

# 1月食育だより

御船町学校給食センター

あけましておめでとうございます

冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。年末年始には普段食べないような料理を味わったり、久しぶりに入と会ったりと、いつもとは少し違った日常を過ごして、心も体もリフレッシュできたのではないのでしょうか。そんな楽しい時間が過ぎて、ちょっぴり気が重くなることもあるかもしれませんが、3学期は1年のまとめの時期でもあります。気持ちを切り替えて、

新たな目標に向かってスタートしましょう。



今年(とし)はうま年!



うまのように野菜を  
たっぷり食べよう!



箸(はし)をうま(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(うま)味  
を感じよう!

## 「寒中」、「塩の白」、「カレーの白」

1月はさまざまな行事があります。元日のお正月と7日の「七草」、15日の小正月などがよく知られますが、暦の上では小寒から大寒へと冬の寒さが一番厳しい時期にあたります。この時期においしくなる「寒」の食べ物があります。また「塩の白」「カレーの白」といった記念日もあります。

「寒」は、小寒(2026年1月5日)から大寒(1月20日)を頂点にして、立春(2月4日)の前日までの期間を指します。道場などに通う人は「寒稽古」がよく行われますね。寒の時期においしくなる食べ物として、水(寒の水)、ぶり、卵、しじみなどが知られています。



1月11日は「塩の白」です。戦国時代、駿河(静岡県)の今川氏から塩の流通を止められ、困っていた申妻(山梨県)の武田信玄に対し、越後(新潟県)の上杉謙信が敵であったにもかかわらず、武田に塩を送ったことにちなみます。ここから「敵に塩を送る」ということわざが生まれました。



1月22日は「カレーの白」です。1982(昭和57年)、学校栄養士の先生たちが、戦後学校給食が再開されてから35年を迎えたことを記念して、24日から始まる「全国学校給食週間」を前に、全国で一斉に子どもが大好きなカレーの給食を行ったことがきっかけで制定されました。



1/24~1/30は  
「全国学校給食週間」です

にほん かつ こう きゅう しょく

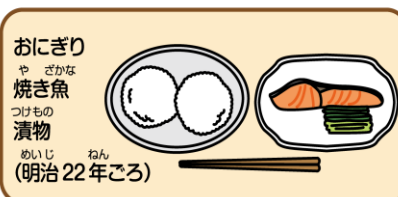
日本の学校給食のあゆみ



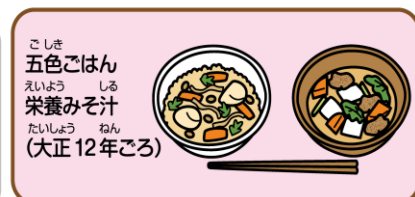
学校給食の始まり



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。この学校は大誓寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが家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 ざかな  
焼き魚  
つめの  
漬物  
めいじ ねん  
(明治22年ごろ)



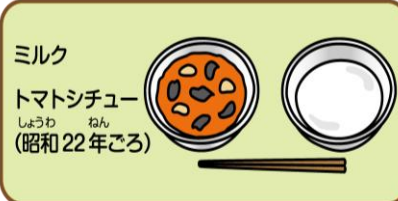
五色ごはん  
えいよう しる  
栄養みそ汁  
たいしやう ねん  
(大正12年ごろ)



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LALA(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  
しょうわ ねん  
(昭和22年ごろ)



コッパパン・ミルク  
たつた あ  
クジラの竜田揚げ  
ぎ  
せん切りキャベツ  
しょうわ ねん  
(昭和25~30年ごろ)



バラエティー豊かな献立内容に



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。主食はパンが中心でしたが、昭和51年に米飯が正式に導入されると、カレーライスや炊き込みごはんなどが登場し、献立内容が充実していきました。



ミートスパゲッティ  
ぎゅうにゅう  
牛乳  
フレンチサラダ  
しょうわ ねん  
(昭和40~50年ごろ)



カレーライス  
ぎゅうにゅう しお  
牛乳・塩もみ  
たまご  
ゆで卵  
しょうわ ねん  
(昭和51年ごろ)

