

1月給食たより

平成30年1月
佐世保市立黒髪小学校
栄養教諭 浦山

★おうちの人といっしょによみましょう。

2018年が、はじまりました。本年も給食だよりでは、さまざまな食に関する情報をお伝えしていきます。早速ですが、1月24日から30日は全国学校給食週間です。みなさんの体と心の成長を支えている給食について考えてみましょう。

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高め、より一層の充実をはかることを目的として定められました。学校給食は、戦争により中断していましたが、アメリカのLARA（アジア救済公認団体）等の物資援助で再開されました。昭和21年12月24日に給食物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」と定め、後に冬休みと重ならない1か月後の1月24日～30日が「全国学校給食週間」となりました。

給食はおいしいですか？

○学校給食は、教育の一環です。

栄養バランスのとれた食事を、
先生や友達と楽しく食べて、
心のふれあいの中で、

★好き嫌いをなくしたり、

★食事のマナーを身につけたり、

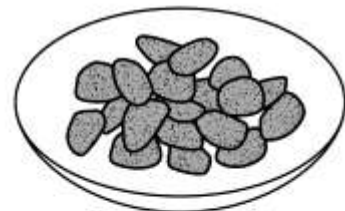
★正しい食生活を理解する、

ご家庭でもこの機会に給食のお話をされてみてください。



納豆

日本には、大豆の加工食品がたくさんあります。その中の一つ「糸引き納豆」は、蒸した大豆を納豆菌によって発酵・熟成させたもので、ネバネバと糸を引くのが特徴です。大豆の栄養成分に加え、血栓を溶かして血の流れをよくするナットウキナーゼ、骨粗しょう症予防効果のあるビタミンKなど、健康に役立つ成分を多く含みます。納豆がいつから食べられていたのか定かではありませんが、煮豆を稲わらで包んでおいしく食べたところ、稲わらに付着した納豆菌の作用で自然発酵したことが起源とされています。聖徳太子、源義家、豊臣秀吉など歴史的な人物と、納豆にまつわる伝説が各地にあり、古くから食べられていたことがわかります。大正時代に、納豆菌を使った製造方法が開発されると、全国へ広まっていきました。



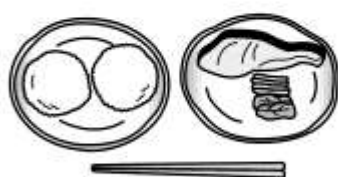
寺納豆(塩辛納豆)は、ゆでた大豆を麹菌で発酵させ、塩水を加えて熟成、乾燥させたもの。粘りがなく塩辛いのが特徴です。

1月24日から1月30日は、全国学校給食週間です。

学校給食の歴史を振り返ってみましょう!

明治22年、山形県の小学校で始まったとされる学校給食。戦争によって中止されながらも、さまざまな歴史をたどり、現在まで続いています。「全国学校給食週間」は、戦後、アメリカの支援団体からの援助により、学校給食が再開されたことを記念して定められたもので、学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。当時の代表的な献立を一例に、学校給食の歴史をご紹介します。

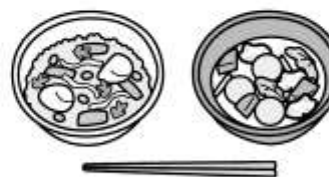
明治22年(1889年)



〔おにぎり、焼き魚、漬物〕

山形県の私立忠愛小学校で、お弁当を持てこられない子どものために食事を提供したのが、日本の学校給食の始まりとされる。

大正12年(1923年)



〔五色ごはん、栄養みそ汁〕

9月1日に関東大震災が発生。義援金により給食が実施され、学校給食の価値が広く認められるようになる。

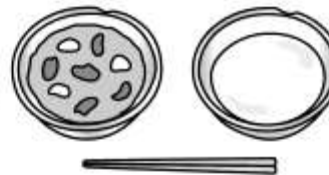
昭和17年(1942年)



〔すいとんのみそ汁〕

昭和16年に太平洋戦争が始まると、食料が不足し、全国的に給食が中止され始める。昭和19年に6大都市の小学生に特別配給物資による学校給食が実施される。

昭和22年(1947年)



〔ミルク(脱脂粉乳)、トマトシチュー〕

昭和20年に戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するため、この年から支援物資による学校給食が全国で開始される。

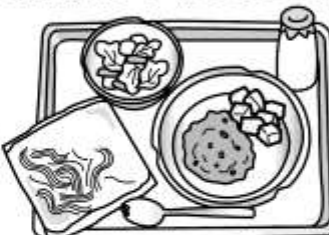
昭和25年(1950年)



〔コッペパン、ミルク(脱脂粉乳)、カレーシチュー〕

アメリカから寄贈された小麦粉で8大都市の小学生に「パン・ミルク・おかず」の完全給食が実施される。

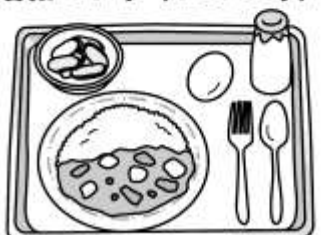
昭和40年(1965年)



〔ソフトめんミートソース、牛乳、フレンチサラダ〕

昭和38年に「ソフトめん」が登場。また、昭和39～43年ごろにかけて、脱脂粉乳から牛乳へと切り替わる。

昭和51年(1976年)



〔カレーライス、牛乳、塩もみ、ゆで卵〕

白米(ご飯)が正式に導入される。当初は炊飯するための設備が整わず、おかずを作る釜でご飯を炊く施設が多かった。

そして、現在は…

子どもたちの食習慣の乱れ、偏った食事による肥満や生活習慣病の増加が心配されることから、学校給食は、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために、さまざまなことを学ぶ「生きる教材」としての役割を担っています。