

給食だより

志木市立
宗岡中学校
令和六年一月号



鏡開き

お正月にお祝いした金もちを片付ける日。おもちが昔の丸い金鏡に似ていたため、金鏡ちとロクばれています。江戸時代、武家社会は「七割る」は縁起が悪いとされ刃物は「使わず」木づちなどで割る。「割る」も縁起がよくないと。「開く」と言うようになりまして。



小豆は「赤」は厄除けの色。生命力の源の色とされてきました。

新しい年、皆様いかがお過ごしでしたでしょうか？今年も給食の南大立系紹介や、食にまつわる情報みんなの食育活動、旬菜レシピ紹介、季節の食の話題、等々、こちらの給食だよりに載せていきます。どうぞよろしくお願ひ致します！また、日本各地で痛ましい災害や、事件、事故の報道がありましたね。

一月七日 七種菜羹

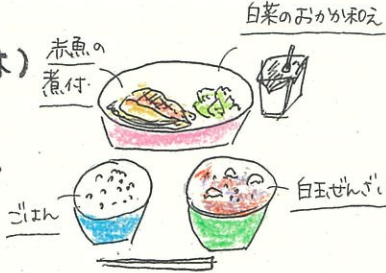
七種類の野菜の汁物

無病息災!!

スズシロ (大根)
「汚れない純白さ」

給食は 1月11日(木)

無病息災!!

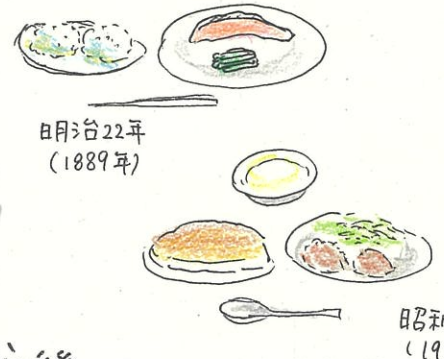


昔は、天然痘という病が流行し疫病として、忌み嫌われていました。赤いものを衣の中に取り込むことで疫病神を衣の中から退散させるとい信じられてきました。

学校給食のはじまり...そしてこれから...

給食のはじまり

今から約135年前、(明治22年 1889年)山形県の鹿島岡市、私立忠愛小学校で、はじまりました。常念寺というお寺のお坊さんを中心に、貧しい家庭の子供たちも学校に通い、勉強ができるようにと、お寺の本堂の一部に忠愛小学校をつくられたのがはじまりです。学校に弁当を持ってこれない、貧しい子供たちのために、お寺の住職たちは、お経を唱えて町を歩き、お金や食べ物を持っていき、食事を作りました。



戦後...

1945年、長く続いた戦争により、食糧量が不足して、給食は一時中止になりました。このころ、栄養が足りない子供がたくさんいました。1946年、アメリカやアジアの救済団が日本、連合軍から、援助がたくさん送られ、再び給食をはじめることができました。12月24日のことです。



戦後～現在

この12月24日を「学校給食感謝の日」と定めました。この期間中は、学校が冬休みのため、1ヶ月後の1月24日～30日を「学校給食週間」と決めました。

食べる物がなかった時代から、食べ物がいっぱいになり、「食包食」の時代になりました。給食は栄養バランスが整い、季節の旬の食材や、行事食、郷土料理、和食を意識した一汁二菜南大立、各国の料理等を取り入れられる様になりました。給食をベースにして、食の教育がすすめられる様になりました。

これからの「食」

年明けから、日本で、そして世界中で起きている事を考えると、さて自分は何ができるかなと考えるを得ません。



例えば、自分の身近な「食」を考えていく事は、少し先の自分の未来、そして自分の手の届く人たちの未来につながる事なんじゃないかな？と思います。

交力能 高血圧・重カ肌硬化 抑制 胃腸の調子を整える

ナズナ

(ペンペン草)

三味線のほろのけし 「なぞで汚れをばらう」 縁起物

交力能 ビタミンKが豊富で 骨粗しょう症予防

ゴギョウ

明治時代までは、草もちの材料。「イムイ本」を表す縁起物。

交力能 咳止め、痰まり 咽喉の炎症止 利尿、むしみ抑制

縁起物

春の七草

ハコバウ

「繁栄がはびこる」縁起物。

交力能 利尿作用、止血作用 鎮痛作用

スズナ

(カブ)

「神を呼ぶ」金鈴

交力能 便秘予防、胃潰瘍 胃炎、風邪予防

ホトケノザ

「イムの安座」で縁起物

交力能 胃を健康に守り、高血圧予防 整腸作用

