

給食だより

(毎月19日は食育の日)



令和8年 1月号
川口市立前川東小学校

学校給食について知ろう!

学校給食のはじまり

写真:新潟県栄養教諭 佐藤美春先生

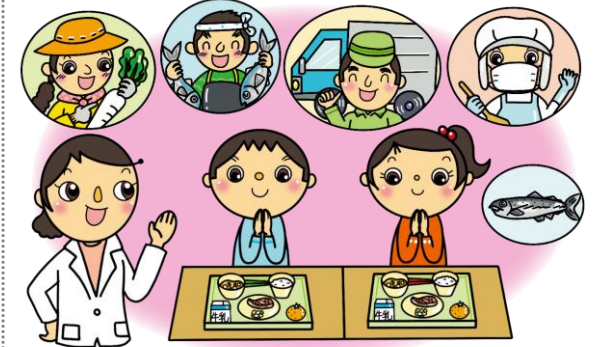


小学校があったお寺の境内には、今は記念碑が建てられています(山形県鶴岡市の大督寺)。

明治22(1889)年、山形県鶴岡町(現・鶴岡市)の小学校で、家が貧しくお弁当を持ってこられない子どもたちのために食事を出したのが日本での学校給食のはじまりです。その後、戦争による食料不足で一時中断されてしまったものの、戦後、外国からの援助物資で再開することができました。



学校給食の役割



給食が始まった当初は、子どもたちへの栄養補給が主な目的でした。しかし現在は、栄養バランスのとれた食事と子どもたちの心身の発達や健康の増進を目指すことはもちろんですが、社会性や協同の精神、自然環境の尊重、勤労を重んずる態度、食文化や社会のしくみについて学ぶ、教育活動の一環として行われています。

感謝の気持ちをもって食事をしよう

学校給食も家庭での食事でも自然の恩恵のうえに成り立つものであり、多くの人の苦勞や努力によって支えられているものです。今月は「全国学校給食週間」もあります。この機会にあらためて食べ物の大切さや食事に関わる人の思いについて考えてみましょう。

1月17日はおむすびの日



1995(平成7)年、阪神・淡路大震災が起きた日です。この日は後に「おむすびの日」として記念日に制定されました。そこにはきっかけとなった出来事があったそうです。兵庫県の栄養教諭の先生から「おむすびの日」に関しての心に響くお話を伺ったので紹介します。



阪神・淡路大震災のとき避難所の運営をされていた大学の先生に伺ったお話です。

地震が起きてから開設した避難所に各地から善意のおむすびが届きました。近隣の農家のみなさんが家にあるお米を炊いて握って、避難所まで届けてくださったそうです。でこぼこ道を通って来ただろうに、そのおにぎりはまったく形が崩れていなかったといえます。

避難所では、手でつまんで食べられるおむすびはとてありがたかったそうです。そして、おむすびだったからこそ、配給の列に並び人たちを見ながら、「あと何人いるかな? あと何個あるから1個ずつならみんなと分けられるな…」と確認し、いただいたおむすびを分け合うこともできました。

避難所でパンやコンビニ弁当などが配られるようになると、最初のうちはみんな喜んで食べていたのですが、そうしたものは塩分が多いものが多く、体調を崩してしまう人も出てきました。日が経つにつれて、避難所のみなさんが真っ先に手を伸ばして食べていたのは、やはりお米、それもおむすびでした。

私たちのお米を主食に食べる食文化、ご飯を「おむすび」や「おにぎり」にして食べる食文化が災害時にとて役立ったというお話です。

その先生の学校では、1月17日には必ず朝会や給食時間でこの話を語り継ぎ、給食では、おむすびを各自で作って食べる体験が続いているそうです。「ありがたい(有り難い)」の反対の言葉は「あたりまえ(当たり前)」です。毎日の食事は決して「あたりまえ」ではない、ということをつたえていけたらと思っています」とお話を結んでいました。2024年の元日には能登半島地震も起きました。震災は決して他人事ではありません。食べ物の大切さやありがたさ、人の心の温もりを感じながら、毎日の食事をいただける人になってほしいと思います。



「寒中」、「塩の日」、「カレーの日」

1月はさまざまな行事があります。元日のお正月と7日の「七草」、15日の小正月などがよく知られますが、暦の上では小寒から大寒へと冬の寒さが一番厳しい時期にあたり、この時期においしくなる「寒」の食べ物があります。また「塩の日」「カレーの日」といった記念日もあります。

「寒」は、「小寒(2026年は1月5日)から大寒(1月20日)を頂点にして、立春(2月4日)の前日までの期間を指します。道場などに通う人は「寒稽古」がよく行われますね。寒の時期においしくなる食べ物として、水(「寒の水」)、ぶり、卵、しじみなどが知られています。



1月11日は「塩の日」です。戦国時代、駿河(静岡県)の今川氏から塩の流通を止められ、困っていた甲斐(山梨県)の武田信玄に対し、越後(新潟県)の上杉謙信が、敵であったにもかかわらず、武田に塩を送ったことになみまします。ここから「敵に塩を送る」ということわざが生まれました。



1月22日は「カレーの日」です。1982(昭和57)年、学校栄養士の先生たちが、戦後がっこう給食が再開されてから35年を迎えたことを記念して、24日から始まる「全国学校給食週間」を前に、全国で一斉に子どもが大好きなカレーの給食を行ったことがきっかけで制定されました。

