



1月給食だより

令和7年度1月号
清瀬市立清瀬第四小学校

あけましておめでとうございます

冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往ぬる二月逃げる三月去る」といわれてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。風邪やインフルエンザも流行していますので、体調管理にはより一層気をつけて、1日1日を大切に過ごしてほしいと思います。



今年(うま)はうま年!



うまのように野菜をたっぷり食べよう!



箸をうまく使いこなしてきれいに食べよう!



よく味わってうま味を感じよう!

お年玉はもちだった!?

お正月は、普段より日本文化を感じる機会が多かったのではないのでしょうか。さて、子どもたちにとって、お正月の楽しみといえばお年玉。新年を祝って、大人から子どもへお小遣いを渡す風習です。もともとは、お正月の「歳神様(年神様)」にお供えた「もち」を、歳神様からの贈り物として分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。



1月11日は鏡開き

(地域によって違いがあります)

鏡もちを小さく割ってお汁粉などに入れ、無病息災を願って食べる行事です。もちを小さくするのに、包丁など刃物を使うのは武士の「切腹」を連想させるため縁起が悪いとされ、木づちや手で割ります。また、「割る」ではなく「開く」という縁起の良い言葉が使われます。

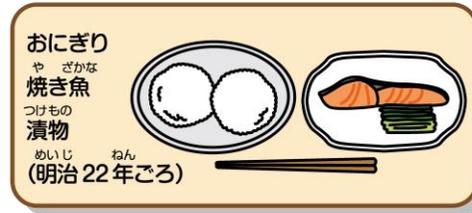


1/24~1/30は「全国学校給食週間」です

日本の学校給食のあゆみ

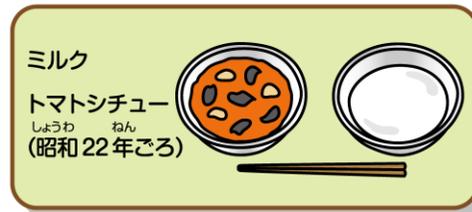
学校給食の始まり

明治22(1889)年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。この学校は大誓寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが家々を回ってお経を唱え、いただいたお金や食べ物を使って食事を用意していました。大正12(1923)年には、子どもたちの栄養状態を改善するための方法として、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広がりしましたが、戦争による食料不足で中止せざるを得なくなってしまいました。



支援物資による学校給食の再開

戦後、子どもたちの栄養状態の悪化を心配する声が高まり、昭和21(1946)年12月24日にLARA(アジア救援公認団体)から給食用物資の寄贈を受けて、翌1月に学校給食が再開されました。当初は12月24日を「学校給食感謝の日」としていましたが、その後、冬休みと重ならない1月24日から1週間は「全国学校給食週間」とすることになりました。



バラエティー豊かな献立内容に

昭和29(1954)年に「学校給食法」が成立したことで、実施体制が法的に整い、学校給食は教育活動として位置付けられるようになりました。主食はパンが中心でしたが、昭和51年に米飯(ご飯)が正式に導入されると、カレーライスや炊き込みご飯などが登場し、献立内容が充実していきました。



このように、学校給食の内容は時代とともに変化していますが、いつの時代も変わらずに、「子どもたちが飢えることなく、おいしく食べて、健やかに成長できるように」といった願いが込められています。現代では、大人になっても自分自身で考えて健康的な食生活を続けることができるように、学校給食は「教材」としての役割も担っています。

ゆりね

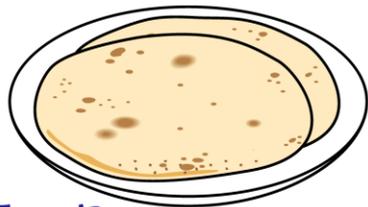


ゆりね

りん茎が重なる様子から、長寿や子宝を願っておせち料理に使われます。

ゆりの球根を食用に大きく栽培したもので、主に、オニユリ、コオニユリ、ヤマユリの3種類が用いられます。かつては全国各地で栽培されていましたが、現在は99%が北海道産で、苦味の少ないコオニユリの栽培品種である「白銀」という品種が中心です。ゆりねの栽培には時間と手間がかかり、タネとなる「子球」を育てるまでに3年、畑に植えて収穫するまでにさらに3年もかかる上、傷をつけないようにほぼ手作業で行われるため、高価になっています。ホクホクとした食感と、甘味の中にほのかな苦味があるのが特徴で、炊き込みご飯や茶碗蒸し、天ぷらなどの和食はもちろん、グラタンやコロケなどの洋食にも合います。なお、ユリ科植物には有毒なものもあるので、食用として売られているもの以外は食べないようにしてください。

グアテマラ



トルティーヤ

とうもろこしの粉から作る、平たいパン。



ペピアン

かぼちゃの種とごま、香辛料、野菜などを炒めてペースト状にし、肉類を煮込んだシチュー。

正式名称：グアテマラ共和国 面積：10万8,889km² (北海道+四国よりやや大きい)
人口：約1840万人 (2024年、世界銀行) 首都：グアテマラ市

中央アメリカ北部に位置する国で、メキシコ、ベリーズ、ホンジュラス、エルサルバドルと国境を接し、北東はカリブ海に、南は太平洋に面しています。低地や海岸地域は高温多湿な熱帯性気候ですが、首都のグアテマラ市は標高1,500mの高原にあり、1年中温暖な気候で、「常春の地」と呼ばれています。世界有数のコーヒーの産地として知られるほか、バナナやサトウキビなど、農業が盛んです。かつて、マヤ文明の中心地として栄えた場所ですが、他の中南米諸国と同様にスペインの植民地となり、食文化もその影響を受けています。一方で、マヤ系先住民が今も数多く暮らし、独自の文化や言語を大切にしている多文化・多言語の国でもあります。主食は、とうもろこしの粉を練って平たく焼き上げたトルティーヤで、おかずを包んだり、スープをつけたり、いろいろな食べ方をします。

1月の行事&記念日

3択クイズ



1/1 元日

Q1 おせち料理の「だて巻き」には、どんな願いがこめられている?

① 知識が身に つくように
② 恋がうまく いくように
③ 長生きできる ように

1/7 人日の節句

Q2 この日に食べる春の七草の中で、スズシロとは何のこと?

① かぶ ② 大根 ③ れんこん

1/11 塩の日

Q3 「塩少々」とは、どのぐらい?

① 2本の指でつまんだ量
② 小さじ1ばい
③ コップ1ばい

1/15 小正月

Q4 この日に健康を願って作るおかゆには何を入れる?

① たまご ② 梅干し ③ あずき

1/20 二十日正月

Q5 お供え物を食べ尽くす風習があるこの日は、何といわれている?

① 空正月 ② 骨正月 ③ 皿正月

1/24~30 全国学校給食週間

Q6 日本で最初の学校給食として伝わるのはどのメニュー?

① カレーライス ② おにぎり、焼き魚、つけ物 ③ コッペパン、トマトシチュー

Q1 ① [春物(書物)を表す] Q2 ② [かぶは「スズシロ」] Q3 ① Q4 ③ Q5 ② Q6 ②

Q7 ① [明治22年の山形県の給食]