



3学期も安全・安心な給食作りを給食室スタッフ一同、心がけてまいります。本年もよろしくお願いたします。

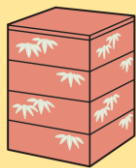
お正月はおせち料理やお雑煮、鏡開きなど日本の食文化を知る良い機会です。これからも大切にしていきたいですね。



# 伝統的な行事食



◆おせち・・・かつては季節のかわり目「節句」に食べていた料理ですが、のちに一番大切な節句であるお正月の行事食だけをさす言葉となりました。



「おせち」は新年の幸せを願って食べる行事食で、「めでたいことを重ねる」という願いも込め、重箱に詰めます。また、お正月は家事を休んでゆっくりし、火事の原因となる火を使うこともできるだけ避けていたため、保存の利く料理が中心となりました。おせち料理には「煮物」「焼物」「酢の物」「煮しめ」「飾り包丁」など伝統的な和食の料理とその調理技法が多く使われています。



## 祝い肴



いわばおせちの“ミニマムアイテム”。黒豆と数の子に田作り、たたきごぼうの三種が用いられることが多いです。

## 口取り



昆布巻き、かまぼこ、きんとん、伊達巻き、錦糸卵など、甘みを効かせて調理したものです。

## 焼き物



メインの料理になるよう、めでたい海の幸を使って焼き上げた料理です。鯛やぶり、えびがよく使われます。

## 酢の物



食事の口直しとし、めでたい赤色に染めることもあります。紅白なます、酢レンコン、ちよろぎなどを用います。

## 煮しめ



おめでたい由来の根菜を中心に一つの鍋で一緒に煮込むことから、家族が仲良く円満に暮らすことを願っています。

★お雑煮・・・「ハレ」の食べ物であるお餅と歳神様にお供えた作物を入れて神様の力をもらいます。



東京や神奈川では、かつお節で出汁をとり、醤油で味付けした汁に角餅が入るのが一般的なお雑煮です。具には、鶏肉、小松菜、かまぼこなどを入れます。

地域によって、汁の味付けやお餅の形、具など、たくさんの違いがあります。あんこの入ったお餅を使う地域もあります。日本各地のお雑煮について調べてみてはいかがでしょうか♪

★春の七草・・・春の七草をいれたお粥を食べて、お正月のごちそうで疲れた胃腸をやすめます。

1月7日は七草の日です。すずなはかぶ、すずしろは大根のことです。七草雑炊にしたり、みそ汁に七草を入れて食べたり、春の七草も地域によって食べ方はさまざまです。

春の七草、全て覚えられると良いですね。



# 1月24日～1月30日は全国学校給食週間です!!



## ☆給食のはじまり☆

明治22年山形県の小学校で、お弁当をもってこられない子どもたちのために昼食を出したのが、学校給食のはじまりであるといわれています。

その後、子どもたちの栄養状態の改善などを目的に学校給食が奨励されましたが、戦争が始まり給食は一時中止になりました。昭和21年12月24日、栄養不足の子どもたちを救うため、世界各国からの援助をもとに再開されました。これを記念し1ヶ月後の1月24日を給食記念日としています。(12月24日は学校が長期休みに入ることが多いため、1ヶ月後が記念日となっています。) 食べる事は私たちの生きる力の源となり、心と体の健康を育むものです。学校給食の歴史を振り返り、“食べる事”について改めて考えてみましょう。

## 学校給食 の歴史



### 明治 22 年

おにぎり 塩ざけ 菜の漬物

### 昭和 20 年

ミルク (脱脂粉乳) みそ汁

### 昭和 52 年

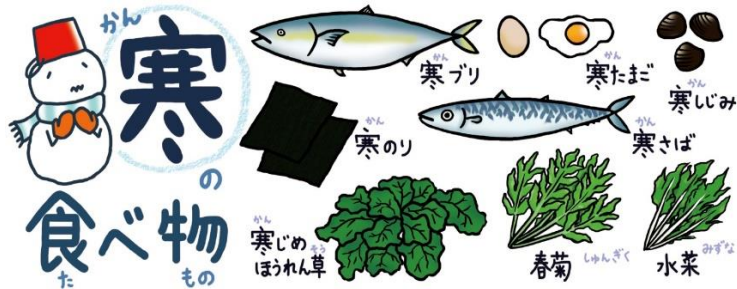
カレーライス 牛乳 塩もみキャベツ  
果物 (バナナ) スープ

### 昭和 40 年

ソフトめんのカレーあんかけ 牛乳  
甘酢あえ 果物 (黄桃) チーズ

### 昭和 27 年

コッパン ミルク (脱脂粉乳)  
鯨肉の竜田揚げ せん切りキャベツ



## 3学期の給食は

1月11日(木)開始です。

白衣のボタンや帽子・マスクのゴムなどの確認をお願いいたします。

給食当番は衛生管理のため、マスクを着用します。

マスクも白衣と一緒に給食当番セットに入れて

いただくようお願いいたします。



今年度の食育の日のテーマは、

「国語の教科書を

給食で味わおう！」です!

1月は、小学1年生で学習する

「おおきなかぶ」にちなんだ給食が登場します!

1年生と一緒に畑で育てた、“おおきなかぶ”もいよいよ給食に登場です!

お楽しみに♪



## おしらせ



1月分の引き落としは、

1月10日(水)に行います。

**4, 110円(手数料込)**

残高の確認をお願いいたします。