

# 食育だより



令和8年  
1月号

(毎月19日は食育の日)

五和学校給食センター 文責: 松原

## あけましておめでとうございます

ふゆやす お 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、1日1日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!

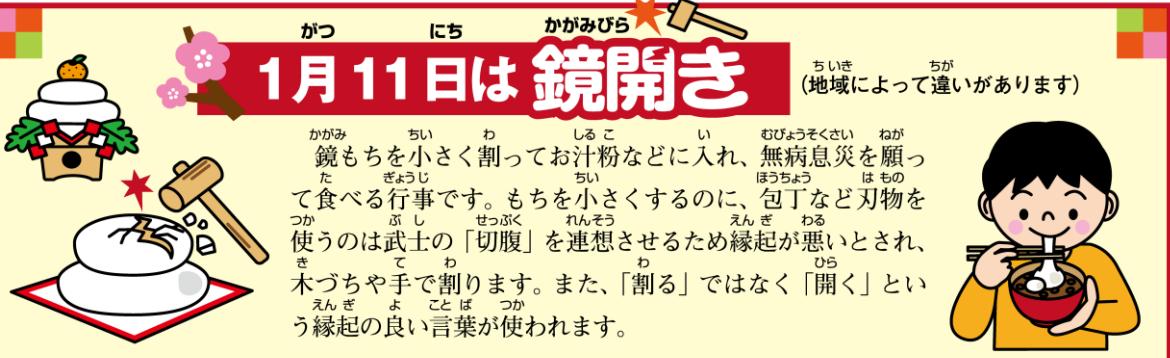
よく味わってうまいを感じよう!

## 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



かがみ 鏡もちを小さく割ってお汁粉などに入れ、無病息災を願つて食べる行事です。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。

にほん がつ こう きゅう しょく

## 日本の学校給食のあゆみ



1/24~1/30は  
「全国学校給食週間」です

### 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、お坊さんたちが日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

(明治22年ごろ)

ごしき



五色ごはん



えいよう  
栄養みそ汁



(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



たったあ  
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

しょうわ

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。主食はパンを中心でしたが、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きました。

ミートスパゲッティ



ぎゅうにく

牛乳

フレンチサラダ



(昭和40~50年ごろ)

カレーライス



ぎゅうにく しお

牛乳・塩味

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、「子どもたちが見えることなく、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て健康な食生活を続けることができるよう、学校給食は「教材」としての役割も担っています。