

# 給食だより

令和4年度  
1月号

北区立田端中学校

新しい年が始まります。2023年もおいしく安全な給食を提供できるように努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

また、1月24日～30日は全国学校給食週間です。みなさんがいつも食べている学校給食の歴史をふり返ってみましょう。



## おにぎりから始まった学校給食

明治22年 (1889年)	昭和22年 (1947年)	昭和58年 (1983年)	現在 (2023年)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・おにぎり</li> <li>・塩さけ</li> <li>・菜の漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ミルク(脱脂粉乳)</li> <li>・トマトシチュー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ツイストパン</li> <li>・牛乳</li> <li>・卵とほうれんそうのグラタン</li> <li>・えびのサラダ</li> <li>・くだもの(みかん)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・牛乳</li> <li>・豆腐のハンバーグ</li> <li>・あえ物</li> <li>・みそ汁</li> <li>・みかん</li> </ul>

学校給食は、明治22年(1889年)に山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に、無償でおにぎりなどを提供したことが始まりです。

## 1月24日～30日は全国学校給食週間

学校給食は、栄養バランスがよく、子どもたちの心身の発達や健康を支え、食に関する指導をすすめるための教材になっています。また、偏った食生活、肥満傾向など、子どもたちの食生活を取り巻く環境が大きく変化している中で、学校給食は、子ども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るために重要な役割を果たしています。

この機会に家族で給食について考えてみませんか？



## お正月

お正月は日本の年中行事の中で、お盆と並んで最も重要とされてきました。12月から大掃除を行い、門松を立てて鏡もちを供え、雑煮やおせち料理の準備をします。大掃除は年神様を迎えるために清めるという意味がありました。門松には年神様が宿ったといわれます。

おせち料理には、田作り(五穀豊穡を願う)、きんとん(金運を呼ぶ縁起物)、黒豆(まめに暮らせるよう)など、いろいろな意味があります。雑煮もお供え物で、年神様に供えたものと同じものを食べることで、1年の健康や幸せを願っていました。



## 他にもあります！1月の食文化

1月は「みんなで仲睦まじくする月」であることから、「睦月」ともいいます。お正月が終わっても、1年の幸せを願った様々な行事食が食べられています。

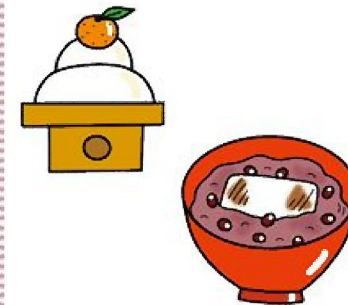
1月の給食には、「七草すまし汁」や「鏡開きぜんざい」が登場します。

### 七草がゆ



せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな(かぶ)、すずしろ(大根)の春の七草を刻んだおかゆを食べ、お正月で疲れた胃を休め、1年の健康を祈ります。

### 鏡開きのおしるこ



お正月のもちを下げ、切るのではなく、木づちなどで割ってお汁粉やお雑煮にします。「割る」という言い方は避け、末広がり縁起のよい言葉である「開く」を使います。

### 小正月の小豆がゆ



1月15日は、昔の暦では必ず満月になりました。その年の作物の出来を占う行事や、門松などを焼くどんど焼きなどが行われます。この日に小豆がゆを食べる地域もあります。

雪深い地域では七草はまだ芽吹かないので、代わりに保存食の芋がらなどを入れたり、酔みその雑炊を作ったりしたそうです。今はスーパーなどでも「七草セット」が売られています。探してみましょう。