

1月食育たより

令和5年1月10日(火)
牛島小学校

あけましておめでとうございます。新年とともにいよいよ最後の学期が始まりました。

今年もよく食べ、よく体を動かして、夜はしっかり休む。

「早寝・早起き・朝ごはん」の生活習慣を守り、健やかな心と体で、すくすく成長して
いってほしいと願っています。

毎日、子供たちにとって、おいしく安全で、食生活の手本としていただけるような
給食となるよう努力してまいります。今年もよろしく願いいたします。



全国学校給食週間です!

1月24~30日までの1週間は「全国学校給食週間」です。

学校給食は、明治22(1889)年に山形県鶴岡市で初めて実施されて
以来、各地に広がりましたが、戦争のため中断されました。

戦後、食糧難による子どもの栄養状態の悪化を背景に、給食実施の必要
性が指摘され、世界からも給食用物資の寄贈がありました。

そして昭和22(1947)年、ついに学校給食は再開されたのです。

世界からの善意に感謝の気持ちをあらためて示すとともに、学校給食が戦後再びスタートできたこと
の意義を考え、その発展を期し、また日本の学校給食の一番の特徴といえる教育の一環として給食が
行われていることを、子どもたちだけでなく学校関係者全員があらためて再確認する意味でも、この
「全国学校給食週間」の取り組みを大切にしたいと思います。

子どもたちの食生活を取り巻く環境が変化し、食塩のとりすぎ、肥満傾向や逆に若年女性のやせなど
が懸念されている今日、学校給食は子ども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
るためにとても重要な役割を果たしています。



春日部メニューコンテスト優秀賞を6年生、3人が受賞しました。

6年生が家庭科の学習で、学校給食の献立作成をしました。

献立は、①栄養のバランス②食品の数と組み合わせ③季節④旬⑤量⑥予算⑦調理時間⑧色どり
⑨調理法⑩味付けなど10このポイントを考慮し、牛島小学校の児
童が元気になってくれたり、楽しみにしてくれたりする献立を考えま
した。結果は、全校児童と先生、給食調理員さんの投票で決まりま
した。みなさん、楽しみにしてください。

1月12日(木)6年1組代表児童、16日(月)6年2組代表児童、
17日(火)6年3組代表児童の考えた献立が給食にです。



学校給食の思い出をうかがいました!!

嶺慎二郎 校長先生

多くの皆さんも同じだと思いますが給食が大好きな子供でした。毎日の学校へ行く楽しみの
ひとつでした。私が通っていた小学校も牛島小同様自校式(自校で調理をして給食を提供して
くれている学校)でしたので、3時間目が始まると、いや早い日は2時間目からおいしそうな
香りが漂ってきました。

「今日は何のメニューだっけ?」「今日はカレーだ」などということを考えながら授業を受け
ていたことをおぼえています。給食には「クジラの竜田揚げ」が出ていました。竜田揚げと大
根おろし+醤油で当時の人気メニューでしたが、竜田揚げは食缶が小さく、一人に配られる量
が少ないのです。もちろんお代りも争奪戦でした。また、トマトが丸ごと一個出てきたり、冷
凍ミカンが出てきたりと今ではなかなかないメニューもありました。牛乳はテトラパックとい
う正三角錐の形の牛乳でした。今のように巻(ちまた)に様々な食材・料理がある時代ではな
かったので、また、食べ盛りでしたので、出されたものをとにかく食べる。おいしく食べる。
たくさん食べる。という給食でした。温かなものを食べられ、さらに様々な食材によって(家
では食べられないものもありました)味覚も育てられました。そんな給食に今は大きな感謝し
かありません。ぜひ、おいしい牛島小の給食を、大人になっても思い出してほしいと思います。

吉田元 教頭先生

カレー、あげぱん、やしそば、からあげをととも楽しみにしていました。牛乳は、現在の形と違って、ピ
ラミッドのような形をしたパックに入っていたのを記憶しています。

給食の思い出として、よく覚えているのは、みかんの皮をおかず皮の数を当てることです。みかん
のへたをとって、中の筋を数えると、皮の中の房の数がわかるんです。規則性がわかったときはうれし
くて、隣の人のみかんのへたも取らせてもらい、数えていました。

また、ヨーグルトなどのカップデザート賞味期限などが印刷されている字を爪でこすって消すのが
友達との間で流行っていて、配られると、すぐに消して遊んでいました。

そして、ヤクルトなどの容器に入った飲み物が出たときは、ふたを開けずに飲むのが流行っていま
した。容器をひっくり返して、底の縁の部分で歯で噛んで穴をあけ、その部分からチューっと吸って飲ん
でいました。(牛島小の良い子はマネしてはいけませんよ!)

今になって思い返すと、給食の時間は、そういったくだらないことも含めて友達と話しながら楽しく食
事をして過ごしていたなと思います。小学校卒業してから数十年経っても、こうやって覚えているのだから、
自分にとってかけがえのない時間だったのだと思います。

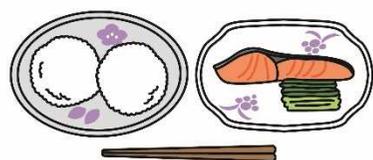
ありがとうございました



昔の給食

昔なつかしい給食メニューを紹介します。

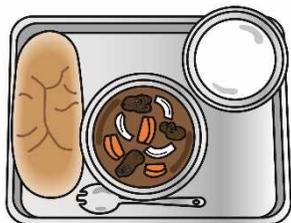
現在の給食と随分違いますね！！



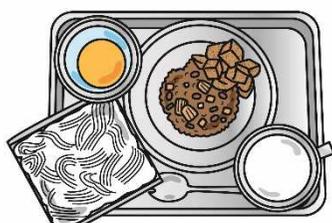
明治22年
日本初の学校給食
おにぎり、塩鮭、菜の漬物



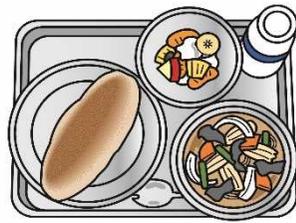
昭和20年代前半
ミルク（脱脂粉乳）、シチュー



昭和20年代後半
コッペパン、ミルク（脱脂粉乳）、シチュー



昭和40年代～
ソフトめんのカレーあんかけ、牛乳、甘酢あえ、くだもの（黄桃）



昭和40年代～
揚げパン、牛乳、おでん、フレンチサラダ

○昭和初期～中期の給食メニュー

戦後は捕鯨が推進されていたことや、低カロリーで高たんぱくなこともあり、鯨肉を使ったメニューが人気。飲み物には脱脂粉乳が提供されていました。牛乳から脂肪分をぬいた粉ミルクを水でとかしてあたためたもので、独特のにおいがあるため、苦手な子どもも多かったようです。また主食にパンが出されたことで、日本人の食生活を変えたともいわれています。

○昭和中期～後期の給食メニュー

洋風化が進み、現在でも人気のカレーライスやスパゲッティなどのメニューがみられるようになりました。コッペパンが主流だったパンのバリエーションも多様化し、米飯も導入されます。鶏肉や豚肉もよく提供されるようになり、飲み物も脱脂粉乳から牛乳に切り替わりました。

○平成・令和の給食

2018年の平昌オリンピックのときは韓国料理が、また、G20 サミット開催地のイタリア料理やフランス料理のメニューが取り入れられるなど、国際色が豊かになるとともに、食育を意識して昔ながらの郷土料理、行事食なども提供されています。地産地消が推進され、地元の野菜を取り入れる学校も増えてきました。



ノロウイルスに注意しよう



多くは吐き気やおう吐、下痢などの症状が見られますが、人によっては発症しても軽いかぜなどに似ているため気付かれにくいこともあるノロウイルス感染症。集団活動を行う学校は、とくに感染が広がりやすい場所です。給食を食べる前のせっけんを使った丁寧な手洗いや、配膳するときのマスク着用や清潔な身だしなみ、そして給食当番になった児童・生徒はきちんと毎日自分の健康状態をチェックするなど予防に気をつけていきましょう。給食室も食品を介した感染が起きないように厳重に注意しています。

ノロウイルス その特徴と 発病後の症状

体内に入り込み、腸の中でウイルスが増えることで発症する。吐き気、下痢、38℃以下の発熱などの症状がかぜに似ている。



感染した人の便やおう吐物からウイルスが広がることが多い。疑わしいものがあつたら近づかず、先生に報告して処理してもらう。



消毒には85℃で1分以上の加熱が塩素系漂白剤を薄めたものが有効。アルコール消毒では殺菌されない。



症状がなくても体内にウイルスを持っている場合（健康保菌者）がある。感染予防には日頃から手洗いをしっかり行うことが大切。



ウイルスは細菌と異なり自分の力では増えることができない。体の中に入れないこと、確実に殺菌することが大事なため、食品はしっかり加熱して食べよう。



我が家の朝食メニュー募集 ～おしえて！朝ごはん！～に

たくさんの応募ありがとうございました。

子供たちが健やかに心も体も成長するため、また学校生活を楽しく過ごすためには、「朝ごはんはとても重要！！」です。

しかし、用意をしても喜んで食べてくれない。なかなか朝食の献立を考えるのは大変。などで困っている保護者の方も多いようです。

そこで、11月の食育だよりで、こんな朝食レシピはおすすめですか？と、我が家の朝食メニューを募集しました。

牛島小学校のホームページで、応募いただいた朝ごはんレシピを紹介する準備をしています。ぜひ、ご覧いただきまして参考にさせていただきたいと思っております。

応募していただいた方全員に、校長先生から賞状が授与されます。