毎月19日は「食育の日」！

食育だより

令和６年１月
北九州市立青山小学校

文責：折尾東小学校
栄養教諭　富森　記三代

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でしょうか。
今年は、「たつ（辰）年」にちなみ、一人一人が給食の「たつ（達）人」を目指してほしいと思っています。

さて、１月 24 日から１月 30 日までは、「全国学校給食週間」です。
いつも食べている給食に目を向けて、給食の役割について考えてみましょう。

給食が始まったのはいつから？

日本の学校給食は、山形県鶴岡町の忠愛小学校において、明治 22 年に無償で始まったとされています。その目的は、貧困児を救うためのものでした。

給食に牛乳が出るのはなぜ？

成長期に骨量を高めることは、骨づくりや骨粗しょう症予防のために重要です。牛乳は、カルシウムを豊富に含み、吸収率も優れているため、給食に出されています。

ぜひこの機会に、家族で給食について話題にしてみてください。

【北九州市の学校給食のうつり替わり】

昭和17年ごろ
具の少ないみそ汁だけの給食が始まる。

昭和20年
戦争のため、食べものがなくなり、給食は中止。

昭和22年
ララ(※)物資を使って、脱脂粉乳（ミルク）とみそ汁の給食が始まる。

昭和38年
五市が合併して、北九州市が誕生！！

昭和41年
それまで各区で違っていた献立が、全市統一献立になる。

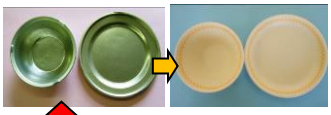
（カレー汁）

昭和46年
脱脂粉乳（ミルク）から牛乳に変わる。

昭和57年
それまで主食がパンだった給食に、米飯が加わる。（米飯の日は、はしを持参）

昭和60年
「手作りルー」によるカレーライスや「手作りだし」によるみそ汁などの献立が加わる。

平成20年
アルマイトの食器からＰＥＮ食器（ポリエチレンナフタレート製の樹脂食器）に変わる。



※ララ(LARA)･･･アメリカの宗派をこえた宗教団体や労働団体等が集まってつくった団体で、戦争で貧困に陥った国々へ援助物資を送る活動を行っていた。

今の給食

戦後、食べ物がなかった頃を忘れずに、食べ物を大切にして感謝しようと「学校給食週間」が設けられました。

食べることは、生きることの源であり、心と体の成長に深く関わっています。ご家庭でも、昔と今の給食はどのような違いがあるか、また、給食の思い出についてなどをお子様と話してみてください。

１月の給食には、福岡県や北九州市の郷土料理である「筑前煮」や「だぶ」、「いわしのぬかみそだき」などが登場します。最近では、行事食や郷土料理を食べる習慣が減ってきているようですが、一つ一つに意味のある伝統食の大切さを、子どもたちにも伝えていきたいと思っています。