



令和7年度
1月号

清瀬市立清瀬第七小学校

(毎月19日は食育の日)

あけましておめでとございます

楽しい冬休みを過ごせましたか？いよいよ学年最後の学期が始まりました。寒い冬を元気に過ごすためにきちんと手を洗う、食事をしっかり食べる、疲れをためないことなど、感染予防に努めましょう。

給食においてもより一層、衛生面に注意を払い、安全でおいしい給食を提供できるように取り組んでいきます。本年もよろしくお願いたします。

知っていますか 1月の食文化

1月は「睦月」ともいいます。親戚や知人が互に行き交って「仲睦まじく」する月から名づけられたそうです。1年の最初の月であり、その年を健康に過ごすための願いを込められたいろいろな行事が行われます。

七草がゆ



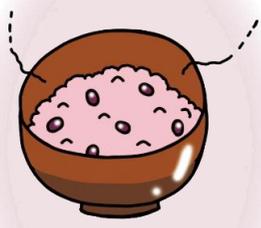
せり・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな(かぶ)・すずし(大根)の「春の七草」を刻んだおかゆを食べて、1年の無病息災を祈ります。

鏡開き



神様にお供えをしたもちを下げ、木づちや手で割りほし、お汁粉や雑煮にします。とくに鏡もちを食べることを「葉固め」といい、歯が丈夫で長生きできるようにお祈りします。

小正月



昔の暦で、1年で最初の満月の日、小豆粥や小豆飯を食べます。その年の豊作を祈る行事や、お正月の飾りや書初めを焼く、どんど焼きなどがよく行われます。

1月24日～30日「全国学校給食週間」

学校給食の歴史を知ろう！



全国学校給食週間は昭和25年度から始まった取り組みで、毎年学校給食への理解や関心を深めることを目的に実施されます。学校給食は、貧しい子供たちを飢えから守り、栄養状態を改善するものでした。現在では役割が変わり、子供たちが望ましい食習慣や食の正しい知識、実践する力を身につけるための重要な役割を担っています。

今年は給食の歴史をテーマがテーマです。お楽しみに！

26(月) 明治22年
山形県の小学校で、貧しい子どもたちへ昼食を無償で提供したのが給食の始まり。

27(火) 大正12年
子どもの栄養改善を図るため、真だくさんのご飯や汁で、栄養を摂った。

28(水) 昭和27年頃
アメリカから届いた小麦粉でパンが作られ、「パン・ミルク・おかず」がそろった給食が始まった。

29(木) 現代・和食
ご飯を中心とした和食は郷土行事や行事食、栄養バランスなど学ぶ役割を果たしている。

30(金) 地産地消
今が旬の、清瀬産のほうれん草をふんだんに使い、カレーライスが登場！



清瀬産の野菜をいただきます。

