

1月 食育だより

令和7年度
調布市立富士見台小学校
1月号

あけましておめでとうございます

冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往ねる二月逃げる三月去る」といわれてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。風邪やインフルエンザも流行していますので、体調管理にはより一層気をつけて、新年を大切に過ごしてほしいと思います。

今年はうま年！



うまのように野菜をたっぷり食べよう！



箸をうまく使いこなしてきれいに食べよう！



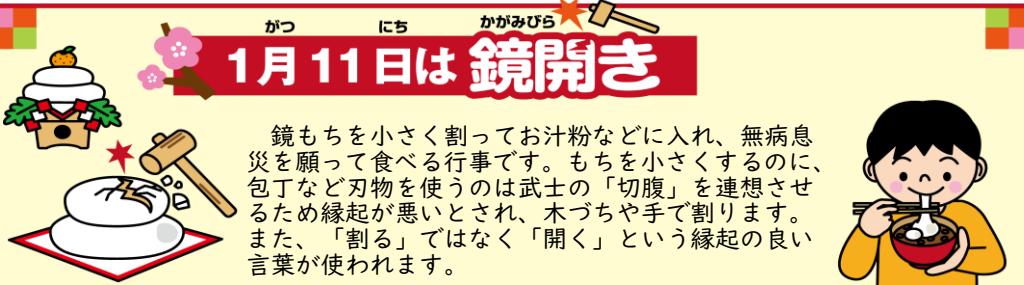
よく味わってうま味を感じよう！

お年玉はもちだった！？

お正月は、普段より日本文化を感じる機会が多かったのではないかでしょうか。さて、子どもたちにとって、お正月の楽しみといえばお年玉。新年を祝って、大人から子どもへお小遣いを渡す風習です。もともとは、お正月の「歳神様（年神様）」にお供えした「もち」を、歳神様からの贈り物として分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。

1月11日は鏡開き

鏡もちを小さく割ってお汁粉などに入れ、無病息災を願って食べる行事です。もちを小さくするのに、包丁など刃物を使うのは武士の「切腹」を連想させるため縁起が悪いとされ、木づちや手で割ります。また、「割る」ではなく「開く」という縁起の良い言葉が使われます。



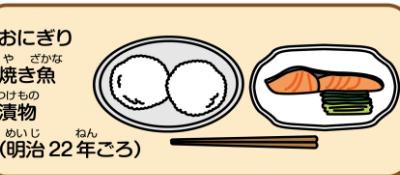
1/24～1/30は
「全国学校給食週間」です

にほん がつ こう きゅう しょく

日本の学校給食のあゆみ

学校給食の始まり

明治22（1889）年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。この学校は大督寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが家々を回ってお経を唱え、いただいたお金や食べ物を使って食事を用意していました。大正12（1923）年には、子どもたちの栄養状態を改善するための方法として、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広がりましたが、戦争による食料不足で中止せざるを得なくなってしまいました。



おにぎり
やさかな
焼き魚
つけもの
漬物
めいじ
(明治 22年ごろ)

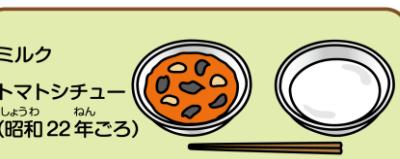


ごしき
五色ごはん
えいよう
栄養みそ汁
たいしょく
(大正 12年ごろ)



支援物資による学校給食の再開

戦後、子どもたちの栄養状態の悪化を心配する声が高まり、昭和21（1946）年12月24日にLARA（アジア救援公認団体）から給食用物資の寄贈を受けて、翌1月に学校給食が再開されました。当初は12月24日を「学校給食感謝の日」としていましたが、その後、冬休みと重ならない1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」とすることになりました。



ミルク

トマトシチュー
(昭和 22年ごろ)



コッペパン・ミルク

たつた あ
クジラの竜田揚げ
せん切りキャベツ
(昭和 25~30年ごろ)



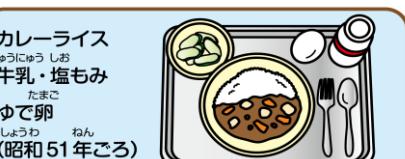
バラエティー豊かな献立内容に

昭和29（1954）年に「学校給食法」が成立したこと、実施体制が法的に整い、学校給食は教育活動として位置付けられるようになりました。主食はパンが中心でしたが、昭和51年に米飯（ご飯）が正式に導入されると、カレーライスや炊き込みご飯などが登場し、献立内容が充実していきました。



ミートスパゲッティ
ぎゅうじゅう
牛乳

フレンチサラダ
(昭和 40~50年ごろ)



カレーライス
ぎゅうじゅう しお
牛乳・塩もみ

たまご
ゆで卵
(昭和 51年ごろ)



このように、学校給食の内容は時代とともに変化していますが、いつの時代も変わらずに、「子どもたちが食べることなく、おいしく食べて、健やかに成長できるように」といった願いが込められています。現代では、大人になっても自分自身で考えて健康な食生活を続けることができるように、学校給食は「教材」としての役割も担っています。