

1月給食だより

平成23年12月22日
 足立区立立立入谷小学校
 校長 田中 雅宏
 栄養士 岩淵 裕子

全国学校給食週間が始まります！

1月24日～30日は全国学校給食週間です。
 学校給食が始まって、今年で123年。学校給食の始まりは、明治22年(1889年)、山形県にある小学校で、家が貧しくてお弁当を持ってこれない子どもたちのために、おにぎりと塩ザケ、漬物などを出したのが始まりです。その後、戦争による食料不足で中断された学校給食ですが、子どもたちの栄養不足が心配され、外国からの援助物資で再開することができました。



現在では、食糧不足だった戦後から大きく変わり、たくさんの食品から何が自分に必要かを選び、考えて食べることが求められています。そのような背景から、学校給食も“学校で食べるお昼ごはん”としてだけでなく、“いきた教材”としてみなさんの食生活のお手本となるように考えられて献立が決められています

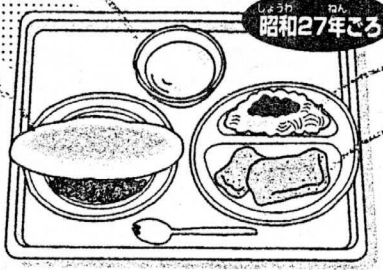
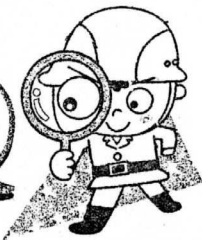
現在では、食糧不足だった戦後から大きく変わり、たくさんの食品から何が自分に必要かを選び、考えて食べることが求められています。そのような背景から、学校給食も“学校で食べるお昼ごはん”としてだけでなく、“いきた教材”としてみなさんの食生活のお手本となるように考えられて献立が決められています



給食用物資の贈呈式が行われたのが昭和21年12月24日。この日は「学校給食感謝の日」とされました。昭和25年、冬休みと重ならないよう1ヵ月後の1月24日からの1週間を「学校給食週間」とすることが決まりました。



昔の学校給食を兜てみよう



ミルク
 脱脂粉乳(牛乳から脂肪分を取り除いて粉にしたもの。今でいうスキムミルク)に砂糖などを加え、お湯で溶いたもの。

コッペパン
 1個が約100グラムで、今より1.5倍くらい大きかった。食べやすいようにジャムやマーガリンがこくことも。

せんキャベツ
クジラ肉の電田揚げ
 当時は値段が安かったクジラ肉がよく使われた。

1月23日(月)から27日(金)まで、「もりもりウィーク」を行います。

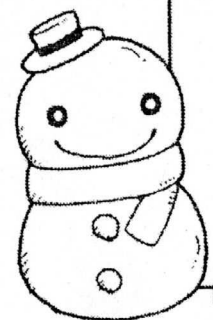
伝統的な行事食・おせち料理

おせち料理とは「御節供」が略されたもので、現在は、正月の節料理ことを言います。もともとは正月や3月3日の桃の節句、5月5日の端午の節句などの節目の日に神に供える料理のことを指しました。



おせち料理に込められた意味

<p>黒豆</p> <p>1年の邪気をはらい、まめ(勤労で健康に)に喜らせますように。</p>	<p>数の子</p> <p>(ニシンの卵の数が多いことから)子室に恵まれますように。</p>	<p>ごまめ</p> <p>田づくりともいわれるイワシの稚魚を干したものの。豊作を願っています。</p>
<p>きんとん</p> <p>「金団」と書き、もとは金色の団子を指します。商売繁盛と金運を呼ぶように。</p>	<p>えび</p> <p>えびのように腰が曲がるまで丈夫に長生きができますように。</p>	<p>一般におせち料理には口取り、焼き物、煮物・煮しめ、酢の物が詰められます。それぞれにどんな意味や思いが込められているかを調べてみましょう。</p>



冬休みの食生活について

- 1日3食、栄養バランスのよい食事を心がけましょう
 (特に野菜は、かぜを予防するビタミン類が豊富なものが多いので不足しないようにしましょう)
- 暴飲暴食に注意しましょう
 (クリスマスや正月などイベントが多い時期なので、食べすぎないようにしましょう)
- 食事前の手洗いを徹底しましょう
 (かぜやインフルエンザの有効な予防手段になります)