

# きしちょうランチ通信

平成31年 1月 8日  
岸町小学校 給食室



あけましておめでとうございます。2019年、新しい年が始まりました。「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」というように、この3か月間はいつも以上に時間が過ぎるのを早く感じる時期です。今年も、岸町小のみなさんの健やかな成長を願い、給食室のスタッフ全員で、安全で愛情たっぷりのおいしい給食作りに取り組んでまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



## 知っていますか？ 1月の食文化

1月は「睦月」といい、「みんなで仲睦まじくする月」ということから名付けられました。新年の初めに、1年の幸せを願ったさまざまな行事食が食べられます。

### ◆1月7日の七草がゆ



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（だいこん）の「春の七草」を刻んだおかゆを食べ、1年の無病息災を祈ります。

### ◆鏡開きのお汁粉



正月にお供えしたもちを下げ、木づちや手で割ってお汁粉やお雑煮にします。また鏡もちを食べることは「歯固め」ともいわれ、丈夫な歯で長生きできることを祈ります。

### ◆小正月の小豆がゆ

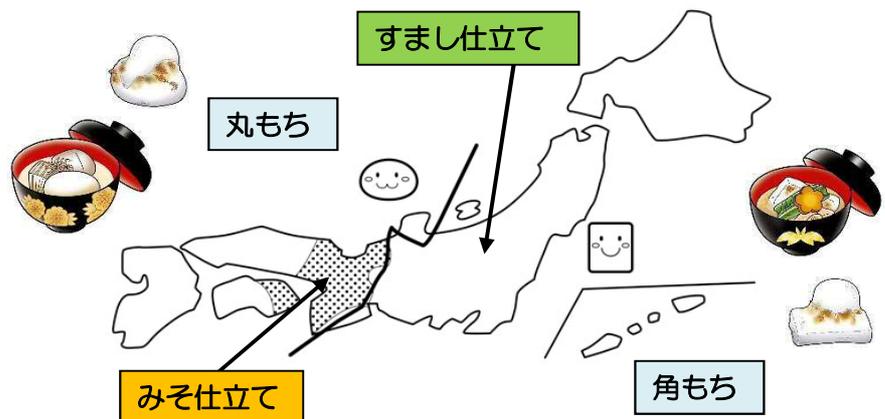


昔の暦で1月15日は、年の初めの満月の日とされました。1年の健康と豊作を願い、悪い気を払うとされた赤い色のあずきを入れたおかゆやご飯を食べる習慣がある地域があります。

★岸町小学校では、9日に七草のうち、せり、すずな（かぶ）、すずしろ（大根）を使った「七草すいとん」、11日に給食室で作った小豆あんを白玉にまぶした「白玉ぜんざい」の鏡開き献立を実施予定です！

## お雑煮マップ あなたの家のお雑煮は？

日本は周囲を海に囲まれている島国で、南北に長い地形が特徴です。地域によって地理や気候が異なることから、各地で様々な食文化が形成されてきました。現在では、伝統料理を家庭で作って食べるお雑煮は、地域や家庭の味が受け継がれているもののひとつではないでしょうか。だし、味付け、具、餅の形、みなさんの家ではどんなお雑煮を食べますか？



中部地方を境に、東は角もち、西は丸もちを入れるところが多いです。北海道や沖縄県には、もともとお雑煮を食べる文化がありません。現在北海道では、さまざまな地域から伝わったお雑煮が混在しています。

香川県では、あん入りの丸もちを白みそ仕立ての汁に入れた「あんもち雑煮」を食べます。

## 《1月の給食目標》 感謝の気持ちを表そう



☆毎月19日は『食育の日』です。

ご家庭におきましても月に一度『食』について考える日にしましょう。



## 全国学校給食週間が始まる！

全国学校給食週間に合わせ、岸町小学校でも1月21日～1月25日を「岸町小学校給食週間」として、給食朝会や給食委員会による発表など「食」についての意識を高める活動を行います。この週間をとおして、学校給食の歴史を振り返り、「食」や「食べること」について、ご家庭や学校で考えたり、話し合ったりする機会となれば幸いです。

### ◆学校給食のはじまり



みなさんが毎日食べている「学校給食」。その始まりは明治22年、山形県鶴岡町（現在は鶴岡市）にある私立忠愛小学校で、家庭が貧しくお弁当を持ってこられない子どもたちのために、おにぎり野菜、魚の塩漬けを出したことが始まりとされています。その後、全国で実施されるようになりましたが、戦争による食料不足で中止されてしまいました。

### ◆全国学校給食週間とは

戦争が終わり、子どもたちの栄養不足を改善するために、外国などからの援助で給食が再開されました。昭和21年12月24日に新しい学校給食が始まったことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、冬休みに入ってしまうため、1か月後の1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」とすることが決まりました。

### ◆学校給食の役割

日本で学校給食が始まったのも、戦後再開されたのも、子どもたちを飢えから救うためでした。しかし現在では、食べることが困難だったころから大きく変わり、偏った栄養摂取をはじめ、肥満や生活習慣病の増加など、子どもたちの健康状態が心配されることから、バランスのよい食事のお手本として、学校給食は“生きた教材”の役割を担っています。

### 《給食週間中の予定献立》

- ◆21日…昔の給食（麦ごはん、さけの塩焼き、とん汁、たくあんと小松菜のきんぴらで昔の給食をイメージしています。）
- ◆22日…6年生考案献立（2学期の家庭科の授業で6年2組が実際に考えた献立が給食に登場します。）
- ◆23日…好きな給食アンケート（2学期に行ったアンケート結果を基に考えた献立です。おかずと副菜の1位が出ます。）
- ◆24日…カナダ献立（さいたま市と友好都市にあるカナダをイメージした献立です。）
- ◆25日…セレクト給食（おかずとデザートセレクト給食を行います。1月初めにクラスでアンケートをとります。）



## 全国学校給食週間

