

# 1月 給食だより

2023年1月 本渡学校給食センター 文責：稲田

## 謹賀新年

新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。冬休み中に生活リズムが乱れてしまった人はいませんか？ 寒くて起きるのがつらい時期ですが、早寝・早起きをし、朝ごはんを食べて元気に登校しましょう。

## 冬の野菜は甘い!?



冬が旬の野菜は、寒さで凍らないよう、細胞に「糖」を蓄えるため、甘く感じます。また、雪がたふくさん降る地域では、「越冬野菜」といって、秋に収穫する野菜をそのまま埋めておき、雪の中で保存する方法があります。寒さで野菜の甘味やうま味が増して、よりおいしくなるそうです。冬ならではの野菜の甘味、ぜひ味わってみてください。

## 今年うさぎ年



うさぎのように野菜をモリモリ食べよう!

## 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。

**昭和40年ごろ**

ソフトめん  
ミートソース  
牛乳  
フライポテト  
黄桃

**昭和51年ごろ**

カレーライス  
牛乳  
塩もみ  
ゆで卵

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。

## ～学校給食週間の献立～

全国学校給食週間は昭和25年度から始まった取り組みで、毎年、学校給食への理解や関心を深めることを目的に実施されます。本渡学校給食センターでは、1月24日から30日に昔の給食メニューや地場産物・郷土料理を取り入れた献立を実施します!

- 1月24日 『昔の給食メニュー』牛乳、ごはん、栄養すいとん、くじらメンチカツ、シモンドレッシングあえ  
…鯨肉は昔は安価で、給食でもよく食べられていました。
- 1月25日 『地元・天草の食材：養殖真鯛』牛乳、丸パン、ミネストローネ、天草真鯛のバジルオリーブ焼き、かぼちゃサラダ  
…天草の海で大切に育てられた養殖真鯛は、魚の粉や小麦粉などから作られた栄養満点のエサを食べて大きくなります。
- 1月26日 『地元・天草の食材：天草大王』牛乳、ごはん、天草大王のカレー、スコッチエッグ、フルーツヨーグルト  
…天草大王は主に天草地域で育てられている熊本県の「地鶏」です。
- 1月27日 『天草に伝わる郷土料理』牛乳、ぶえんすし、あおさ汁、ごぼうの和え物、クレープ  
…「ぶえん」とは新鮮な魚のことです。魚は酢でしめてご飯にまぜるのが本当ですが、給食ではコノシロを揚げてからご飯にまぜます。
- 1月30日 『地元・天草の食材：ヒラダイ』牛乳、ごはん、豚汁、ヒラダイのフライ、しそ昆布あえ  
…天草で獲れる新鮮なヒラダイ(別名ヘダイ)を使用します。

## 1月24日～30日は 学校給食について知ろう!



学校で食べる給食は、単なる昼ごはんではなく、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。学校給食がたどった歩みを見てみましょう。

## 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。

**明治22年ごろ**

おにぎり 塩ザケ 漬物

**大正12年ごろ**

五色ごはん 栄養みそ汁

**昭和17年ごろ**

すいとんのみそ汁

### 【作品展のおしらせ】

- 日時：1月24日(火)～1月29日(日)
- 場所：天草文化交流会館 2階展示室(旧天草教育会館)
- 内容：学校給食週間にちなんで本渡地区の小・中学生から募集した絵画・習字・標語の作品を展示します。たくさんのご来場をお待ちしております。

