



昭和村学校給食センター  
TEL:24-6210

## 1月の給食目標・・・・・・・・

### しょくぶんか 食文化について知ろう！



#### 日本人の心が育んだ食文化 「和食」

四季折々の自然の恵みを大切に、暮らしの中で受け継がれてきた日本の食文化はユネスコの無形文化遺産に和食文化として登録されています。日本の食文化には、暮らしを守り、命をつないできた先人の知恵や歴史が反映されています。日本の食文化を知り、大切にしていきましょう。

#### 行事食いくつわかるかな？

『四季食彩（川場村の伝えていきたい郷土料理と行事食）』  
『ぐんまの食文化継承テキスト』より

1月 瞳月（むつき）	2月 如月（きさらぎ）	3月 弥生（やよい）	4月 卯月（うづき）
<ul style="list-style-type: none"> <li>正月；おせち、お雑煮</li> <li>七草；七草がゆ</li> <li>鏡開き；もち（鏡餅）</li> <li>小正月；小豆がゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>節分；節分豆、イワシ 豆腐汁（川場村）</li> <li>初午；初午団子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ひな祭り；ちらしずし はまぐり</li> <li>春の彼岸；ぼたもち</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>花祭り；お赤飯</li> <li>お花見；草団子、草もち</li> </ul>
5月 雅月（さつき）	6月 水無月（みなづき）	7月 文月（ふみづき）	8月 葉月（はづき）
<ul style="list-style-type: none"> <li>端午の節句；柏餅</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>田植え；煮しめ 炭酸まんじゅう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>七夕；そうめん</li> <li>土用の丑；うなぎ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>お盆；おはぎ、うどん いなりずし</li> </ul>
9月 長月（ながつき）	10月 神無月（かんなづき）	11月 霜月（しもつき）	12月 師走（しわす）
<ul style="list-style-type: none"> <li>重陽の節句；菊</li> <li>秋の彼岸；おはぎ 五目ごはん（川場村）</li> <li>十五夜；月見団子、里芋</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>十三夜；月見団子、栗</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>七五三；お赤飯</li> <li>十日夜；だいこん</li> <li>えびす講；豆腐すまし汁 (川場村)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>冬至；かぼちゃ</li> <li>稻荷祭；けんちゃん汁 (川場村)</li> <li>大晦日；年越しそば</li> </ul>

ごはんを

日本型食生活をすすめよう！

日本型食生活とは・・・ ごはんを主食としながら、主菜・副菜・汁物のそろった食事に、牛乳・乳製品やくだものが加わった、栄養バランスのとれた食事のことです。



## 学校給食について知ろう

### がっこうきゅうしょく 学校給食のはじまり

写真:新潟県栄養教諭 佐藤美春先生

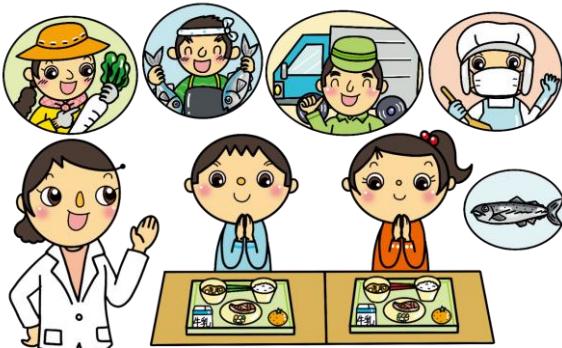


小学校があつたお寺の境内には、今は記念碑が建てられています(山形県鶴岡市の大曾寺)。

明治22(1889)年、山形県鶴岡町(現・鶴岡市)の小学校で、家が貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちのために食事を出しが日本での学校給食のはじまりです。その後、戦争による食料不足で一時中断されてしまったものの、戦後、外国からの援助物資で再開することができました。



### がっこうきゅうしょく やくわり 学校給食の役割



給食が始まった当時は、子どもたちへの栄養補給が主な目的でした。しかし現在は、栄養バランスのとれた食事で子どもたちの心身の発達や健康の増進を目指すことはもちろんですが、社会性や協同の精神、自然環境の尊重、勤労を重んずる態度、食文化や社会のしくみについて学ぶ、教育活動の一環として行われています。

### 1月の行事&記念日

### 3択クイズ

#### 1/1 元日

- Q1** おせち料理の「だて巻き」には、どんな願いがこめられている?
- ① 知識が身につくように
  - ② 恋がうまくいくように
  - ③ 長生きできるように
- 

#### 1/11 塩の日

- Q3** 「塩少々」とは、どのくらい?
- ① 2本の指でつまんだ量
  - ② 小さじ1ぱい
  - ③ コップ1ぱい
- 

#### 1/20 二十日正月

- Q5** お供え物を食べ尽くす風習があるこの日は、何といわれている?
- ① 空正月
  - ② 骨正月
  - ③ 血正月
- 

#### こたえ

- Q1**=① [巻物(書物)を表す]    **Q2**=② [かぶとは「ズナ」]    **Q3**=①    **Q4**=③    **Q5**=②    **Q6**=② [明治22年の山形県の給食]

#### 1/7 人日の節句

- Q2** この日に食べる春の七草の中で、スズシロとは何のこと?
- ① かぶ
  - ② 大根
  - ③ れんこん
- 

#### 1/15 小正月

- Q4** この日に健康を願って作るおかゆには何を入れる?
- ① たまご
  - ② 梅干し
  - ③ あずき
- 

#### 1/24~30 全国学校給食週間

- Q6** 日本で最初の学校給食として伝わるのはどのメニュー?
- ① カレーライス
  - ② おにぎり、焼き魚、ものつけ物
  - ③ コッペパン、トマトソース
-