

# 1月 給食だより

2015年1月8日

輪島中学校調理場



明けましておめでとうございます。充実した冬休みを過ごせましたか。今年も1年間健康に暮らせるように、食事の面からみなさんをサポートしていきたいと思っています。よろしくお願いします。

## 1月の食事目標 伝統的な食文化や地域の食材に関心を持つ

年末年始は1年のうちでも特に伝統的な食文化にふれる良い機会です。年越しそばやおせち料理、お雑煮などは日本に昔から伝わってきたものです。

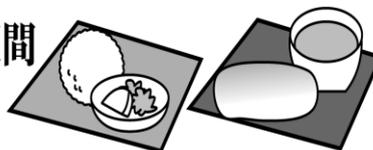
これらには家族の健康や幸せを願う思いが込められていて、これからもずっと伝えていきたい日本の食文化です。また、お雑煮などは各家庭でいろいろな食べ方がされていて、その家その家の味があります。1月7日は七草がゆを食べる日でしたが、みなさん、食べましたか。七草がゆにはお正月のごちそうで疲れた胃をいたわる効果があるそうです。昔から伝わる食習慣にはいろいろな意味が込められています。

### おせち料理 に込められている願い

- 黒豆 : まめまめしく元気に働けるように
- 田作り : イワシが田の肥料だったことから豊作を願って
- 数の子 : たくさんの子どもに恵まれますように
- 伊達巻き : 巻物(書物)にみたて、学習や習い事の上達を願って
- きんとん : 金塊にみたてた縁起に良い食べ物
- えび : 腰が曲がるまで長生きできるように

## 学校給食週間

全国学校給食週間  
1/24~1/30



食べ物に  
感謝しなきゃ



学校給食は明治時代、山形県鶴岡市で昼食を持参できない子どもたちに、おにぎりや漬物を用意したのが始まりです。その後、徐々に全国に広まった給食も、第二次世界大戦で中断されました。戦後、ユニセフの救援物資などでパンと脱脂粉乳の給食が再開され、栄養不足の子どもたちを救ったのです。これを記念して設けられたのが学校給食週間。今は豊かになった日本ですが、当時を振り返り食べ物に感謝したり、食生活を見つめ直したりする1週間です。

今月の地場産物：ぶりの生姜みそかけ、能登牛のすき焼き風煮などおいしい食材を使います。