



# 食育だより

平成29年度 1月号  
一関市西部学校給食センター

あ 明けましておめでとうございます。

あたらしい年の目標は立てましたか？今年もよく食べ、よく体を動かし、夜はしっかり休んで健やかな心と体ですくすく成長して行ってほしいと思います。3学期もおいしく安全な給食を作っていきますので、どうぞよろしくお願いたします。

## 全国学校給食週間です！ 1月24日～30日

日本では最初の学校給食は、明治22（1889）年、現在の山形県鶴岡市にあった私立忠愛小学校でお弁当を持ってこれない子どもたちのために、無償で提供された昼食でした。このように戦前は主に福祉の観点から給食が各地で行われました。

第二次世界大戦中の中断を経て、戦後、世界からの温かい支援で再開された日本の給食は、教育活動の一つとして位置づけられたとても画期的なものでした。

今は豊かになった日本ですが、当時の気持ちを忘れられないために設けられたのが「全国学校給食週間」です。食べ物に改めて感謝し、将来にわたって心豊かな生活を送れるよう、子どもたちの健康な心と体を育み、大切な食文化を未来に伝えていく学校給食の役割について改めて考える一週間で



<p><b>学校給食の7つの目標</b> ～学校給食法より～</p>	<p>健康な体をつくる</p>	<p>望ましい食生活のお手本になる</p>	<p>助け合い、協力し合う社会性を身につける</p>
<p>自然の恵みに感謝する心を育てる</p>	<p>働くことを尊び、感謝する心を育てる</p>	<p>地域の食文化を知り、未来に伝える</p>	<p>食を通して社会のしくみを学ぶ</p>

この期間には、学校給食の歴史や給食の役割、食文化についてなど、さまざまな取組が行われています。食べ物や作る人々の思いに感謝し、食べることの大切さについても考える機会としています。ご家庭でも、毎日の食事に込められた思いや、食事の大切さについて、折にふれてお話しいただければと思います。

## 1月のさまざまな行事と行事食

1月は、「睦月」といいます。親戚や友人がお互いに行き交って「中睦まじくする」ことから名づけられました。新年の健康や幸運を願ってさまざまな行事も行われます。行事食が身近に感じられる月です。

<p><b>おせち料理</b></p> <p>お正月を迎えるための華やかな料理です。それぞれに願いが込められています。</p>	<p><b>お雑煮</b></p> <p>もちに具をあしらったお正月の祝いの汁物。いろいろな作り方があります。</p>	<p><b>七草がゆ（1月7日）</b></p> <p>「春の七草」を刻んだおかゆを食べ、お正月のごちそうに疲れた胃を休め、1年間の健康を祈ります。</p>
<p><b>成人の日</b></p> <p>新しく大人の仲間入りをした新成人を祝い、はげます日で、国民の祝日になっています。</p>	<p><b>鏡開き</b></p> <p>お正月のもちを下げ、お汁粉や雑煮にします。昔は鏡もちを食べ、歯の健康と長生きを祈る「歯固め」の行事もありました。</p>	<p><b>小正月</b></p> <p>その年の豊作を願う行事やお正月の飾りや書き初めを焼く「どんど焼き」などが行われます。小豆がゆもよく食べられます。</p>

おしょうがつ 小しょうがつ  
大正月と小正月

古代、日本では満月を月の初めとしました。しかし中国から月の満ち欠けをもとにした曆（旧曆）が伝わると、新月の日が1日となりました。しかし満月の15日を特別な日とする考えは広く残り、お正月も1日からの「大正月」だけでなく、15日の「小正月」も祝い、明治に新曆に変わっても続いています。小正月には作物の豊作を祈る行事が多く、有名なものに「なり木責め」があります。一人が「なるかならぬか、ならねば切るぞ」と脅して、果樹（柿など）をのこぎりやなたで軽く傷つけたり、どんと焼きで燃え残った棒で叩くと、別の人が木に代わって「なります、なります」と言います。最後に傷にあずき小豆がゆをぬり付け、その年の豊作を願います。

祝いはし

お正月には「祝いはし」が使われます。祝いはしとは、祝いの膳に使われるはしで、柳の木で作られた白木の丸箸で、両端が細く真ん中あたりが太く、長さは末広がりの八寸（約24cm）あります。柳を使うことから「柳ばし」、また両端が細くなっていることから「両口ばし」、真ん中あたりが太くなっていることから「ごころばし」ともいわれます。五穀豊穡を願って「俵箸」、また子孫繁栄を願って「はらみ箸」ともいわれます。丈夫で折れにくい柳の木は縁起がよいとされ、白木の香りは邪気を払うといわれます。祝いはしの両端が細くなっているのは、一方を神様、もう一方を人間が使って一緒に食べる「神人共食」も意味しているそうです。