

# 食育つうしん

1月

発行：大阪市立平野中学校

## 行事食を知ろう

季節ごとの行事やお祝いの日に食べる特別な料理を「行事食」といいます。

行事食には、家族のしあわせや健康を願う意味や豊作への思いなどが込められています。

今月は年末年始の行事食について紹介します。

### 年越しそば

おみそ 大晦日12月31日に年越しそばを食べるようになったのは、江戸時代です。

そばは細く長いので長生きできるように、また、そばは切れやすいので、「その年の災いを切って、よい年を迎えられるように」と願って食べられるようになりました。



### 正月料理（おせち料理と雑煮）

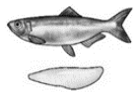
「おせち」は平安時代に宮中で行われていた「御節供」という行事が語源です。

もとは「節」（＝季節の変わり目）に収穫を感謝して神様にお供えする料理（＝節供）のことでしたが、特に重要な正月の料理を「おせち料理」というようになりました。各食材には縁起の良い意味があります。

数の子

ニシンの卵です。

子孫繁栄を願っています。



えび

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。



くりきんとん

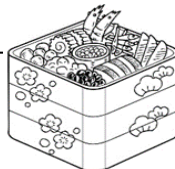
きんとん（金団）の金は黄金の意味を表します。「豊かな生活を送ることができるように」という願いが込められています。



黒豆

家族みんなが一年間

まめ（＝勤勉）に働き、喜らせるようにという願いが込められています。



ごまめ

かたくちいわしの

子どもを干したものです。昔は田の肥料として使われていたので、「田作り」と呼ばれ、五穀豊穡を願っています。

\*五穀豊穡…農作物が豊かに実ること



雑煮

各家庭、地域によって味付けや材料に違いや特色があります。



### 七草がゆ

春の七草を混ぜて炊いたおかゆです。正月のごちそうに疲れた胃腸を労り、不足しがちな青菜を食べるためと、健康で無事に過ごせるように願って食べます。中国の唐の時代に1月7日を「人日の節句」として熱い吸い物を食べた風習と、日本の「若菜摘み」という風習が合わさって食べられるようになったといわれています。



☆行事食の由来を知っていただきましょう。

# 給食で食を考えましょう!!

## ☆学校給食週間について知ろう

1月24日から30日までは「全国学校給食週間」です。

毎日食べている給食の歴史を知ること、給食への理解を深めるとともに、学校給食は給食に関わるさまざまな人のおかげでできていることを知しましょう。この一週間は特に感謝の気持ちをもって給食を食べるようにしましょう。

### ☆給食の歴史を知ろう

学校給食は、今から137年前の明治22年に山形県鶴岡町にあった忠愛小学校で始まりました。お弁当を持ってくるのができない子どもたちのために、おにぎり・塩ざけ・つけものなどを無料で提供した食事が学校給食の始まりとされています。

以来、各地に学校給食の提供が広がっていきましたが、戦争などの影響などによって中断した時期もありました。戦後の食糧難による栄養状態が悪化し、児童生徒の栄養改善を目的に外国からの支援を得て、昭和21年12月24日にふたたび給食の提供が始まりました。

この日を学校給食感謝の日と定め、冬休みと重ならないように1か月後の1月24日から1月30日までを「全国学校給食週間」としました。

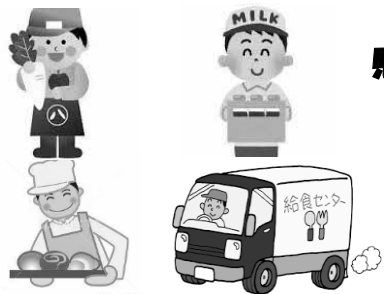


## ☆学校給食に関わる人々...



漁師・農家・畜産農家など  
食べ物を生産する人

献立を考える人、調理をする人、配膳をする給食当番の人



食品を卸したり、運んだりする人、パンを作る人

## 感謝の気持ちで

「いただきます」

たくさんの方が関わっているんだね。



大阪市食育推進キャラクター  
「たべやん」

## ★食べ物や給食に関わる人への

感謝の気持ちをもって食べましょう。

### 大阪市の学校給食のうつりかわり

昭和24年(1949年)

北中道、精華、金塚の3小学校で給食が始まる。

昭和25年(1950年)

大阪市内の全ての小学校で給食が始まる。

昭和56年(1981年)

月1回の米飯給食が始まる。

平成9年(1997年)

焼き物機が入り焼き魚やグラタンが献立に登場する。

平成13年(2001年)

米飯給食が週2回になる。

平成15年(2003年)

米飯給食が週3回になる。

平成19年(2007年)

食物アレルギー個別対応給食が始まる。

平成30年(2018年)

牛乳が紙パックになる。

令和元年(2019年)

学校調理方式の中学校給食が始まる。