



給食だより



西東京市立谷戸第二小学校
校長 鈴木 優介
栄養士
令和5年1月10日

あけましておめでとうございます。いよいよ学年最後の学期となりました。厳しい寒さがまだまだ続きます。食事で体を芯から温め、免疫力を高めることで風邪や感染症に負けない体を作って元気に過ごしましょう。今年も安心安全でおいしく魅力ある給食で、頑張る子供たちを応援していければと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

謹賀新年



新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。冬休み中に生活リズムが乱れてしまった人はいませんか？ 寒くて起きるのがつらい時期ですが、早寝・早起きをし、朝ごはんを食べて元気に登校しましょう。

冬の野菜は甘い!?

冬が旬の野菜は、寒さで凍らないよう、細胞に「糖」を蓄えるため、甘く感じます。また、雪がたくさん降る地域では、「越冬野菜」といって、秋に収穫する野菜をそのまま埋めておき、雪の中で保存する方法があります。寒さで野菜の甘味やうま味が増して、よりおいしくなるそうです。冬ならではの野菜の甘味、ぜひ味わってみてください。



うさぎのように野菜をモリモリ食べよう！



1月24日～30日は 全国学校給食週間です

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供たちのために、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、山形県鶴岡市(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、貧しい家庭の子供たちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子供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
おにぎり 塩たけ 漬物	五色ごはん 栄養みそ汁	すいとんのみそ汁

支援物資による学校給食の再開

戦争が終わり、子供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 22 年ごろ	昭和 27 年ごろ
ミルク(脱脂粉乳) トマトシチュー	コッペパン ミルク(脱脂粉乳) 鯨肉の竜田揚げ せん切りキャベツ ジャム

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」の完全給食がはじまりました。

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、子供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 40 年ごろ	昭和 51 年ごろ
ソフトめん ミートソース 牛乳 フライポテト 黄桃	カレーライス 牛乳 塩もみ ゆで卵

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。

★野菜たっぷりカレンダーイラスト原画展★

西東京市栄養士連絡会主催で、市内の保育園児及び小学生から野菜に関するイラストを募集し、一次審査、二次審査を経て12作品を選出し、「野菜たっぷりカレンダー」を作成しました。ご応募いただいた野菜に関するイラストのうち、一次審査を通過した作品の原画展が開催されました。本校からは7名の児童の応募があり、そのうちの2名の作品が展示されたので紹介します！



3年3組
さんの作品
カレンダーの上半期の絵に選ばれました！手に持った夏野菜がツヤまでとても上手に描かれていて素敵です！

3年2組
さんの作品
一次選考を通過しました！トマトがおいしそうに描かれていて、食べている人たちの楽しそうな様子も伝わってきます！



	食品名	産地名	食品名	産地名	食品名	産地名	食品名	産地名
12月の主な食材料の産地	米	新潟県	にんじん	新潟県	大豆もやし	群馬県	ピーマン	茨城県
	豚肉	群馬県	じゃがいも	長崎県・北海道	きゅうり	群馬県	チンゲン菜	千葉県
	鶏肉	岩手県	キャベツ	西東京市	ほうれん草	西東京市・群馬県	れんこん	茨城県
	モウカサメ	宮城県	ごぼう	青森県	小松菜	西東京市	かぼちゃ	鹿児島県
	さわら	長崎県	長ねぎ	西東京市・栃木県	白菜	西東京市	パセリ	千葉県
	いか	ペルー	大根	西東京市	しょうが	高知県	ゆず	徳島県
	しらす干し	高知県	かぶ	石川県	にんにく	青森県	えのきたけ	新潟県
	ししゃも	アイスランド	にら	茨城県	セロリ	静岡県	りんご	山形県・岩手県
	玉ねぎ	北海道	ブロッコリー	群馬県	カリフラワー	愛知県	みかん	愛媛県