



# 給食だより



令和 8 年

さいたま市立上小小学校

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きりましょう。

1 月は全国学校給食週間があります。これを機に身近な給食の役割について知り、考えてみましょう。

1 月 24 日から 30 日は

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん  
**全国学校給食週間**



学校給食は、子ども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の重要な役割を果たします。

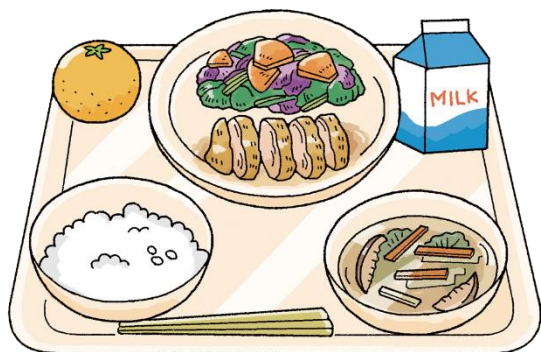
全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための 1 週間です。

## 給食の歴史

明治 22 年 (1889 年)	山形県鶴岡市（現在）の私立忠愛小学校で、お弁当を持って来ることの出来ない子どもたちのために、学校で調理した食事を提供する。※学校給食の始まり
昭和 7 年	全国各地で国庫補助による給食が始められる。
昭和 18 年	戦争で食べるものが無くなり、給食が中止される。
昭和 21 年	アメリカやララ（アジア救済委員会）、連合軍などからの物資援助により、給食が再開される。
昭和 25 年～ 30 年頃	アメリカから小麦粉の援助を受け、パン・ミルク（脱脂粉乳）・おかずの完全給食が実施されるようになる。
昭和 40 年代頃	脱脂粉乳から牛乳に切り替わる。
昭和 50 年代頃	米飯給食が開始される。

日本の学校給食は、山形県の私立忠愛小学校において貧困児童を救うために、昼食が提供されたことが始まりとされています。その後、戦争のために中断されていましたが、戦後の食糧難により児童の栄養状態が悪化したことから、その必要性が叫ばれるようになり、再開することになりました。試験的に昭和 21 年 1 月 24 日に三都県（東京、神奈川、千葉）で実施することになり、同日に東京都内の小学校でララ（アメリカの宗教団体等からなるアジア救援公認団体）からの給食用物資の贈呈式が行われました。その日を学校給食感謝の日と定めていましたが、その後、冬季休業と重ならない 1 月 24 日から 30 日までの間を「全国学校給食週間」としました。

# 給食は生きた教材

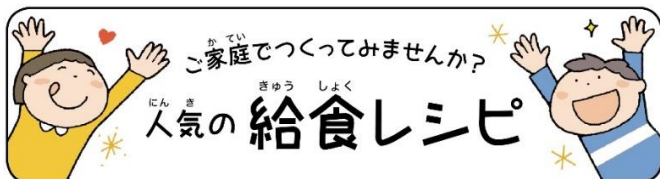
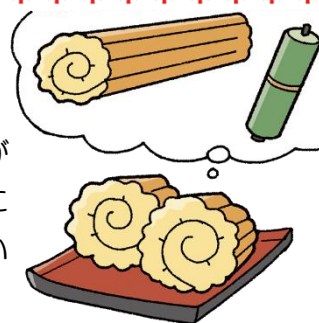


給食の時間では、準備から片づけの実際の活動を取り返し行うことで、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけることができます。また郷土料理や世界の料理を通して、自分たちの国や地域の歴史、文化、自然環境について考え、関心をもつきっかけになります。



## 学問へ願いを込めた「だて巻き」

正月に食べるおせち料理には料理や食材によってさまざまな意味が込められています。だて巻きは、おせち料理の一つで、その形は巻物に見立てられていて、「学問がよくできるようにとの願いが込められている」といわれています。



## しらたま 白玉ぜんざい

材料(4人分) ※一人分は4年生の給食1食量です

白玉もち(冷凍)	120g
あずき(乾燥)	40g
砂糖	32g(大さじ3と1/2)
食塩	0.08g(少々)
水	160cc

### 作り方

- ①あずきを一度ゆでこぼし、あくを抜く。
- ②規定量の水で柔らかくなるまで煮て、砂糖を加える。
- ③最後に塩を加え、あんを仕上げる。
- ④白玉もちをゆでて、③に入れる。

\* 給食では1月9日(金)に出します。

せっけんを使った

てあら  
手洗いで

よぼう  
かぜを予防しよう



★あずきが柔らかくなる前に砂糖を加えてしまうと柔らかく煮えませんので、ご注意ください。