



1月給食だより

令和7年1月号
杉並区立高井戸第四小学校
校長 本橋 忠旗
栄養士 佐藤 由佳



あけましておめでとうございます。今年も、子供たちに安全でおいしい給食を届けられるよう、給食室一同、努力してまいります。どうぞよろしく願いいたします。

休み明けは、生活リズムがくずれがちです。朝・昼・夕の3食をしっかりと、早寝・早起きなど生活リズムを整え、元気に登校しましょう。

ぜん こく がっ こう きゅうしょくしゅうかん



日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現：鶴岡市）の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA（アジア救済公認団体）」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日~30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。



全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。

学校給食の移り変わりを見てみよう!



明治22年

私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。

戦後(昭和20~30年代)

支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。

現在

地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。

★1月の献立から★

★七草汁(9日)

春の七草は、「せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すすな・すすしろ」です。お正月の7日には、この七草をおかゆと煮込んで食べ、正月のごちそうで疲れた胃腸をいたわり、新しい年の無病息災を祈ります。給食では、七草の中からかぶ、大根、せりを使って七草汁を作ります。



★小豆白玉(10日)

11日(土)は、鏡開きの日です。お供えしていた鏡もちをさげて、もちを雑煮やおしるこにして無病息災を祈ります。

★全国学校週間(1月24日～30日)

24日(金)：完全給食が実施され始めた昭和25年頃、給食の主食のほとんどがパン(食パンかコッペパン)でした。今ではさまざまな調理パンを提供しています。今回の揚げパンは、給食で初めて登場するシナモン味です！

27日(月)：昭和40年頃にはソフトめんにもートソースやあんかけなどをかけて食べていました。ソフトめんは、うどんとスパゲッティの間のような麺で茹でても伸びにくいのが特徴です。

28日(火)：日本で初めての給食は「おにぎり・塩鮭・漬物」だったそうです。今回は、鮭のチャンチャン焼きで提供します。チャンチャン焼きは北海道の郷土料理です。「チャン」は場所によっては、「お父さん」の意味があります。お父さんが豪快に作るため、作る際に鉄板にヘラが当たる音から名前がついたと言われています。

29日(水)：昭和51年頃から米飯給食が開始され、カレーシチューからカレーライスに変化しました。それまでの主食はパンでした。

30日(木)：くじらは戦後に登場し、昭和30年代～40年代の給食にはよく登場した食材です。揚げたくじらに甘辛だれをからめて提供します。

◆◇1月の行事食◆◇

1年の始まりをお祝いする正月をはじめ、1月にはさまざまな行事食があります。健康で長生きできるように願いを込めたり、1年間病気をせずに無事に過ごせるよう縁起をかついだりと、どれも意味があるものです。

