

# 給食だより

令和5年度 1月号

氷見市学校給食センター

◇毎月19日は、「食育の日」です。食事作りに係わる人に感謝の気持ちを伝えましょう。

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お願いたします。  
 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。

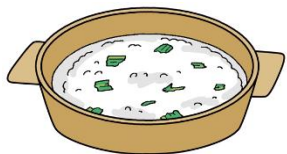


## 1月の食文化



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、ほとけのざ、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。

### 大切な食事のあいさつ

日本には食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するためにかかった人たちへの感謝の気持ちが込められています。

### 鏡開きのおしるこ



お正月のもちを下げ、切るのではなく、杵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、杵広がり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。

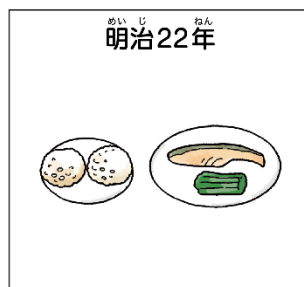
## いただきます・ごちそうさま



# 1月24日～30日は全国学校給食週間です

→→→学校給食の献立の移りかわり→→→

長い歴史のなかで、時代の移りかわりとともに、学校給食も変化しています。ぜひ今の給食と比べてみましょう。



明治22年  
おにぎり・塩さけ・菜の漬物



昭和22年  
ミルク(脱脂粉乳)・トマトシチュー



昭和25年  
コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・ポタージュスープ・コロケ・せんきゃべつ・マーガリン



昭和40年  
ソフトめんのカレーあんかけ・牛乳・甘酢あえ・果物(黄桃)・チーズ



昭和52年  
カレーライス・牛乳・塩もみ・果物(バナナ)・スープ

Q1. 日本で最初に、給食が始まった都道府県はどこ?

A1. 日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡市の忠愛小学校で、お弁当を持ってくることのできない児童を対象に、昼食(おにぎり・焼き魚・漬物)を出したのが始まりです。

Q2. 「全国学校給食週間」は、何をきっかけとして定められたの?

A1. 戦争中、食糧難のため中止されていた給食が、再開したことを記念して定められました。終戦後の昭和21年1月24日、食べ物の不足を補うためにアメリカから送られてきた小麦粉や脱脂粉乳、缶詰などで再開され、この日が「学校給食感謝の日」となりました。現在、12月24日は冬休みに入るため、1ヵ月後の1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」としています。

今年、氷見市では「YOUはどこから来たの?～氷見市のA.L.Tの出身地について知ろう～」をテーマとした献立を予定しています。ご家庭でも、給食週間の献立について食卓の話題にしてみたいかがででしょうか。

