



令和4年1月21日

1月号

杉並区立神明中学校

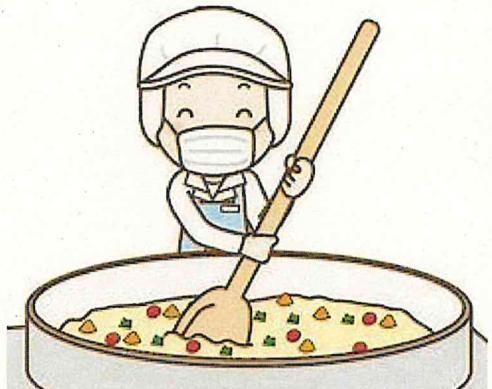
校長 山内 清一

栄養士 山本 貴子

昨年末、給食最終日の放課後は、クリスマスの片づけをしながら、「かがみわり」についての掲示物を貼ったり、給食白衣や配膳台カバーをクリーニングするため、先生方や給食委員さんと協力し合って回収や集計を行ったりと、忙しくしておりました。仕事のさなか、すがすがしい顔をした生徒さんが帰り際に「給食美味しかった！」「鶏肉のハーブ焼きの作り方を教えてください！」と元気に声をかけてきて、うれしいと思うと同時に安心しました。なぜなら、当日の「ポタージュ」が「ホワイトシチュー」になってしまったので、生徒ががっかりしているのではないか、と心配していたからです。「ポタージュ」は昨年度のリクエスト給食でも大変人気のメニューです。提供前日15時頃、ポタージュの野菜を個体から液体にするため使用する、ミキサーが回らず、チーフやサブチーフと一緒に、回転軸に熱湯やトンカチを駆使して、販売業者さんに電話をかけながら、小1時間格闘していました。努力も空しく、なおらないと判明した夕方、近隣の学校から借りてこようかとも考えましたが、私の自転車の後ろかごに乗るサイズではないことや必ずしも普段使用しているものと同じミキサーの種類ではないことから断念し、やむなくポタージュをあきらめ「ホワイトシチュー」への献立変更に至りました。

当日、チーフが作ってくださった「ホワイトシチュー」は美味しい、生徒の皆さんもよく食べてくれて、ホッと胸をなでおろしました。給食最終日の「美味しかった！」という言葉は、1年を締めくくる「労いの一言」であったことは間違ひありません。年明けにミキサーは直りましたので「ポタージュ」はまた別の機会に出そうと思っています。

コロナ感染者が再び増えていますが、今年もより良く、安全で美味しい給食を出せるよう、調理員一同、努めてまいります。今年もよろしくお願ひいたします。



#### <鶏肉のハーブ焼きのレシピ>

(材料) 4人分

鶏モモ肉 1枚

塩 1.5g(小さじ 1/4)、酒 8g(大匙 1/2)、こしょう少々、オリーブオイル 16g(大匙 1 と 1/2)、レモン汁 1.5g(少々)にんにくすりおろし 1.0g(少々)、オレガノ 0.2g(少々)、白ワイン 2g(小さじ 1/2)、醤油 2.5g(小さじ 1/2)  
バジル少々、パセリ少々、パン粉 30g(大匙 10)

注)オレガノはかけすぎないこと

(作り方)

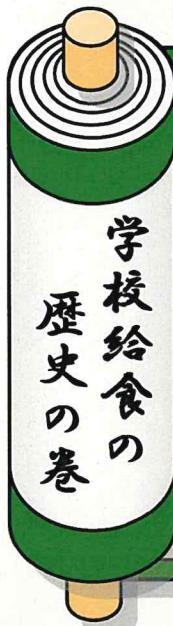
- 1、鶏もも肉に塩～醤油までをつけておく。なじませる。
- 2、1にバジル～パン粉まで混ぜたものを、まんべんなくまぶす。
- 3、オープンで180度、30分くらい。様子を見ながら焼く。



<学校給食週間は1月24日から>

学校給食はさかのぼること約130年前、明治時代にはじまりました。第二次世界大戦中は食糧難だったため、給食は中止になりました。再び始まったのは昭和21年12月24日です。再開を記念して「学校給食週間」が定められましたが、12月24日が冬休みのため、一ヶ月遅らせた1月に「学校給食週間」の記念の行事をするようになりました。今年はスキー教室が重なっているため、食べられない生徒さんもいるかと思いますが、くじらの甘辛和え等、この時期にしか食べられないメニューは前半に登場します。楽しみにしてください。

## 1月24日～1月30日は「全国学校給食週間」です



学校給食の歴史は、明治22年、山形県鶴岡市の忠愛（ちゅうあい）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・漬け物）を出したのが始まりです。その後、給食は全国に広まりましたが、第二次世界大戦が激しくなると給食は中止になり、食べるものが不足したため、たくさんの子どもたちが苦しました。戦後も食糧難は続き、子どもの栄養不足が心配されました。「ララ（アジア救済団体）」から脱脂粉乳が寄贈されると、昭和21（1946）年12月24日から東京、神奈川、千葉で学校給食が再び始まり、この日が給食記念日となりました。ただし12月24日が冬休みに入るため、1ヶ月後の1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」としたのです。子供たちの食生活を取り巻く環境が大きく変化し、偏った栄養摂取、肥満など懸念される問題も見られる今日、「学校給食」は子供たちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけ、生涯にわたって健康的で心豊かな食生活を送るために、とても重要な役割を果たしています。



鶴岡市のお寺「大督寺」

忠愛小学校は、大督寺の境内にありました。このお寺のお坊さんが、一軒一軒お経を唱えながら民家を回り、お米やお金をいただき、弁当を持ってこられない子どもたちに昼食を作りました。現在の住職の話によると、その当時の昼食の魚は、川魚が主流だったそうです。



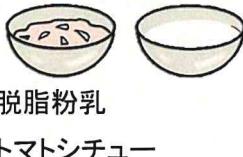
大督寺敷地内に「学校給食発祥の地」の記念碑

昭和34年  
(1959年)  
に、学校給食  
70周年記念  
式典開催され、  
記念碑が建立  
されました。

## 学校給食の移り変わり

昭和22(1947)年1月

戦後すぐの給食は、アメリカからの支援物資である脱脂粉乳と、脱脂粉乳と缶詰で作ったシチューなどが提供された。



- ・脱脂粉乳
- ・トマトシチュー

昭和27(1952)年

肉は手に入らないため、主に鯨肉がたんぱく源として提供された。



- ・脱脂粉乳
- ・鯨の竜田揚げ
- ・コッペパン
- ・サラダなど

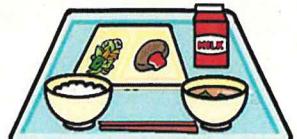
昭和52(1977)年

米を使った学校給食が始まる。



- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・果物
- ・サラダなど

完全給食と  
呼ばれる  
現在の給食の  
形になる



## <学ぶための給食献立づくり>

学校の勉強は短時間で覚えなければならないことも多く、理解しづらい事柄や暗記ものに辟易しているかと思います。そのような中、心を揺さぶるような事柄や経験が勉強の理解を助けてくれるのは言うまでもありませんし、給食も、そのオプションとして「教科学習」の手助けになれば良いと考えています。今のところ、給食では、「食育通信」という掲示物を作成し、職員室や金工室前に貼っています。「食育だより」も同様です。「食べ方、選び方、栄養」に言及することはもちろんですが、給食全般を通して、「社会的、歴史的背景を知る」きっかけづくりになれば幸いです。



職員室前



金工室前

## <1月25日は長崎県の郷土料理>

### (長崎の県の港を移動したポルトガル船)

室町時代後半、1549年フランシスコ・ザビエルにより、日本にキリスト教が伝わりました。その後、ポルトガル船が平戸に寄港したのをきっかけに、ザビエルは平戸を拠点として布教活動を行いました。ザビエルが日本から去った後、貿易船に便乗してイエズス会の宣教師が来日しましたが、平戸藩主の松浦隆信はキリスト教の信仰は海外との交易のために有利であると考えそれを許していました。しかし、隆信は熱心な曹洞宗信者だったため、キリスト教の拡大は地域に軋轢を生みました。そして、ポルトガル船への焼き討ち、商取引の揉め事による殺人事件などが起り、ポルトガル船は、横瀬港や福田港を経て、やがて1591年に、大村純忠が新しく開港した長崎港へ去っていきました。

大村純忠は日本初のキリスト教徒大名です。純忠のキリスト教への信仰は過激なもので、領内の寺社を破壊し、先祖の墓所も打ち壊したといいます。

### (浦上そぼろ)

「浦上そぼろ」は長崎市浦上地区を中心に伝わる郷土料理です。浦上でも布教活動が行なわれ、カトリック信者が多い街になりました。滞在するポルトガル人宣教師が、健康に良いと日本人に豚肉を食べることを勧めたことが、豚肉を使う「浦上そぼろ」が生まれたきっかけとなったといいます。

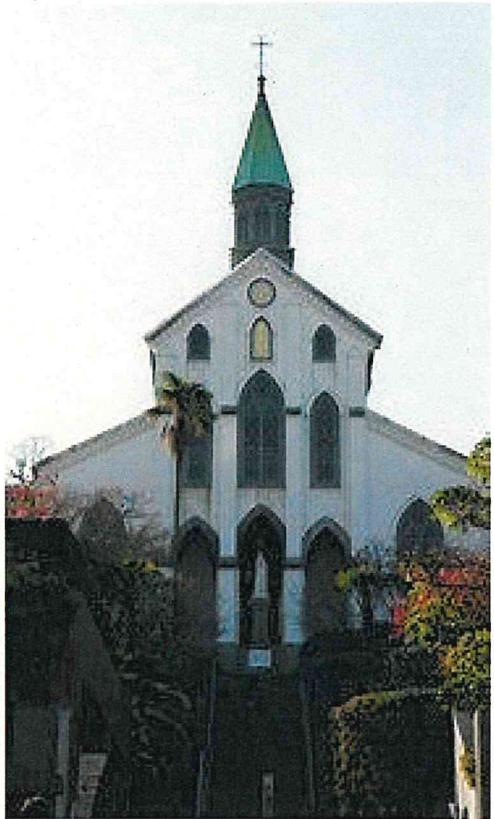
### (カステラ)

キリスト教の布教と同時に南蛮貿易が行われており、カステラはその頃、長崎を訪れたヨーロッパ人によ



※フランシスコ・ザビエル

スペインのナバラ王国生まれのカトリック教会の司祭、宣教師です。鹿児島に上陸後、1550年にポルトガル船が来航したことを受け、長崎の平戸へ向かい、布教活動を行いました。



※大浦天主堂

別名、“日本二十六聖殉教者聖堂”。日本に現存する中では最も古いキリスト教の建築物です。1597年、豊臣秀吉の命令によって、主に京都に住んでいた26人のキリストian（日本人やスペイン人）を、見せしめのため、キリスト教徒の多い町であった長崎の西坂の丘で磔、処刑しました。後に、彼らはカトリック教会に聖人に認められ、“日本二十六聖人”と呼ばれるようになりました。

するために中国の人たちは長崎市内の「唐人屋敷」に住む場所が決められていました。鎖国が解かれると、唐人屋敷に住んでいた中国の人たちはそこを出て、市内の新地や大浦などに移り住みました。商売をするようになり、そのため庶民も利用できる中華料理の店が次々とできていきました。そして、明治時代をむかえたころ、長崎市内に店を構えていた中国福建省出身の料理人が、長崎市内の貧しい同郷の中国人留学生に、安くて栄養のあるものを食べさせてやりたいと、「湯肉湯肉絲麵（トンニーシーメン）」をヒントに、余った野菜を中心に、魚介類や肉の切れはしななどを炒め、スープで煮込んだ中華麺と合わせた料理を作りました。これが「ちゃんぽん」のはじまりだと言われています。安くて量もあり、異国の味を楽しめるちゃんぽんは、日本人にも好まれて広まり、今では余るものではない具材が使われるようになりました。

※唐人屋敷

って伝えられたお菓子です。当初は、小麦粉、卵、砂糖だけで作られたパンのようなもので、その後、日本の菓子職人の手でいくつもの改良がくわえられ、今のようなしっかりとした食感のカステラができるようになりました。長崎にカステラの製法を伝えたのは、ポルトガル人やスペイン人と考えられています。ポルトガルには、同じような製法の焼き菓子「パン・デ・ロー」があり、スペインには同じ材料でつくる乾パン状の船乗りのための保存食「ビスコッチョ」があります。カステラという名前の由来も、その頃のスペインに「カスティーリヤ王国」という国があり、ポルトガル語では「カスティーリャ」を「カステーラ」と発音するからといわれています。貿易で訪れたポルトガル人に、日本人が「ビスコッチョ」の名前をたずねたところ、「カスティーリヤのお菓子」という意味で「カステーラ」と答えたのではないかと考えられています。その後、このお菓子は「カステラ」と名づけられ、長崎の名物となっていきました。  
(スペイン船サン・フェリペ号事件をきっかけに…)

秀吉は当初、ポルトガルとの交易を重視していたのでキリスト教に対しても寛大でしたが、主君であった織田信長が一向一揆に悩まされた経緯などを踏まえ、やがて信徒たちの固い結束がいつか国を揺るがす大きな脅威になるとを考え、安土桃山時代の1587年に「伴天連追放令(バテレン追放令)」を出しました。さらに、「スペイン船サン・フェリペ号事件」では、土佐国に漂着したサン・フェリペ号の航海士が、「スペインはまずキリスト教の宣教師を派遣して信者を増やし、やがてその国を支配する」と述べたそうです。そのため、日本が他国に侵略されることを危惧した時の権力者は、キリスト教徒を恐れ、弾圧するようになりました。

その後、江戸時代には鎖国が始まり、江戸幕府はポルトガルではなく、キリスト教布教に熱心ではないオランダとの貿易を選びました。(ちゃんぽん)

「ちゃんぽん」は明治時代、長崎の中華料理店で生まれました。先に述べたように、鎖国中、日本はオランダと中国のみ貿易を行っており、窓口は長崎出島のみに限定されていました。さらに、貿易を管理

