



七尾市立小丸山小学校
令和8年1月号

新しい年を迎えました。楽しい冬休みをすごせましたか？2026年も良い年にしたいですね。
まだまだ寒い時期が続きます。よく食べ、よく体を動かして、夜はしっかり休みましょう。健やかな
体と心で新しい年を健康で元気にすごしましょう。

1月の給食目標 「給食について考えよう」

1月24日から30日までの1週間は 学校給食は、戦後の昭和21年に再開されました。当時は
「全国学校給食週間」です。戦争の影響で食べ物不足し、子どもたちの栄養補給がまず
は大切な給食の役割でした。現在では、栄養や健康、食べ物についての正しい知識を得ること、マナーを学ぶこ
と、さらに日本の食文化を継承することも大切にされています。給食の歴史をふり振り返り、みんなの健康を守り、
心を豊かにする学校給食の役割をあらためて考えてみる1週間にしましょう。

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん 全国学校給食週間

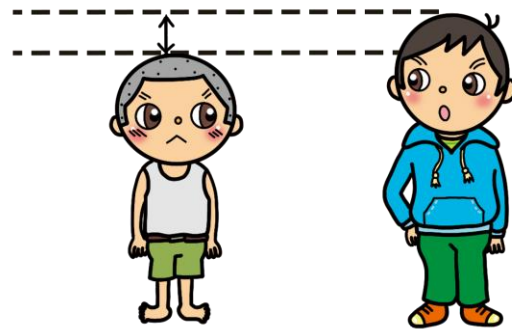
昭和20(1945)年、戦争が終わったばかりの日本では食料
が不足し、栄養不足の子どもたちがたくさんいました。
給食も戦争で中断されたままでした。



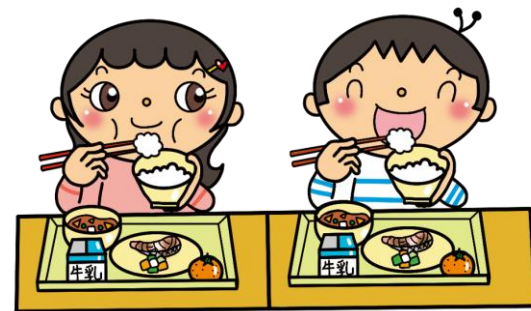
この日本の様子を見て、外国から食べ物の援助がたくさん送ら
れてきました。こうして昭和21(1946)年12月24日、学校給食が
ふたたび始まりました。



そのころの小学6年生の体は、今の小学4年生くらいの大き
さだったといいます。



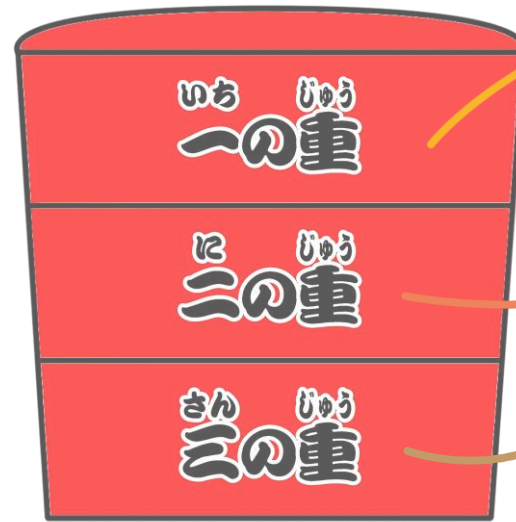
12月24日は学校が冬休みなので、1ヵ月遅らせた1月24日
から「全国学校給食週間」が行われます。給食に感謝し、そ
の意義と役割を再確認する1週間です。



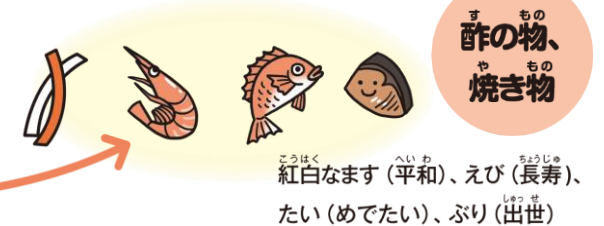
「おせち」とは、もともと季節の変わり目の節日（せちにち）に食べた料理ですが、今
ではお正月に食べるお祝いの料理をさします。それぞれの料理には、新しい年がよい年
となるよう、さまざまな願いが込められています。

おせちマンション だれがどこに住んでいる？

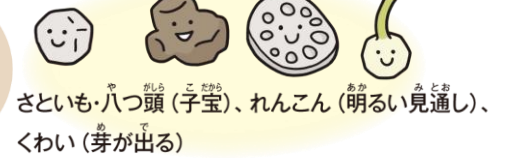
おせち料理には込められた願いがあります。



数の子(子孫繁栄)、黒豆(健康)、田作り(豊作)、
たたきごぼう(吉兆)、昆布巻き(よろこぶ)、伊達
巻き(教養)、くりきんとん(金運)、かまぼこ(祝い)



紅白なます(平和)、えび(長寿)、
たい(めでたい)、ぶり(出世)



さといも・八つ頭(子宝)、れんこん(明るい見通し)、
くわい(芽が出る)

おせちの重箱の詰め方には地域や家庭でさまざまです。段も5段、または4段が正式ともいわれますが、ここでは現在一般的な3段のおせちについて典型例を示しました。

きゅうしょくとおかんが 給食を通して考えよう！ 「私たちが住む能登のこと」



「全国学校給食週間」にちなんで、「七尾市の中学生が考案した献立」や能登の食材や郷土料理が
給食に登場します。給食を通して、私たちが住む能登のことや食文化を考えてみましょう。

1月27日(火)

中学生学校給食献立コンクール 最優秀献立

桜えびのコンソメピラフ おからコロツケ さっぱりゆ
ずぽんサラダ 冬のビタミンたっぷりシチュー かぼちゃ
プリン 牛乳



七尾東部中学校1年生生徒が考えた「冬が旬のおいしい食材を使用した
献立」です。能登白ねぎなどの能登野菜
をたくさん使用しています。また、成長期
に大切な栄養素『カルシウム』のことも
考えた献立になっています。

1月28日(水)

七尾市の郷土料理「七日炊きごぼう」

「七日炊きごぼう」は、七尾市の郷土
料理です。沢野ごぼうをぶつ切りにし、
あわせみそでコトコト炊きます。もともと
は七日間炊いていましたが、最近は気候が
暖かくなったので、三日炊きにしている
そうです。給食では朝
からじっくり煮込んで作
ります。

