

食育だより



令和7年1月10日
大崎上島町立東野小学校

《1月食育目標》
〇感謝して食べよう

1年生

めざせ！おはしめいじん

1年生は、学活で「正しいはしもちかたをべんきょうしよう」をめあてに学習しました。ポイントは、上の箸はえんぴつを持つように1本持つ。下の箸は親指のつけ根と薬指の爪のあたりに持つです。最初は正しい持ち方で箸を動かすことに苦戦していた児童も、最後は豆運びにチャレンジできるようになり、意欲的に取り組みました。名人「家や給食でも正しい箸の持ち方で食べることができる」をめざして練習をしています。

正しい箸の持ち方で食事をすると・・・

- ・小さなものもつまめる
- ・食べ物をこぼさない
- ・お皿がきれいになる



＊箸の食文化を長く伝えていくためにも、正しい箸の持ち方を身につけましょう。

1月24日～30日は全国学校給食週間です。

日本の学校給食は、明治22年（1889年）山形県の小学校でお弁当を持ってこられない子供たちに、お坊さんが昼食を出したのが始まりとされています。その後、全国へ広まりましたが、戦争で食べ物が不足してきたので、給食をすることができなくなりました。戦争が終わっても食べ物は少なく、子供たちの栄養状態が心配されたことから、アメリカのLARA(アジア救済公認団体)から送られた物資を使い、昭和22年（1947年）給食が再開されました。



明治22年の給食

給食は時代の移り変わりとともに、いろいろなメニューが登場しています。日本の食文化や郷土料理、旬の食材や地場産物の活用、また栄養バランスの大切さや食事マナーの習得など、教育活動として位置づけられています。

今年度の大崎上島町給食統一メニューは『日本各地の行事食』です。

賀日あえ：広島県

賀日あえは「賀節（がせつ）」ともよばれ、尾道水道でとれる「あなご」と「ほうれんそう」を使い、正月などの祝いの日にお客様をもてなす料理として伝えられています。

材料(4人分)	分量	作り方
ほうれんそう	240 g	①ほうれんそうはゆでて水気をしぼり、3 cm長さに切る。 ②あなごは1 cm幅に切る。 ③白ごまは炒しておく。 ④調味料で、ほうれんそうとあなごを和える。 ⑤白ごまをふる。
あなご(味付き)	60 g	
しょうゆ	大さじ1	
砂糖	大さじ1.5	
酢	小さじ2	
白ごま	大さじ1	



フランス

ポトフ



ポトフはフランスの代表的な家庭料理。洋風おでんとも言われ、体を芯から温めてくれるため寒い冬にぴったり。大きめに切った野菜とベーコンやウィンナーをじっくり煮込む。

フイヤーベース

南フランスの郷土料理。魚介類と一緒にく、たまねぎ、サフランなどを入れ、トマトベースのスープで煮込んだ料理。



ガレット

北西部のブルターニュ地方の郷土料理。そば粉の生地をクレープのように丸く焼いてハムやチーズ、卵などをつつんで食べる。

