



令和 6 年 1 月 号  
横浜市立瀬戸ヶ谷小学校  
栄 養 教 諭

1月24日は全国給食記念日です。学校給食は明治22年に始まり、戦争による一時中断をはさみ、昭和21年12月24日に再開しました。現在は、12月24日は冬休みに入ってしまうこともあるため、1か月後の1月24日が全国給食記念日と定められました。

瀬戸ヶ谷小学校では、今年度は1月22日～26日を給食週間とし、給食委員会による給食集会（体育館で劇）や全クラスで調理員さんへの寄せ書きの作成をしました。また、今年度の新しい取組みとして、「豆はこびチャレンジ」を開催しました。

## 1月の給食



○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。

### 「白玉どう煮」「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、梅干し、焼きのり」
- ・横浜に関わりの深い献立「すき焼き風煮、サンマ一麺」
- ・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」

とんカツ約440枚は、  
調理員さんの手作りです！

○冬に美味しい旬の食品を取り入れました。

（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）

**給食指導目標：感謝の気持ちをもって食事をしよう**  
**栄養指導目標：日本には伝統的なすぐれた食べ物や食べ方があることを知ろう**



★地場野菜：小久江農園よりだいこんを、JA 横浜より、こまつな・ほうれんそう・キャベツ・里芋を取り寄せて使用します。

## 給食ししぴ

1月正月の行事食を紹介します。

### 「なます」

正月料理。紅白の水引を表しています。給食は酸味が控え目です。

#### 材料（4人分）

だいこん	200g
にんじん	20g
ゆず（汁）	小さじ1/2
砂糖	小さじ2+1/4
酢	小さじ2
塩	小さじ1/4

#### 作り方

- ① 野菜を切る。だいこん・にんじん：せん切り
- ② ゆずは汁をしぼる。
- ③ だいこん、にんじんをサッとお湯に通して下ゆでする。
- ④ 調味料を煮立てて冷ます。
- ⑤ にんじん、だいこん、調味料、ゆず汁を混ぜ合わせる。

**恒例！先生たちにお雑煮写真を撮ってもらいました。**

**おせち料理**



今年も先生たちのお雑煮写真を給食室前に掲示しました。(カラーで印刷できないのが残念です。ホームページにはカラー版を掲載しますので、是非ご覧ください！)

今年は北海道から九州まで、39品のお雑煮が集まりました。あずきを使ったお雑煮や、もちにきなこをつけて食べるお雑煮など、めずらしいものもあります。

**給食週間の取り組み**

◎給食集会 劇「給食番長」

1月24日(水)朝、給食委員会が体育館で劇を発表しました。給食委員の渾身の演技を、全校児童が真剣に鑑賞していました。

劇終了後には、劇の内容からクイズが出題され、全員で○×に手を挙げ、盛り上がりました。

この劇には、「調理員さんは、みんなの体のための栄養が考えられた給食を、毎日一生懸命作っているから、私たちはできるだけ残さずに給食を食べよう。」というメッセージがこめられていました。



◎豆はこびチャレンジ

1月22～31日に、はしで大豆を皿から皿に移す豆はこびチャレンジを各学年順番に行いました。30秒で大豆を何粒移動できるかに挑戦します。

1・2年生は授業時間にはしの正しい持ち方と使い方を栄養教諭といっしょに学習しました。

