

給食だより



令和 6年 1月 9日
座間市立ひばりが丘小学校
校長 小宮 美紀

本年も子どもたちに喜んでもらえるよう、安全でおいしい給食づくりに努めていきますので、よろしくお祈りします。お正月には、おせち料理や雑煮を食べたでしょうか。おせち料理や雑煮は、地域や家庭によってさまざまな特徴や違いがあります。また、1月24日から30日は全国学校給食週間です。ご家族で食事を味わいながら、郷土料理や行事食について話題にしてみてくださいはいかがでしょうか。

お正月に食べるおせち料理

おせち料理とは、もともと季節の変わり目の「^{せち}節日」に、神様に供える食べ物「^{おせち}御節供」が略されたものです。その後、特に大切な節日であるお正月のみ、「おせち料理」と呼ばれるようになりました。おせち料理の一つひとつに、意味があり、願いが込められています。

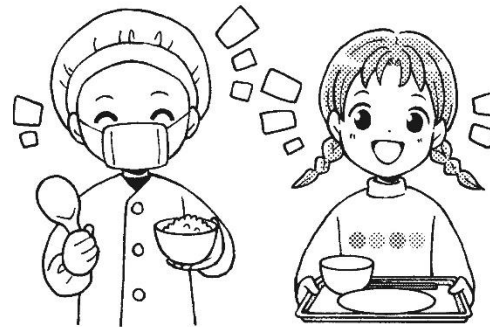
また、家庭や住んでいる地域によって、料理や重箱の詰め方なども違います。自分の住んでいる地域や家のおせち料理はどんなものでしょうか。



おせち料理の意味や込められた願い

<p>黒豆</p> <p>「まめ」は丈夫を意味し、健康に暮らせるようにという願いが込められています。</p> 	<p>数の子</p> <p>にしんの卵はたくさん数があることから、子孫繁栄の願いが込められています。</p> 
<p>田づくり</p> <p>かたくちいわしを肥料として田畑にまいて豊作になったことから、五穀豊穰を願っています。</p> 	<p>えび</p> <p>えびのように腰が曲がるまで長生きできるようにという願いが込められています。</p> 
<p>こぶ巻き</p> <p>よろ「こぶ」の言葉にかけた、縁起ものです。</p> 	<p>きんとん</p> <p>「金団」と書き、財宝に見立てて、豊かな1年を願ったものといわれます。</p> 

1月24日～30日は全国学校給食週間



学校給食の始まりは？

学校給食は、明治22年(1889年)、山形県の忠愛小学校で、家が貧しい子どもたちへ無償で昼食を出したのが始まりとされています。献立は塩さけ、おにぎり、漬物といわれます。その後、全国各地に広まりました。

学校給食の役割は？

現在の学校給食は、栄養バランスのとれた食事、成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、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に重要な役割を果たしています。

クイズ れんこんに穴があいているのはなぜ？

- ①酸素を取り入れるため
- ②水に浮かぶため
- ③虫に食われたため



①酸素を取り入れるため
れんこんは、土の中の地下茎で育ちます。水上の葉とつながり酸素を取り入れるために、穴があいています。

本当かな？ その情報

SNSなどでは誰でも情報を発信できるため、正しい情報だけでなく、誤った情報も広がります。流れてくる情報はすぐに信じず、いつの情報か、何のための情報か、書いた人は誰か、根拠となるデータはあるかなどをチェックして、よく見極めるようにしましょう。



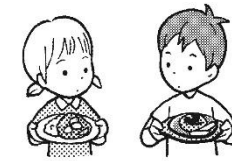
避けてほしい7つのこ食

ひとりで食事する「孤食」のほかにも避けてほしい「こ食」があります。

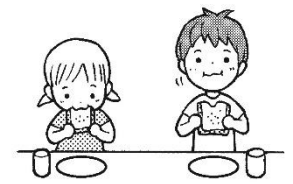
孤食 ひとりで食べる



個食 それぞれ違うものを食べる



子食 子どもだけで食べる



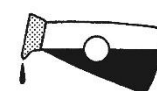
固食 同じものばかり食べる



小食 必要以上に食事の量を減らす



濃食 濃い味つけのものばかり食べる



粉食 小麦粉で作られたものばかり食べる

