

令和4年 1月号

# 食育だより

☆毎月19日は食育の日

吉舎学校給食共同調理場

新しい年がはじまりました。本年もおいしい給食を児童生徒のみなさんへ届けたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

寒い日が続きます。冷たい水で手を洗うのは大変ですが、自分の身を守る手洗いです。食事の前はしっかりていねいに手を洗い、感染症から身を守りましょう。



## 1/19 みよしふるさとランチの日

19日は今年度3回目の「みよしふるさとランチの日」でした。テーマ食材は「もち麦」です。もち麦は食物せんいが豊富に含まれており、食後の血糖値上昇を抑える、高血圧を予防する、免疫力を高めるなど多くの健康効果があることから、近年注目されている食品です。三次市でも栽培や商品開発に取り組まれています。

19日の給食では、もち麦を入れて炊いたごはん、JA三次より無償提供された「もち麦シフォンケーキ」を提供しました。もちもち・ぶちぶちのもち麦ごはん、ふわふわのシフォンケーキの食感の違いを感じながら、おいしくいただきました。



三次産のもち麦を  
使いました。



もち麦シフォンケーキの資料を配布しています。  
謎解きにも挑戦してね！

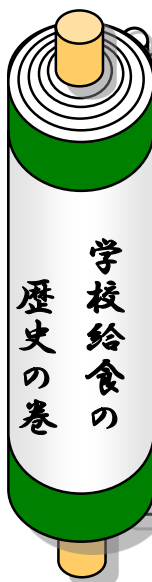


- 【19日(水)の献立】
- もち麦ごはん
  - 冬野菜のポトフ
  - じゃこサラダ
  - もち麦シフォンケーキ
  - 牛乳

## ほうれんそうは寒さに耐えて甘くなる



## 1月24日～30日は全国学校給食週間です



学校給食の歴史は、明治22年、山形県鶴岡市の忠愛小学校で、お弁当を持ってくるのでない児童を対象に、昼食(おにぎり・焼き魚・漬物)を出したのが始まりです。その後、給食は全国に広まりましたが、第二次世界大戦が激しくなると給食は中止になり、食べるものが不足したため、たくさんの子どもたちが苦しみました。戦後も食糧難は続き、子どもの栄養不足が心配されました。「ララ(アジア救済団体)」から脱脂粉乳が寄贈されると、昭和21(1946)年12月24日から東京、神奈川、千葉で学校給食が再び始まり、この日が給食記念日となりました。ただし12月24日が冬休みに入るため、1か月後の1月24日から1週間を「全国学校給食週間」としたのです。子供たちの食生活を取り巻く環境が大きく変化し、偏った栄養摂取、肥満など懸念される問題も見られる今日、「学校給食」が子供たちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付け、生涯にわたって健康的で心豊かな食生活を送るために、とても重要な役割を果たしています。



鶴岡市のお寺「大督寺」

忠愛小学校は、大督寺の境内にありました。このお寺のお坊さんが、一軒一軒お経を唱えながら民家を回り、お米やお金をいただき、弁当を持ってこられない子供たちに昼食をつくりました。その当時の昼食の魚は、主に川魚だったそうです。

昭和34年(1959)年に、学校給食70執念記念式典が開催され、大督寺の敷地内に記念碑が建てられました。



「学校給食発祥の地」の記念碑

## 給食の思い出を聞かせてください

学校給食は長く続いていて、保護者の方たちも食べてきた人が多いと思います。好きだった献立や印象深いできごとなどをぜひ家族で語り合ってみてください。



## 令和3年度ひろしま給食推進プロジェクト

食育テーマ:「ひろしま給食」でSDGsを考えよう!!  
～未来へつなげる、産地とつながる食卓～



統一メニューには、広島県産のこまつなや大根、白ねぎをたっぷり使った「あんかけおにぎり」が選ばれました。給食ではおにぎりをまぜごはんに変更し、実施します。

あんかけおにぎりで広島じゃんじゃん食べようや!

今年の学校給食週間では、広島県の郷土料理や特産物を使った献立、また「ひろしま給食推進プロジェクト」により統一メニューに選ばれた献立を実施していく予定です。

【予定献立例】

わにフライ、雪消し、真の肉じゃが、広島菜漬けスパゲティ、美酒なべ、あんかけどんぶりや広島じゃんじゃん食べようや

名前だけではわからないメニューもあるので、「どんなメニューだった？」と子供たちに聞いてみてください。