

食育だより

令和6年1月
船橋市立飯山満中学校

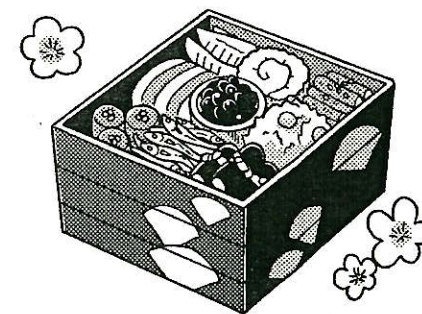
2024 年がスタートしました。毎日の食生活を大切にして、この1 年も健康で元気に過ごしましょう。

さて、1月24 日から1月30 日までは、全国学校給食週間です。いつも食べている給食に目を向けて、給食の役割について考えてみましょう。
給食の歴史を振り返るとともに、地域の文化や伝統を学べるよう地場産物を活用したり、姉妹都市の献立を再現しています。



正月に食べるおせち料理

おせち料理は、もともと旧暦の季節のかわり目の「節日」に神様に供えて、それを家族で食べるものでした。本来は五節句（人日、上巳、端午、七夕、重陽）の時のものですが、のちに正月の料理だけを指すようになりました。



→→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→

明治 22 年

おにぎり・塩さけ・菜の漬物

日本で最初の給食は、「おにぎり、焼き鮭、漬け物」だったそうです。当時を知る人は、おにぎりは今のようにならず白飯ではなかったといひます。

昭和 22 年

ミルク(脱脂粉乳)・トマトシチュー

戦後は食糧不足で、栄養失調の子どもが多かったです。その頃の小学校6年生の体は4年生ほどの大きさしかなかったそうです。栄養失調を救おうと、ユニセフによる援助を受け、給食がはじまります。

昭和 25 年

コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・ポタージュスープ・コロケ・せんキャベツ・マーガリン

アメリカから小麦粉の支援をうけて、パンが提供されます。今は全国的にごはんの和食給食がすすめられていますが、当時は支援をうけてだされたパン給食しかありませんでした。

昭和 40 年

ソフト麺のカレーあんかけ・牛乳・甘酢あえ・果物(黄桃)・チーズ

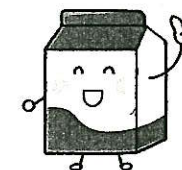
ソフト麺は正式にはソフトスパゲティ式麺といひます。「提供までに時間がたってもおびにくい麺はできないか」と考えて、給食用に開発された麺です。

昭和 52 年

カレーライス・牛乳・塩もみ・果物(バナナ)・スープ

この年、助成金がだされ、ごはん給食が始まりました。しかしまだ頻度は、月に1 回程度でした。ごはん給食が増えていくにつれ、各地の郷土料理も給食にだされるようになりました。

今の給食とくらべたり、ご家庭で給食の思い出を話したりしてみませんか？



※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの献立レプリカを参考にしています。

知っているかな 学校給食の歴史

学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22 年に山形県の私立忠愛小学校において始まったとされています。この給食は、貧しくて生活に困っている子どもたちを対象に無償で出されたものでした。現在の給食は、子どもたちの健康の増進や体位の向上を図ること、そして食育の教材としての役割があります。



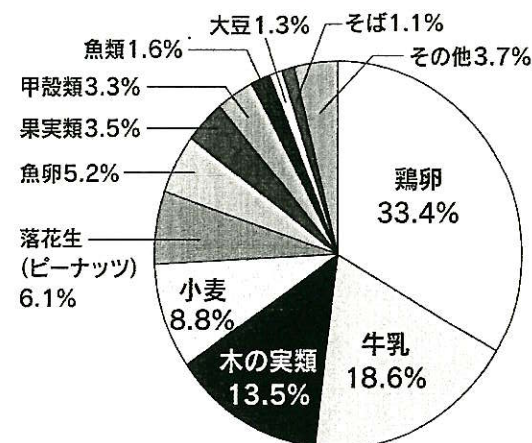
脱脂粉乳って何？

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。太平洋戦争後、食料不足で苦しむ子どもたちのためにアメリカなどからの支援を受けて、給食に脱脂粉乳を溶かしたミルクが提供されました。現在も「スキムミルク」として販売されていますが、当時の脱脂粉乳は今に比べて品質が悪く、あまりおいしいものではなかったようです。



Data で見える食育 ▶▶▶ 木の実類が食物アレルギー原因食物の3 位に

即時型アレルギー反応を起こした食物



消費者庁が行っている食物アレルギーの実態調査によると、2017 年までの原因食物の上位3 品目は鶏卵・牛乳・小麦でしたが、2020 年には木の実類の割合が増加し、3 位になりました。木の実類の中での原因食物としては、くるみが56.5%と最も多くなりました。

こうした状況を受け、消費者庁は、加工食品のアレルギー表示の特定原材料にくるみを追加しました。

出典 消費者庁「令和3 年度食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業報告書」より作成