

# 1月 給食だより

令和8年 1月 1日  
石狩市学校給食センター  
TEL: 62-8015  
FAX: 72-2223



## 今月の給食目標

### 「給食の歴史を知ろう」

学校給食はどのように始まり、変化してきたのか給食の歴史について考えてみましょう。

あけましておめでとうございます。寒さが一段と厳しくなり、かぜやインフルエンザの流行も続いています。寒さに負けずに、栄養バランスの良い食事と十分な睡眠をとり、元気に乗り切りましょう。

## ……1月24日～30日は「全国学校給食週間」……

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多くの方に知ってもらい、学校給食の充実と発展を図ることを目的として定められました。日本の学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町の私立忠愛小学校において始まったとされています。この給食は、貧困児童を対象に無償で提供されたものでした。献立は、おにぎり・塩さけ・菜の漬物だったそうです。

現在の学校給食は、栄養バランスがとれ、種類が豊富な献立で、子どもたちの健康や成長を支えています。また、地域の地場産物や食文化なども学ぶことができます。感謝しながら食べましょう。

### →→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→

明治22年 (1889年)	昭和22年 (1947年)	昭和27年 (1952年)	昭和52年 (1977年)	現在
<ul style="list-style-type: none"><li>・おにぎり</li><li>・焼き魚</li><li>・漬物</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ミルク（脱脂粉乳）</li><li>・トマトシチュー</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・コッペパン</li><li>・ミルク（脱脂粉乳）</li><li>・クジラの竜田揚げ</li><li>・サラダ など</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・カレーライス</li><li>・牛乳</li><li>・果物</li><li>・サラダ など</li></ul>	様々な料理を組み合わせ、栄養はもちろん、地場産物や食文化も学べる給食になっています。



## 受け継ごう 日本の食文化



### おせち料理



おせち料理は、もともと、節日（季節の変わり目）に神様に供えるものでしたが、今では正月のみとなりました。おせち料理には、それぞれ意味があり、健康や長寿などの願いが込められています。

### 雑煮



雑煮は、もともと年神様に供えたその土地の産物ともちを煮たものでした。東日本は角もち、西日本は丸もちを入れることが多いです。すまし汁立てやみそ汁立てなど、さまざまな味があります。

### 七草がゆ



七草がゆは、1月7日の朝に1年の健康を祈って食べます。春の七草とは、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）のことです。

