

# 給食だより



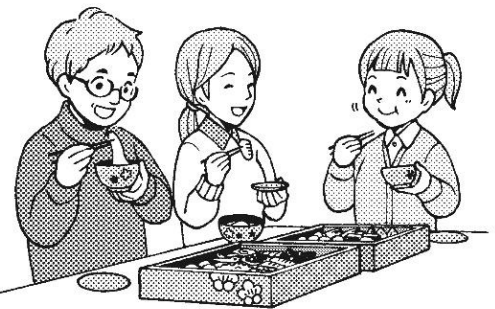
令和 7年 1月 8日  
座間市立ひばりが丘小学校  
校長 小宮 美紀

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。御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。


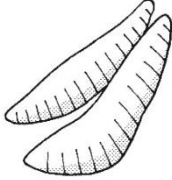

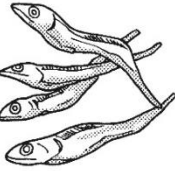
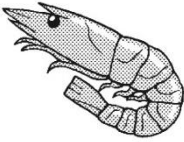

## お正月に食べるおせち料理

おせち料理とは、もともと季節のかわり目の「<sup>せちにち</sup>節日」に、神様に供える食べ物の「<sup>おせちく</sup>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。

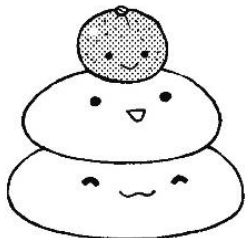
また、家庭や住んでいる地域によって、料理や重箱の詰め方なども違います。自分の住んでいる地域や家のおせち料理はどんなものでしょうか。



## おせち料理の意味や込められた願い

<b>黒豆</b> 「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。 	<b>数の子</b> 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。 	<b>こぶ巻き</b> よる「こぶ」の言葉にかけた、縁起ものです。 
<b>田づくり</b> 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、五穀豊穡を願っています。 	<b>えび</b> 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。 	<b>きんとん</b> 「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。 

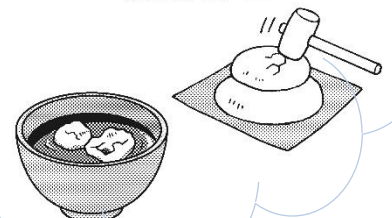
## 鏡もちの上にみかん？



丸く平たいおもちを重ねた鏡もちは、神様にお供えるものです。もちの上にみかんを飾る家庭も多いと思いますが、正式には「だいだい」という果実を飾ります。だいだいは冬が過ぎても落ちないため、「代々(だいだい)家が繁栄するように」という願いが込められているのです。

1月11日は

## 鏡開き



# 1月24日～30日は 全国学校給食週間

学校給食は、明治22年(1889年)、山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の私立忠愛小学校で、生活が苦しい家庭の子どもたちへ無料で昼食を提供したことが始まりといわれています。戦争中は食料不足などにより一時中断されましたが、昭和22年(1947年)に児童の栄養改善のために再開されました。

<p><b>明治22年(1889年)</b></p>  <p>・おにぎり、塩さけ、菜の漬物</p>	<p><b>昭和22年(1947年)</b></p>  <p>・トマトシチュー、脱脂粉乳(ミルク)</p>
<p><b>昭和30年(1955年)</b></p>  <p>・コッペパン、脱脂粉乳(ミルク)、アジフライ、サラダ、ジャム</p>	<p><b>昭和52年(1977年)</b></p>  <p>・カレーライス、牛乳、塩もみ、果物(バナナ)、スープ</p>

## 冬にも飲もう!! 牛乳

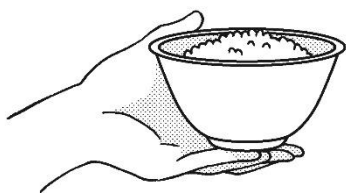
冬は、気温が低くなるため、牛乳の摂取量が減少します。特に年末年始は冬休みで給食がなくなることや、家庭で牛乳を飲む機会が少なくなりがちです。しかし、牛乳のもとになる生乳は、母牛からしぼるので、簡単には生産量を減らすことができません。

牛乳はカルシウムがたくさん含まれているので、温めて飲んだり、料理に使ったりして、しっかりとるようにしましょう。



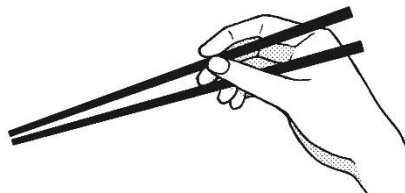
## 食器の持ち方・姿勢はできていますか？

### 茶わん



親指は茶わんのへりにかけ、残りの4本指をそろえ、糸底を支えます。

### はし



上のはしは、鉛筆を持つように、下のはしは、薬指と親指で支えます。

### 姿勢



背筋を伸ばし、体と机の間はこぶし1個分あけて、足はそろえて床につけます。