



# 1月 給食だより

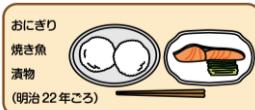
目黒区立目黒南中学校

新しい年が始まります。1月には全国学校給食週間があります。どんな取り組みかわからない人も多いと思いますが、この取り組みには、皆さんのが日々食べている学校給食の歴史が詰まっています。給食の始まりから現代まで、時代ごとに変化してきた給食を紹介します。

## 学校給食の始まり

学校給食は明治22年(1889年)、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。

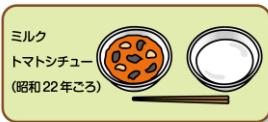
大正12年(1923年)には子どもたちの栄養改善として各地へ広がりましたが戦争による食料不足で中止せざるを得なくなりました。



## 支援物資による給食の再開

戦後、子どもたちの栄養状態悪化を心配する声が高まり、昭和21年(1946年)12月24日に給食物資の寄贈を受け、翌1月に学校給食が再開されました。

その後、冬休みと重ならない1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」として定めました。



## 教育や教材としての役割も

昭和29年(1954年)に「学校給食法」が成立し、学校給食が教育活動として位置づけられました。昭和51年(1976年)には米飯が導入され、献立内容がバラエティー豊かなものへと変化していきました。

現代では、大人になっても自分自身で考えて健康な食生活を続けることができるよう、学校給食は「教材」としての役割も担っています。



## 春の七草を知っていますか？

春の七草は『せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ』の7種類の野草(野菜)のことです。1月7日にこの七草を刻んだおかゆを食べると病気にならないとされています。また、お正月に疲れた胃を休める目的もあります。

見たことも無い野菜だと思う人がいるかもしれません、「すずな」は「かぶ」、「すずしろ」は「大根」のことです。身近な食材もあります。1月9日の給食では、七草のうちの3種「せり・すずな・すずしろ」を使った【七草ごはん】を作ります。今年一年健康に過ごせますように。



2026年  
令和8年

## 今月のイチ推しメニュー



### 1月 9日 鏡開きのトック雑煮



鏡開きの行事食として、韓國のお餅「トック」を入れたお雑煮を作ります。日本のお餅に比べて煮込んで溶けにくく、食感も歯切れの良いお餅です。しっかり噛んで食べましょう。

### 1月 16日 リクエスト給食(1年生)

目黒南中が開校してから初めてのリクエスト給食です。各学年のアンケート結果を基に献立を立てています。初回は1年生からのリクエストで、当日まで内容は秘密にさせてもらいます。使用食材は献立表に書いてあるので、そこから予想してください。

### 1月 14日 手作りカレーパン



7月に2年生が職場体験で、3年生が修学旅行で不在だった日に1年生だけ食べられたメニューが「手作りカレーパン」です。今回は1年生が自然宿泊体験に行っている期間に2・3年生に食べてもらいます。生地から手作りする給食室特製カレーパンをお楽しみに。

### 1月 26日から30日 日本各地の郷土料理



1月24日から30日は、全国学校給食週間です。今年度は1月26日から30日の間で日本各地の郷土料理を提供します。日本の中でも地域によって気候や食文化は異なります。それぞれの地域で昔から親しまれた食事を味わい、その背景にある地域性などを考える機会にしてください。