

# 中学校 給食・食育だより

令和7年(2025年)1月  
第一学校給食共同調理場

あけましておめでとうございます。年末年始のお休みの間は、どのように過ごしましたか？冬休みに生活リズムが乱れてしまった人もいないのでしょうか。規則正しい生活を心がけ、手洗いうがいなども忘れずに3学期も元気に過ごしましょう。



## 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。



## 学校給食の移り変わりを見てみよう！

明治22年	戦後(昭和20~30年代)	現在
<p>私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。</p>	<p>支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。</p>	<p>地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。</p>

## 日本で万博が開催された土地の料理を食べよう！



今年の給食週間は、2025大阪・関西万博が行われることにちなみ、過去に日本で万博が開催された土地の料理を献立に取り入れました。

### ★24日 船場汁(大阪府)

大阪の間屋街である船場で生まれた料理です。塩さばのあらと大根を使っとうしお汁で、船場で古くから家庭料理として親しまれてきました。給食では、生さばの角切りを使います。

### ★27日 クープイリチ

#### シークワサーサラダ(沖縄県)

クープイリチはお祝い事に欠かせない昆布料理です。シークワサーは、沖縄県北部地域(やんばる)で昔から親しまれてきたかんきつ類の一つです。

### ★29日 煮合い(茨城県)

れんこんやごぼうなど、茨城県の特産品である食材で作られる、酢の入った根菜の煮物です。「煮て和える」から「煮合い」と呼ばれるようになりました。

### ★30日 赤みそおでん(愛知県)

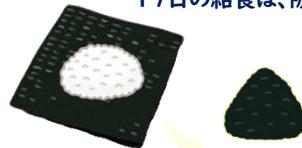
愛知県の食に欠かせないのが、八丁みそに代表される豆みそ(赤みそ)です。愛知県のみそおでんは具材をみそだれにつけて食べますが、給食では赤みその入っただし汁で具材を煮込んで提供します。

## 阪神・淡路大震災から30年



平成7年(1995年)1月17日に、阪神・淡路大震災が発生しました。寒さの厳しい中、被災した多くの人たちを支えたのは、ボランティアによって届けられた炊き出しの「おむすび」です。震災発生から5年が過ぎた平成12年(2000年)、食料の重要性やボランティアの善意を忘れないために、この日は人と人との心をつなぐ「おむすびの日」として、制定されました。

17日の給食は、阪神淡路大震災にちなんで献立です。



「おむすび用のり」にご飯をのせ、自分でおむすびを作りましょう。ごぼうのきんぴらをおむすびの具にしてもいいですね。

当時枚方市から被災地にボランティアに行った方々が炊き出しを行ったのが「肉だんご入り野菜スープ」です。



## 体があたたまる料理を食べよう！ ~1月の献立より~

### ★8日(水) ぶりの照り焼き 黒豆 煮しめ 雑煮

お正月に食べるおせちは、新しい年をむかえるお祝いの料理です。一つひとつの料理にそれぞれ願いが込められています。



### ★14日(火) 小豆餅

昔は15日までが正月とされていて、この日は小正月と呼ばれていました。小正月の朝に小豆粥(あま粥)を食べることで邪気を払い、一年を健康に過ごすことができるとされています。給食では、小豆餅を提供します。



### ★20日(月) たら甘酒みそ汁

20日は「大寒」です。1年を24分割した二十四節気(せち)の最終節で、1年の中で最も寒さが厳しい時期です。寒稽古や寒中水泳などが行われ、大寒卵、寒餅、甘酒、みそ、寒の時期の魚介類などを食べる風習があります。給食では、冬が旬の「たら」と「甘酒」を使ったみそ汁を提供します。

### ★28日(火) くじら肉のノルウェー風

「くじら肉」は戦後、食糧難だった日本の生活を支えてくれた食べ物です。くじら肉はたんぱく質や鉄分が多く、栄養価が高いことから、日本では昔から食べられてきました。給食では、食べやすいケチャップ味で提供します。



《今日の給食(山田中)》