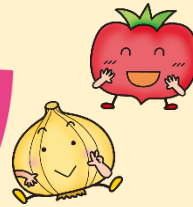




しょくいく

食育だより



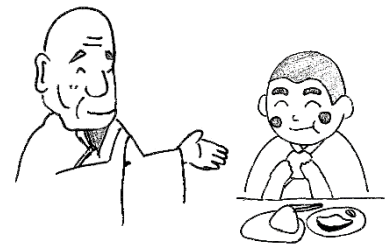
小高区4小学校
No.9
2020. 1. 21

新しい年を迎えました。1月は学校給食週間があります。毎日当たり前のように食べている給食。でも給食が無い（毎日お弁当）という学校もあります。給食があるのは当たり前…、嫌いなものは残してしまう…という人も、この機会にいつも食べている給食に目をむけて、給食の役割や大切さについて考えてみましょう。

学校給食週間とは？

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割について多くの方に知ってもらい、学校給食の充実と発展を図ることを目的として定められました。

日本の学校給食は、1889年（明治22年）に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちのために、お寺のお坊さんがおにぎりと焼き魚、漬物を無償で提供してくれたことが始まりとされています。



その後、貧困児童の救済、栄養改善に効果が認められ、全国に広がりましたが、第二次世界大戦により一時中断されました。戦後日本中が食糧不足で、多くの子どもたちが栄養失調になりました。そこで、海外から緊急に脱脂粉乳、小麦粉、缶詰などが寄贈され、戦後の1946年（昭和22年）12月24日、学校給食が再開され、全国に広がっていきました。この12月24日は学校給食感謝の日とされましたが、多くの学校が冬休み期間であるため、その1ヶ月後の1月24日を「学校給食記念日」とし、1月24日～30日までの1週間が「全国学校給食週間」になりました。



当初の学校給食は、脱脂粉乳を湯で溶いたミルクに、おかずはみそ汁や野菜の煮物など一品だけでした。今では学校給食も内容が充実し、バイキング給食や行事食、郷土料理を取り入れるなどと変化してきました。現在の学校給食は、栄養バランスのとれた豊かな献立で、子どもたちの健康や成長を支えています。また、地域の地場産物や食文化も学ぶことができます。



給食週間のメニュー紹介

今年度は「**地元の食材を楽しもう**」をテーマに、県産の食材や料理を取り入れた献立です。

24日（金）	カジキカツ ・・・いわき海星高校の生徒のみなさんが実習で捕ったカジキ。 フキぶよ ・・・鹿島区産のミニトマト。甘みがつよく、トマト嫌いも食べられるかも…。 グリーンカールレタス ・・・南相馬市産。やわらかい葉で食べやすい。
27日（月）	ずいきのみそ汁 ・・・ずいきとは、芋がらと呼ばれる里芋の葉柄のこと。
28日（火）	ほっきご飯 ・・・南相馬市で昔から食べられてきた料理。 シャモハンバーグ ・・・川俣町産とり肉を使ったハンバーグ。ふんわりやわらか食感。
29日（水）	ずんだだんご ・・・東北地方の郷土料理。ずんでは枝豆をすりつぶして作られたもの。
30日（木）	セルフゆかりおにぎり（のまたんのり） ・・・日本で初めての給食（おにぎり）にちなんで、自分でおにぎりを作る。

給食の歴史

ぜひ、ご家庭で話題にしてみてもはいかがでしょうか？

(給食の内容は地域や時代によって異なることがあります。参考にいただければと思います。)

写真：「独立行政法人日本スポーツ振興センター」

脱脂粉乳が
登場



明治22年(1889)
〈日本で最初の給食〉
おにぎり、塩鮭、菜の漬物



昭和17年(1942)頃
〈戦争中の給食〉
すいとんのみそ汁



昭和22年(1947)頃
〈再開後の給食〉
ミルク(脱脂粉乳)
トマトシチュー

この頃
牛乳が登場



昭和38年(1963)頃
コッペパン、牛乳、魚のすり
身フライ、マカロニサラダ
マーガリン

この頃
給食でメンが登場



昭和44年(1969)頃
ミートスパゲッティ、牛乳、
フレンチサラダ、プリン

昭和50年代
主食がご飯の給食
スタート



昭和52年(1977)頃
カレーライス、牛乳、
塩もみ、くだもの(バナナ)
スープ



昭和62年(1987)頃
麦ごはん、牛乳
巻き蒸し、せんキャベツ
高野豆腐のあえもの、みそ汁



平成元年(1989)頃
バイキング給食



平成7年(1995)頃
あんかけやきそば、牛乳
大学いも、にらたまスープ
シャキシャキ和えもの
くだもの(キウイフルーツ)

マメ知識



脱脂粉乳って？

脱脂粉乳は、別名「スキムミルク」と言い、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。料理の材料として使われることも多いです。以前の給食では、脱脂粉乳をお湯で溶いたものをミルクとして出していました。