

# 1月 給食だより

あたら とし むか 新しい年を迎える、給食室一同、気持ちも新たに「安心安全で美味しい、喜ばれる給食」作りに励んで参りたいと思います。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

2026年1月9日  
町田市立南第一小学校  
校長 安東 深雪  
栄養士 和田 恵美

今年はうま年!



うまいように野菜をたっぷり食べよう!



箸をうまく使いこなしてきれいに食べよう!



よく味わってうまいを感じよう!



## 1月の予定と献立内容

### 1月15日(木)おせち・七草・鏡開き献立

「春の七草」とは、新春に摘むことができる七草の野草のことをいい、1月7日の「七草(人日の節句)」に春の七草を入れた粥を食べるお正月料理で疲れた胃腸を整え、1年間病気をしないといわれています。15日(木)の『若草たまご雑炊』は春の七草の中から、せり・すずな(かぶ)・すずしろ(大根)を入れたたまご雑炊です。

みなさんは春の七草を全部言えますか？ こたえは…



### 1月11日は鏡開き



鏡もちを小さく割ってお汁粉などに入れ、無病息災を願って食べる行事です。もちを小さくするのに、包丁など刃物を使うのは武士の「切腹」を連想させるため縁起が悪いとされ、木づちや手で割ります。また、「割る」ではなく「開く」という縁起の良い言葉が使われます。給食では鏡餅のような丸い白玉だんごに小豆を甘く煮たつぶあんをまぶして出します。白玉も小豆のつぶあんも給食室で手作りしていますよ！



### お年玉はもちだった！?

子どもたちにとって、お正月の楽しみといえばお年玉。新年を祝って、大人から子どもへお小遣いを渡す風習です。もともとは、お正月の「歳神様(年神様)」にお供えした「もち」を、歳神様からの贈り物として分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。





1/24～1/30は  
「全国学校給食週間」です

せんごくがっこうきゅうしょくしゅうかん こんだい  
1月23日(金)～30日(金) 全国学校給食週間にちなんだ献立

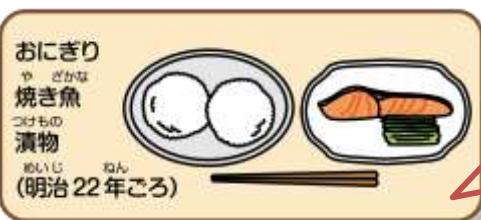
## 日本の学校給食のあゆみ



### 学校給食の始まり



明治22（1889）年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。この学校は大督寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが家々を回ってお経を唱え、いただいたお金や食べ物を使って食事を用意していました。大正12（1923）年には、子どもたちの栄養状態を改善するための方法として、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広がりましたが、戦争による食料不足で中止せざるを得なくなってしまいました。



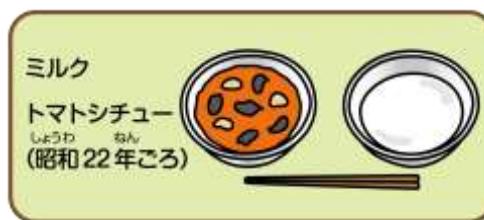
27日(火)は  
明治22年の  
給食にちな  
んだ献立♪



### 支援物資による学校給食の再開



戦後、子どもたちの栄養状態の悪化を心配する声が高まり、昭和21（1946）年12月24日にLARA（アジア救援公認団体）から給食用物資の寄贈を受けて、翌1月に学校給食が再開されました。当初は12月24日を「学校給食感謝の日」としていましたが、その後、冬休みと重ならない1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」とすることになりました。



28日(水)は昭和20年代に給食からうまれた人気メニュー♪、30日(金)は昭和20年代の人気メニュー♪



### バラエティー豊かな献立内容に



昭和29（1954）年に「学校給食法」が成立したこと、実施体制が法的に整い、学校給食は教育活動として位置付けられるようになりました。主食はパンが中心でしたが、昭和51年に米飯（ご飯）が正式に導入されると、カレーライスや炊き込みご飯などが登場し、献立内容が充実してきました。



23日(金)は米飯給食が始まった昭和50年代に給食に登場し、今も人気のカレーライス、29日(木)は東京都産の食材（糸寒天・あしたば）や町田市の食材（白菜キムチ・花ゆずゼリー）を使ったメニュー♪

このように、学校給食の内容は時代とともに変化していますが、いつの時代も変わらずに、「子どもたちが飢えることなく、おいしく食べて、健やかに成長できるように」といった願いが込められています。全国学校給食週間を通して、意義や役割など、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。