

1月給食たより



令和 7 年 1 月 9 日
江戸川区立西小岩小学校
校長 大野 知子
栄養教諭

新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。あけましておめでとうございます。冬休み中は、日本の伝統文化に触れる機会も多かったのではないのでしょうか。正月料理には、豊作や無病息災などの願いが込められていますが、昔も今も、その願いは変わらないことを実感します。

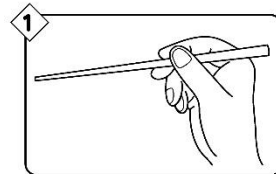
さて、今の学年やクラスで給食を食べるのもあとわずかです。給食時間を気持ちよく過ごせるように、今年の干支である「へび(巳)」にちなみ、一人一人が食事のマナーを改めて身(巳)につけてみませんか？

給食目標

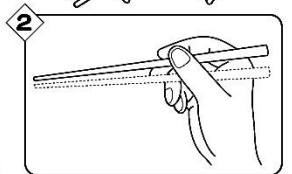
はしを正しく持とう

1月の給食目標は、「はしを正しく持とう」です。和食の心得は「はしに始まり、はしに終わる」といわれるほど大切です。給食時間中にクラスを回って見ているのですが、正しいはし使いの人が多く、これからも続けてほしいとおもいます。また、「はしの持ち方」についての動画を Teams の給食チャンネルのファイルにあげました。ぜひ、この冬休みにお家で見ながら、お子様のはしの持ち方を改めて一緒に確認してみてください。

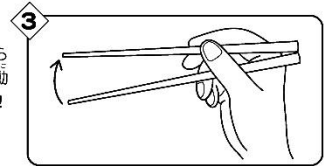
はしの持ち方 レッスン!



えんぴつを持つように1本を持つ。



点線の部分にもう1本を入れる。



上手に持てたら上のはしだけ動かしてみよう!



新年の無病息災を願う正月行事



—おせち料理の由来—

田づくり 音、いわしを田の肥料にしていたことから、豊作をもたらすという意味。



えび 腰が曲がるまで長生きするようになど、長寿の意味があります。

かずのこ かずのこはしんの卵巣。たくさん卵があるので、子孫繁栄の意味があります。



黒豆 まめで健康に暮らせませうよという意味が込められています。



正月の三が日が明けてからも、7日の「人日の節句」、11日の「鏡開き」、15日の「小正月」と、正月行事が続きます。人日の節句には、7種類の若菜を入れた「七草がゆ」を、小正月には、小豆を入れた「小豆がゆ」を食べて、1年の無病息災を願う風習があります。年未年始のごちそうで疲れた胃腸を休めるのにも、ぴったりな行事食です。また、鏡開きでは、歳神様にお供えしていた鏡もちを下げ、お汁粉などにして食べ、家族の健康や幸福を願います。鏡開きのもちを小正月の小豆がゆに入れることもあります。

1月24日～30日「全国学校給食週間」

1月24日から1月30日は、全国学校給食週間です。給食のはじまりは明治22年、山形県鶴岡市にある小学校とされています。そこから各地に広まっていきましたが、戦争で食べ物が不足し、一時中断せざるを得なくなりました。戦後も食べ物の不足が続き、子どもたちの栄養状態の悪化を背景に学校給食の再開を求める声が高まりました。その後、昭和21年12月24日にアメリカからの給食用物資の贈呈式が行われ、昭和22年に学校給食が再開されました。それ以来、12月24日を「学校給食感謝の日」と定め、冬休みと重ならない1月24日から1月30日までの1週間を「学校給食週間」としました。

給食では、23日から30日まで、給食が始まった山形県の郷土料理や東京都の郷土料理、大正時代、昭和時代の給食など学校給食の歴史を感じられる献立を提供します。

春の七草給食について

1月7日(火)に食べる七草粥は、中国の風習が由来とされています。中国が唐とよばれていた時代、1月7日の「人日の節句」に七種菜羹(しちしゅさいこう)という7種類の野菜が入った汁物を食べて、無病息災を願う風習があったそうです。この「人日の節句」と日本の風習としてあった「若菜摘み」が合わさって七草粥になったと考えられています。給食では、10日(金)に、春の七草を使った「七草うどん」を出します。



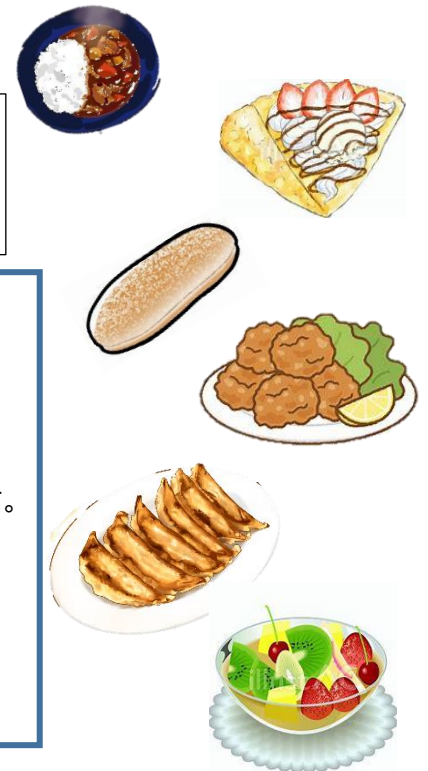
春の七草

お節料理給食について

お節料理は、今ではお正月に食べる料理のことをいいますが、昔は季節の節目を祝い、収穫に感謝するために食べられていました。お節料理に使われる食材には、様々な思いが込められています。縁起の良い食材を食べることで、これから始まる1年間が素晴らしいものになるよう祈るためです。また、お節は、家を守る神様へのお供え物としての意味を持つ料理でもあります。同じく、お正月の慣わしである鏡餅とともにお節をお供えして、幸福を授けてもらいます。お節が海の幸や山の幸などを使った豪華な料理なのは、神様への供え物であるためです。給食では、14日(火)にお節料理の1つである松風焼きを出します。松風焼きの表には、ごまやけしの実をつけますが、裏には何もつけないことから、「裏がない」=「隠しごとがない」という縁起物でお節料理として食べられています。

リクエスト給食について

12月に全学年対象で、リクエスト給食のアンケートを実施しました。主食、主菜、デザートでリクエストが多かったメニューを1月から3月の給食で出していきます。1月は、主食1位のカレーと2位の揚げパン、デザート1位のクレープを出します。



リクエスト給食結果発表

★ 主食部門 ★

1位 カレーライス 2位 揚げパン

※16日チキンカレーの日が5年生不在のため、21日にもキーマカレーを出します。

★ 主菜部門 ★

1位 から揚げ 2位 ジャンボ揚げぎょうざ

★ デザート部門 ★

1位 クレープ 2位 フルーツポンチ

今月の給食

旬の食材 魚: ホッケ サワラ など

野菜: 大根 かぶ せり れんこん ごぼう ブロッコリー など 果物: ネーブルオレンジ みかん など

行事食 春の七草給食: 七草うどん 牛乳 イカのかりんと揚げ ごま酢あえ 江戸ちゃんポンチ

お節料理給食: ごはん ごまとじゃこのふりかけ 牛乳 松風焼き 大根サラダ 小松菜のみそ汁

全国学校給食週間 23日から30日で給食の歴史や郷土料理などに触れる献立出します。

詳しくは裏の献立表をご確認ください。

セレクト給食 ケチャップライス 牛乳 わかめサラダ ポトフ コーヒーゼリー または プリン

※3学期の給食開始は1月10日(金)からです。

白衣・マスク・ランチョンマット・ハンカチを持ってくるのを忘れないようお子様とご確認お願い致します。