

1月食育だより

令和4年1月
大山崎小学校



3学期給食は、1月13日（木）から始まります。

2022 年が始まりました。大寒もある寒い季節です。

空気が乾燥しております。ウィルスの活動が盛んになる季節です。手洗いうがい等で予防しましょう。マスクも必ずするようにしましょう。

今年もよろしくお願いします。



苦手なものにもトライしよう!!



皆さんは、給食で苦手な食べ物が出たら、どうしていますか？

全く手を付けずに残している人もいるかもしれませんが、ひと口でいいので食べてみてください。味覚は成長とともに変わっていくので、苦手だと思っていたものでも、食べてみたらおいしかったということもあります。

小さい頃から、さまざまな味の経験を積むことで、豊かな味覚が育ちます。今年は「寅年」、苦手な食べ物にもぜひ「トライ」してみてくださいね！

学校給食はいつ、どのように、始まったのかな？



日本の学校給食の始まりは、明治22年までさかのぼります。山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）にある大督寺というお寺に開校された私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちのために、食事を提供したのが始まりとされています。その後、全国各地へと学校給食が広がっていききましたが、戦争の影響で中断されてしまいました。

戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するために再開されることになりました。昭和25年度からは冬休みと重ならない1月24日～30日の1週間を「全国学校給食週間」とし、学校給食の意義や役割について理解や関心を高めることなどを目的に、毎年、全国でさまざまな行事が行われます。

乙訓地域でも毎年色々な取組を実施しております。今年度のテーマは「日本全国の味を楽しもう！」です。お楽しみに♪



パン以外の主食として、昭和38年ごろからソフトめん（ソフトスパゲッティ式めん）が導入されました。牛乳は、昭和33年から一部地域で供給され、昭和39年に本格的な供給が始まりました。

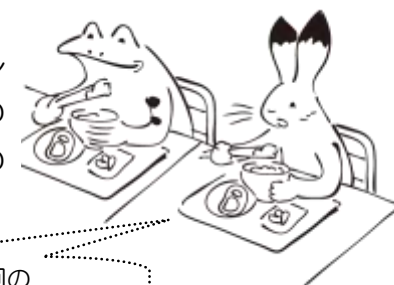
アメリカから寄贈された小麦粉を使い、パン・ミルク・おかずの「完全給食」が始まりました。おかずには、当時は安価だったクジラ肉やちくわがよく使われていました。

アジア救済物資の脱脂粉乳や缶詰を使って、給食が作られました。ミルクは、牛乳から脂肪分を取り除いて乾燥させた「脱脂粉乳」をお湯で溶いたもので、独特な風味で苦手な子どもが多かったようです。

昭和51年に米飯（ご飯）が正式に導入されました。当時は、ご飯を炊く設備がない所が多く、おかずを作る釜で、ご飯とおかずの両方を調理するため、回数は多くありませんでした。



ご飯を中心とした和食の献立を基本に、郷土料理や行事食を提供しています。そして、食事の提供だけではなく、栄養バランスや地域の食文化、食べ物への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための「生きた教材」として活用するなど、「食育」の役割も担っています。



乙訓地域では、ごはん週4回、パン週1回のバラエティーに富んだ給食をお届けしております♪



「栄養士のひとりごと」

2022年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。年末年始ごちそうを食べる機会が多かったのではないのでしょうか？冬休み、寒さに負けず外で遊んでいた人も、家の中でのんびりしていた人もいます。（ちなみに私は後者です（笑））

3学期が始まりました。素敵な学期になりますように…。

（栄養士 田中）

