

# 中学校 給食・食育だより

令和6年(2024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るのではないのでしょうか。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。



## お正月の行事食「おせち」を食べよう！

おせちは、新年の健康や繁栄を祈って年神さまへ料理をお供えし、年が明けてから神様のお下がりとしていただくものです。一つひとつの料理にそれぞれ願いが込められています。

**田作り:** いわしを農作物の肥料にして使った田畑が豊作になったことにちなみ、「一年の農作物がよく育つように」。

**れんこん:** 穴が開いていることから、「未来が見通せるように」「将来の見通しがよくなるように」。

**くわい:** 大きな芽が出るため、「めでたい」の語呂合わせや「芽がでますように」と出世を願う気持ち。

**煮しめ:** 様々な食材と一緒に煮ることから、「家族が仲良く一緒に結ばれ、末永く繁栄しますように」。

**伊達巻き:** 伊達巻きの形が巻物に似ているため、「知識が増えますように」。



## お雑煮とは？

お雑煮とは、昔からおめでたい日に食べられている日本の伝統的な料理です。地域や家庭によって具材や味付けなどが様々ですが、お餅は必ず入っています。

味付けには、すまし・白みそ・小豆汁、お餅の形が丸い・四角い、具材の種類など、様々な違いがあります。給食では、白みそ味でお餅が丸く、金時人参や大根、ほうれん草が入ったお雑煮を提供します。

### 西日本の代表的なお雑煮



白みその味付けに丸いお餅が入ったお雑煮です。給食にもこのお雑煮がでてきます。

### 東日本の代表的なお雑煮



具材をあまり入れすぎず、すまし汁であっさりしているのが特徴のお雑煮です。

## 1月17日「阪神・淡路大震災」が起こった日

1995年1月17日5時46分、兵庫県や大阪府に大きな被害をもたらした「阪神・淡路大震災」が発生しました。みなさんも大きな災害に備えて防災グッズの準備や、地域のハザードマップの確認など、家族の人と一緒に見直してみましょう。

★1月17日の給食では、当時枚方市からボランティアに行っていた方々が炊き出しをした「肉だんご入り野菜スープ」を提供します。



## 1月24日～30日は全国学校給食週間！

今年の給食週間は、「日本の歴史ごはんを食べよう!」をテーマに献立をたてました。昔の日本ではどんな食事を、どんな歴史的背景でしていたのか、理解を深めましょう！

### 24日:平安時代・・・いわしつみれ汁

紫式部を含む貴族たちの食事は豪華でしたが、毎日同じ食事でした。その中でも、紫式部は夫に隠れてたくさん食べるほどの「いわし好き」だったそうです。



### 25日:鎌倉時代・・・焼きとり

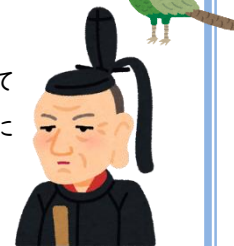
織田信長は、戦で成果をあげた徳川家康を安土城に招待し、3日間で4回の豪華な食事「本膳料理」をふるまい、合計140品の料理が並びました。

当時はキジ肉を使った焼きとりでしたが、給食では鶏肉を使っています。



### 26日:江戸時代・・・あんかけ豆腐

江戸幕府の安定した存続のためには、何事も「前例通り」が大事とされていました。將軍の朝ごはんも毎日同じ内容かつ、歴代徳川將軍の月命日には魚を食べてはいけない決まりもあったそうです。



### 29日:明治時代・・・牛鍋

明治政府は富国強兵のためには食事から改善するべきだと考え、奈良時代から続いていた肉食の禁止をやめました。牛肉の食べ方の中で一番人気だったのが今の「すき焼き」のもとになった「牛鍋」という料理です。

実際に肉食が再開されてから、日本人の平均身長は伸び始めました。

