

給食だより 1月

がっこうきゅうしょくしゅうかん 学校給食週間

にち げつ 23日(月)~27日(金)
にち きん

学校で食べる給食は、単なる昼ごはんではありません。栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。このように現在ではさまざまな教育的効果が期待される学校給食ですが、もともとはおなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。

学校給食の始まり



日本の学校給食は、1889(明治22)年、山形県鶴岡町(現・鶴岡市)にある大督寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大督寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まっていきましたが、戦争による食料不足の影響で実施できなくなってしまいました。

<p>明治 22 年ごろ</p> <p>おにぎり 塩ザケ 漬物</p>	<p>大正 12 年ごろ</p> <p>五色ごはん 栄養みそ汁</p>	<p>昭和 17 年ごろ</p> <p>すいとんのみそ汁</p>
-------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

支援物資による学校給食の再開

戦争が終わり、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、1946(昭和21)年に、アメリカのLARA(アジア救援公認団体)から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。当初は給食用物資の贈呈式が行われた12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、1950(昭和25)年度からは冬季休業と重ならない1月24日~30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。



<p>昭和 40 年ごろ</p> <p>ソフトめん ミートソース 牛乳</p> <p>フライポテト 黄桃</p>	<p>昭和 51 年ごろ</p> <p>カレーライス 牛乳 塩もみ ゆで卵</p>
--	---

昭和30年代後半には脱脂粉乳のミルクが牛乳へと切り替わり、コッパン以外のパンやソフトめんなど、主食の種類が増えていきました。米飯が正式に導入されたのは昭和51年のことです。

学校給食は教育活動に

1954(昭和29)年に「学校給食法」が公布・施行され、学校給食は教育活動として実施されることになりました。それから、時代の移り変わりとともに、子どもたちの食生活を取り巻く環境は大きく変化し、学校給食の内容も変わっていきました。

<p>昭和 22 年ごろ</p> <p>ミルク(脱脂粉乳) トマトシチュー</p>	<p>昭和 27 年ごろ</p> <p>コッパン ミルク(脱脂粉乳) 鯨肉の竜田揚げ せん切りキャベツ ジャム</p>
---	---

昭和25年に、アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、「パン・ミルク・おかす」の完全給食が始まりました。

こんねんど きゅうしよくしゅうかん
今年度の給食週間テーマ

にほんかくち あじ し がけん あじ し
★日本各地の「みそ」を味わおう＋滋賀県の味を知ろう★

にち げつ がっこう あじ
23日(月)おもしろが+学校のみそを味わおう

こせいちほう どうち さくねんど こうとうぶ ねんせい し こ てづく
湖西地方のご当地グルメ「たかしまとんちゃんやき」と、昨年度の高等部1年生が仕込んだ手作りみその「き
たおおつようごスペシャルみそしる」です！

にち か きょうと こめ あじ
24日(火)京都の米みそを味わおう

だいず こめ げんりょう あまくち しろ
大豆+米こうじを原料とした、甘口の白みそです

にち すい ふくおか むぎ あじ
25日(水)福岡の麦みそを味わおう

だいず むぎ げんりょう あか
大豆+麦こうじを原料とした、赤みそです

にち もく
26日(木)おもしろが

「おうみぎゅうコロッケ」でセルフハンバーガーを作^{つく}って食^たべよう！「じどり」のクリームシチューも提供^{ていきょう}
します

にち きん あいち まめ あじ
27日(金)愛知の豆みそを味わおう

だいず きん げんりょう せきかつしよく
大豆+こうじ菌を原料とした、赤褐色のみそです

し
★知っていますか みそのパワー★

からだ
●体をつくる

だいず からだ
大豆からできるみそは、たんぱく質^{しつ おお かく}を多く含んでいます。たんぱく質^{しつ}は、わたしたちの体^{からだ きんにく けつえき}（筋肉や血液など）
をつくるもとになり、成長^{せいちょう}に欠かせない栄養素^{えいようそ}です。

たんぱく質^{しつ ほうふ}の豊富なみそと、野菜^{やさい}やいも、海^{かい}そうなどを取り入れ

た「みそ汁^{しる}」は栄養^{えいよう}バランスのとりのりやすい料理^{りょうり}です。

はっこう
●発酵パワー

みそは大豆^{だいず}を発酵^{はっこう}させて作^{つく}ります。発酵^{はっこう}によってアミノ酸^{さん}やビタミン類^{るい}がたくさん生まれるため、みそは
原料^{げんりょう}の大豆^{だいず}より、さらに栄養^{えいよう}が豊富^{ほうふ}になっています。

けつあつ たいじゅう こうか
●血圧や体重にもよい効果

だいず
大豆にはたんぱく質^{しつ}や食物繊維^{しょくもつせんい}、ミネラル、イソフラボンなどの成分^{せいぶん}が含まれています。これらは血圧^{けつあつ}を上
げにくくしたり、体重増加^{たいじゅうぞうか}を防い^{ふせ}だりするといわれています。