

# 1月食育だより

令和7年度 1月号  
調布市立富士見台小学校

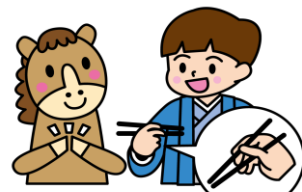
## あけましておめでとうございます

冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往ぬ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（とし）はうま年！



うまのように野菜を  
たっぷり食べよう！



箸（はし）をうま（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（うま）み  
を感じよう！

## お年玉（としだま）はもち（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のでしょうか。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いました。

おにぎり

や ざかな  
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  
たいしやう  
(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  
しょうわ  
(昭和22年ごろ)



コッパン・ミルク

クジラの竜田揚げ  
せん切りキャベツ  
しょうわ  
(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」が成立したことで、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  
ぎやうにゅう  
牛乳

フレンチサラダ  
しょうわ  
(昭和40～50年ごろ)



カレーライス  
ぎやうにゅう しお  
牛乳・塩のみ

ゆで卵  
しょうわ  
(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、「子どもたちが飢えることなく、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る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。