



給食だより



保谷小学校
栄養士

NO18. 6.1.24

1月24日~30日は 学校給食について知ろう!



学校で食べる給食は、単なる昼ごはんではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。このように、現在ではさまざまな教育的効果が期待される学校給食ですが、もともとは、おなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。学校給食がたどった歩みを見てみましょう。

学校給食の始まり



日本の学校給食は、1889（明治22）年、山形県鶴岡町（現・鶴岡市）にある大督寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大督寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まっていきましたが、戦争による食料不足の影響で実施できなくなってしまいました。

明治 22 年ごろ	大正 12 年ごろ	昭和 17 年ごろ
 <p>おにぎり 塩ヅケ 漬物</p>	 <p>五色ごはん 栄養みそ汁</p>	 <p>すいとんのみそ汁</p>

支援物資による学校給食の再開



戦争が終わり、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、1946（昭和21）年に、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。当初は給食用物資の贈呈式が行われた12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、1950（昭和25）年度からは冬季休業と重ならない1月24日～30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。



昭和25年に、アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、「パン・ミルク・おかず」の完全給食が始まりました。

学校給食は教育活動に



1954（昭和29）年に「学校給食法」が公布・施行され、学校給食は教育活動として実施されることになりました。それから、時代の移り変わりとともに、子どもたちの食生活を取り巻く環境は大きく変化し、学校給食の内容も変わっていきました。



昭和30年代後半には脱脂粉乳のミルクが牛乳へと切り替わり、コッペパン以外のパンやソフトめんなど、主食の種類が増えていきました。米飯が正式に導入されたのは昭和51年のことです。

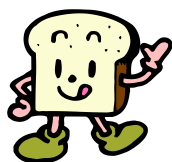
保谷小でもこの期間にめぐみちゃんメニュー、外国料理、タイムスリップメニュー、姉妹都市の紹介メニュー、地元の郷土料理、など特色のある献立を取り入れました。

レシピ紹介

地場農産物の小松菜を使ったメニューです。

小松菜チャーハン

材料名	分量 (4人分)	作り方
七分つき米	2.5合	① 米と麦を合わせて2合半分をとぎ、調味料とごま油を入れて、普通の水加減よりほんの少し減らしてごはんを炊く。 ② 豚肉に下味をつけておく。 ③ たけのことににんじんは千切りにしておく。 ④ 小松菜は1cm位に切ってさっとゆでておく。 ⑤ ②と③を炒め、塩とこしょうで味を整える。 ⑥ ※の炒め油を熱し、ごはん⑤の具を炒め合わせ、最後によく絞った④を加える。 ⑦ しょうゆとごま油で仕上げる。
薄口しょうゆ	大3/5	
純米酒	小1	
天塩	小2/3	
ごま油	小1	
水	通常より控え目	
炒め油 ※	大1+1/2	
豚もも小間	100g	
しょうゆ	小1/4	
純米酒	小1/4	
ゆでたけのこ	25g	
にんじん	30g	
炒め油	小2/3	
純米酒	小1/3	
天塩	小1/4/少々	
こしょう	少々	
しょうゆ	小1	
ごま油	小1/2	
小松菜	100g (1/3束)	



ぜひ、おうちでも作ってみてください！！

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づ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正しい手洗いや、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おう。



消毒には85℃で1分間以上の加熱か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もっている場合（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。



感染症対策が必要な時期ですので、気をつけましょう！