

1月

しよくいく 食育だより 日本の食文化！

門川町教育委員会

12月20日、21日、門川小2年生は、道徳で「日本の文化」について学習しました。まず、この日は何の日で、何を食べるか考えました。

- ・ 12月22日：冬至 (かぼちゃ)
- ・ 1月7日：七草 (七草がゆ)
- ・ 1月11日：鏡開き (もち)

お正月は日本の文化が詰まっています。

子供たちのお正月の楽しみは、お年玉、親せきと

会うこと、お節料理やおいしいご飯を食べること、初日の出を見ること、かるた、凧揚げをすること、などがあげられました。楽しいお正月は迎えられたでしょうか。

その後、「お節料理」のいわれを知り、日本の文化を伝えていこうという機運が高まりました。

それぞれの行事には、いわれがあり、食べ物と深く結びついています。

2
年
児
童
の
感
想

- ・ お正月は1年が良い年になるようにと願うことができました。私は1月7日に「七草がゆ」を食べていないから食べてみたいです。お正月が楽しみです。
- ・ お節料理の中に嫌いなものもあるけど、頑張って食べようと思いました。
- ・ 色々な料理に意味があることを初めて知って、すごいなと思いました。まだやっていない手伝いがあるのでやりたいなと思いました。

給食記念日！

1月24日は給食記念日です。

学校給食は、全国の公立小学校で99.1%、中学校で89.9%実施されています。（出典：文部科学省「学校給食実施状況調査」(2018年度)）

日本で学校給食が始まったのは、明治22年、山形県鶴岡市にある私立忠愛小学校で、お弁当を持ってこられない子供たちのために、寄付で集めた材料で昼食を作ったのが給食の始まりとされています。「おにぎり、塩鮭、漬物」といったシンプルな昼食でしたが、育ちざかりの子供にとってこの給食は、重要な物となりました。その後、各地で支援としての給食が行われるようになりました。今から約80年前、第2次世界大戦が起きると、食べ物が

学校給食の歴史を知ろう

制作者 山北人志

1945年(昭和20年)ごろ

1947年(昭和22年)

だし粉にゆう 肉と野菜のに物

いただきます ごちそうさま

今の給食

なくなり給食は中断しました。戦後、今からは想像もできないほど深刻な食糧不足に陥りました。子供たちの健康状態は非常に悪く、小学6年生が今の小学3年生くらいの身長でした。そして、外国からの援助を受けて栄養改善のための給食が再開されました。最初の援助物資はララ物資です。これは日系アメリカ人を中心にしたアジア救援公認団体です。その援助物資・ララ物資の贈呈式が12月24日に行われました。この日は冬休みに入るため、教育的効果を考え1か月後の1月24

日が給食記念日となりました。現在、給食は、栄養補給から食育へと目的が変わっています。

門川小学校の6年生は1月17日、五十鈴小学校の6年生は1月24日、学級活動「給食について考えよう。」で、給食を通して何を身につければよいか考えました。昔と今を比較してみると、昔は食べ物がなかったので食べられるものを食べるしかありません。今は食べ物がたくさんあり、選び放題ですが、選び方を間違えると病気になってしまいます。また、昔は食べ物を大事にしていたのですが、今は食べ物を大事にする心をもつことが難しくなっています。そこで、心と体を育む給食が実施されているのです。この目的を達成するために、7つの目標が定められています。

① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
《元気もりもり》



② 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。
《かしこく食べる》



③ 明るい社会性と協同の精神を養う。
《なかよく》



④ 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
《エコロジー》



⑤ 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
《感謝》



⑥ 伝統的な食文化を理解する。
《食文化》



⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。
《どうやって届くの?》



栄養バランスのとれた食事!

草川小学校の2年生は、12月12日、学級活動「元気になる食べ物」で、栄養バランスのとれた食事について学習しました。黄・赤・緑の国の大臣が、自分の国の食べ物自慢をします。その後、3つの国の食べ物を食べている「バランスさん」と3つの国の大臣で、どの国の食べ物が一番良いか競争をしました。その結果、「バランスさん」が優勝し、元気になるためには3つの国の食べ物をバランスよく食べなければならないことが分かり、家で、3つの国の食べ物に取り組みました。

2 年 児 童 の 感 想	<ul style="list-style-type: none"> • いろんなものを食べるとおいしいから体が元気になってうれしいです。 • 日曜日は緑の国の食べ物が少ないので、これから緑の国の物をたくさん食べようと思いました。 • いつもはラーメンだけど、こういうのも大事だと思いました。楽しく食べられて栄養があってよかったです。
2 年 生 保 護 者 の 感 想	<ul style="list-style-type: none"> • このカードがあるので、苦手な食べ物も意識して頑張っていました。この日は陸上の駅伝大会があったので、お昼はお弁当でしたが、そのおかずを指さして「これは黄!」と言っていました。思い出しながら記入も楽しそうにしていました。 • 土日のお昼ご飯は、家で食べる時は、簡単な物や外食などがほとんどになってしまいます。その中でも、黄、赤、緑をバランスよく取り入れられるように意識したいと思います。 • 黄、赤、緑を考えながらというのは、けっこう大変だと思いました。でも、とても勉強になったので、今後も気を付けようと思いました。