

あけましておめでとうございます

みなさん、冬休みはいかがでしたか。早いもので今年度もあと数か月となりました。今の学年で給食を食べる日もわずかです。残りの1日1日を大切に過ごしていきたいですね。ところで、休み明けに朝起きられなかったり、だるさや眠気がとれなかったりする人はいませんか？冬休み中に、つい夜ふかしや朝寝坊をしてしまった人も多いと思います。生活リズムを整えるには、早寝・早起き・朝ごはんが基本です。寒くて布団から出るのがつらい季節ですが、早起きをして朝ごはんをきちんと食べてから登校しましょう。

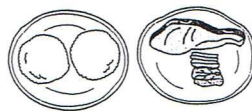


給食の再開をお祝いする日

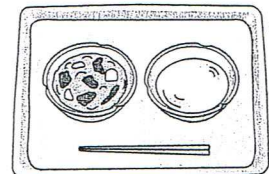


1月24日（日）から30日（土）は全国学校給食週間です。日本で学校給食が始まったのは、明治22年、山形県鶴岡市です。お弁当を持ってこれない子どもたちにおにぎりや塩ザケ、漬けものなどを出したのが給食の始まりとされています。それから、好き嫌いをなくす、栄養的にもよいという理由から、全国的に給食が広まりました。そして、第二次世界大戦が起き、日本中で食べものが足りなくなって給食もできなくなりました。戦争が終わって、ユニセフなどから子どもたちの給食にと、小麦粉と脱脂粉乳がプレゼントされ、また給食が始まりました。本当は12月24日なのですが、今はこの日は給食がないので、1か月後の1月24日からの1週間を給食記念週間としました。おうちで、お父さんやお母さんに、子どものころの給食の様子を聞いてみるのもいいですね。

＊戦後、給食が再開された時と、現在の給食にはどんな違いがあるのか見てみましょう。

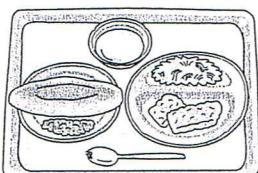


◀明治22年
日本で最初の給食
おむすび
塩ザケ
つけもの

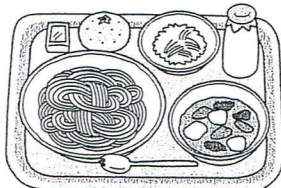


◀昭和20年代
トマトシチュー
脱脂粉乳

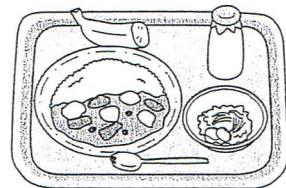
戦後～昭和30年ごろ		現 在
・脱脂粉乳：子どもにも大人にも不人気でした。たまにココア味が出ました。	飲み物	・牛乳：シチューなど、牛乳料理の時はヨーグルトやコーヒーマルが出ることもあります。
・炊飯器などなかったの、主食はほとんどコッペパン。2枚組の厚切り食パンも出ました。エネルギーを値段が安い穀類でとるため、今より小麦粉の量が多く、大きかったです。月に1回～2回、ジャムやマーガリンがつくことがありました。揚げパンはこのころから人気でした。	主食	・炊飯器が入ることなどにより米飯給食が多くなりパンの回数が少なくなりました。パンはいろいろな種類があり、サンドイッチ、トーストなどの調理パンが出ます。うどん、ラーメン、スパゲッティの時もあります。
・調理器具が釜だけなので種類が少なかったです。和風の煮物が多く、五目煮や筑前煮などをパンと組み合わせていました。肉類は値段の安いクジラ肉が多く使われました。クジラの竜田揚げは人気がありました。	おかず	・主食にあった組み合わせがされています。和風、洋風、中華など、世界の国々の料理が取り入れられ、数種類の料理が出ます。油のとり過ぎを防ぐため、オープン料理も多いです。
・回数が少なく、お汁粉やきなこ団子など、和風のものが喜ばれました。果物もほとんど出ませんでした。	デザート	・季節の果物や、ゼリー、タルトなどが出ます。洋風のものが人気があります。



◀昭和30年代
コッペパン
脱脂粉乳
クジラの竜田揚げ
せん切りキャベツ
ジャム



◀昭和40年代
ソフトつけめん
牛乳
甘酢あえ
みかん
チーズ



◀昭和50年代
カレーライス
牛乳
サラダ
バナナ