



# 1月給食だより

令和7年 1月 8日  
江戸川区立大杉小学校  
校長 藤田 暁美  
栄養士 吉田 可奈

新年あけましておめでとうございます。今年度も、残すところあと3か月となりました。引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、魅力ある給食作りに努めていきたいと思っております。

今年度もよろしくお願いいたします。

## 今年巳(へび)年!



へびは、食べるときに獲物を丸のみしますが、皆さんはよくかむことを意識して味わって食べましょう。

## 1月の給食目標 和食や郷土料理について理解を深めよう。

日本の食文化は、ユネスコ無形文化遺産に「和食；日本人の伝統的な食文化」として登録され、世界からも注目されています。この「和食」とは、料理のことだけではなく、「自然の尊重」という精神に基づいて育まれてきた食に関する社会的慣習を意味し、右のような特徴があります。持続可能な社会を実現するためにも大切にしていきたい食文化です。

### 和食の4つの特徴

1 多種で新鮮な食材とその持ち味の尊重	2 健康的な食生活を支える栄養バランス
3 自然の美しさや季節の移ろいの表現	4 正月などの年中行事との密接な関わり

### 日本人が発見した「うま味」

だしの「うま味」は、和食の味わいに欠かせないものです。明治時代に、日本の科学者・池田菊苗博士が昆布のだしからグルタミン酸を発見し、これを「うま味」と名付けました。イノシン酸やグアニル酸などのうま味成分も日本人によって発見され、甘味・塩味・酸味・苦味と並ぶ5つの基本味の一つとして世界でも認められています。英語でもそのまま「UMAMI」と表現します。

### 「だし」の素材とうま味成分

- ◆ 昆布…グルタミン酸
- ◆ カツオ節・煮干し…イノシン酸
- ◆ 干しいたけ…グアニル酸

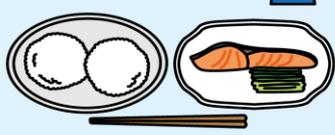
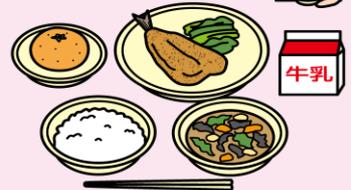
ぜん こく がっ こう きゅうしょくしゅうかん

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、山形県鶴岡町（現：鶴岡市）の私立  
 忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広  
 まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。  
 戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支  
 援団体「LARA（アジア救済公認団体）」から、給食用物資の寄贈を受け  
 て、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年  
 12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたこ  
 とから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度から  
 は、冬季休業と重ならない1月24日~30日までの1週間で「全国学校  
 給食週間」とすることが定められました。

全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知っ  
 てもらい、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。

**学校給食の移り変わりを見てみよう!**

<p><b>明治22年</b></p>  <p>私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。</p>	<p><b>戦後（昭和20~30年代）</b></p>  <p>支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。</p>	<p><b>現在</b></p>  <p>地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。</p>
---	--	--

- まいにち **毎日テーマを決め、学校給食週間を行います。**
- 24日: 揚げパンのリクエスト・セレクト給食
  - 27日: 郷土料理(長野県)
  - 28日: 地場産物・SDGs給食
  - 29日: オリパラ給食(オーストラリア)
  - 30日: 昔の給食(昭和初期)
  - 31日: 大杉小学校の昔の給食