

給食だより



西東京市立ひばりが丘中学校
令和7年1月7日

新年あけましておめでとうございます。新しい年が始まりましたが、学校ではこれからが1年の総まとめとなる3学期です。寒さが一段と厳しくなり、かぜやインフルエンザが流行する季節です。寒さに負けずに、栄養バランスのよい食事と十分な睡眠をとって元気に乗り切りましょう。本年もよろしくお願いいたします。

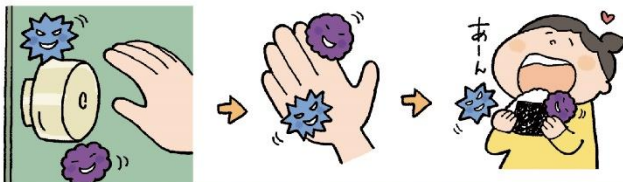
寒さに負けない生活習慣を 心がけよう

冬も元気にすごすためには、抵抗力を高めることが大切です。バランスのよい食事をとって、適度な運動をし、十分な休養と睡眠をとります。また、手洗いとうがいをし、病原菌が体の中に入らないようにしましょう。



手が菌の運び屋に!?

手はいろいろなものに触るので、手を介して食べ物やほかの人に汚れや細菌、ウイルスなどが移動する危険があります。つまり手が菌の運び屋になってしまうのです。かぜや食中毒予防のために石けんを使ってしっかり手を洗うことが大切です。



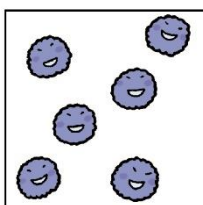
食事の前に空気の入れかえ

部屋のドアや窓を閉めきったままにしておくと、部屋の空気が汚れます。食事の前には、窓を開けて空気の入れかえをしましょう。



冬の食中毒

ノロウイルスに注意!



ノロウイルスはウイルスの中でも小さく、球形をしています。冬に流行することが多く、感染するとおう吐や下痢などを起こします。予防には右表のように、手洗いや食品の十分な加熱が大切です。

かがみびら 鏡開き



かがみ 鏡もちを おいしく 食べて
ことし ねん げんき
今年1年、元気にすごしましょう!

- 石けんを使って
ていねいに手を洗う
- 食品の中心部まで
(85~90℃で90秒間
以上) 加熱する



学校給食は子供たちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための1週間です。この機会に、学校給食がたどった歩みを見てみましょう。

給食が始まったのはいつ？



日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)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、お金を使った、貧しい家庭の子供たちに食事を用意しました。

明治22(1889)年



- ・おにぎり
- ・塩づけ
- ・青菜の漬物

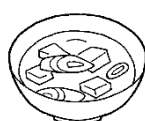
その後・・・

大正12年9月1日に関東大震災が発生。義援金により給食実施。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推奨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りました。

大正12(1923)年

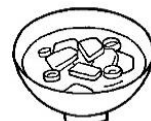


・五色ご飯



・栄養みそ汁

昭和17(1942)年



・すいとんのみそ汁

支援物資により学校給食が再開！

昭和20年に戦争が終わり、子供たちの栄養状態の悪化が心配されたことから、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、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。

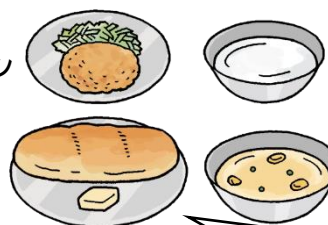
昭和22(1947)年



- ・ミルク(脱脂粉乳)
- ・トマトシチュー

昭和27(1947)年

- ・コッパパン
- ・マーガリン
- ・ミルク(脱脂粉乳)
- ・ポタージュスープ
- ・コロッケ
- ・せん切りキャベツ



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。

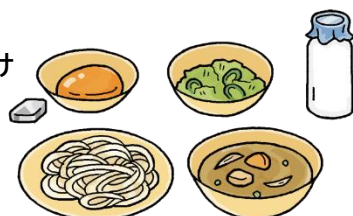
学校給食は教育活動に

カレーシチュー・くじら肉の竜田揚げ・ジャムなどもありました。

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きました。

昭和40(1965)年

- ・ソフト麺のカレーあんかけ
- ・牛乳
- ・甘酢和え
- ・果物(黄桃)
- ・チーズ



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、コッパパン以外のパンやソフト麺など、主食の種類が増えていきました。ソフト麺はカレーあんかけだけでなく、ミートソースなどもありました。

米飯が正式に導入されたのは、昭和51年のことです。当初はご飯を炊くための設備が整わず、おかずを作る鍋でご飯を炊く施設が多かったです。

現在の学校給食は、国際色豊かな献立や、昔ながらの郷土料理、行事食なども提供されています。

昭和51(1976)年

- ・カレーライス
- ・牛乳
- ・塩もみ
- ・果物(バナナ)
- ・スープ

