明治22年です。山形県の忠愛小学校で、家庭からお弁当を持参することができない子どもたちに、学校で昼食を提供したのが始まりといわれています。そのころ提供していたものは、「おにぎり、菜の漬物、さけの塩焼き」といったとても簡単な食事でした。

その後、戦争中は給食が中断され、戦後の昭和21年12月24日に給食が再開されました。現在では、12月24日は冬休み間近になる学校が多いため、1か月後の、**1月24日から30日までを「全国学校給食週間」として、給食の意義や役割について理解や関心を深める週間とされています。**



## 学校給食の移り変わり

### 昭和22(1947)年1月

戦後すぐの給食は、アメリカからの支援物資である脱脂粉乳と、脱脂粉乳と缶詰で作ったシチューなどが提供された。



- ・脱脂粉乳
- ・トマトシチュー

### 昭和27(1952)年

肉は手に入らないため、主に鯨肉がたんぱく源として提供された。



- ・脱脂粉乳 ・鯨の竜田揚げ
- ・コッパン ・サラダなど

### 昭和52(1977)年

米を使った学校給食が始まる。



- ・牛乳 ・カレーライス
- ・果物 ・サラダなど

完全給食と呼ばれる現在の給食の形になる



## ～学校給食週間 元石川小での取り組み～

- 給食の歴史について紹介する。
- セレクトデザートを行い栄養について考える。
- 日頃給食を作っている調理員さんや栄養士さんにメッセージを書く。
- 栄養クイズ大会を実施する。

## ～お知らせ～

### 第4回親子料理教室参加者募集 魚料理に挑戦 (さばの三枚おろし・いわしの手開き)

●給食メニュー さばのみそ煮 いわしのつみれ汁 (市内在学の小学3～6年生児童及びその保護者)

日時 2024年2月17日(土) 午前10時～午後2時まで

場所 横浜市中央卸売市場本場

参加費 親子一組 1500円

申し込み締め切り 1月26日(金) 往復はがき

\*詳しくはよこはま学校食育財団HP 親子料理教室をご覧ください。