

# 食育だより1月号

令和8年1月15日  
函館市立戸倉中学校  
函館市立旭岡中学校  
北海道函館高等支援学校

あけましておめでとうございます。新年の始まりと共に今年度最後の学期となりました。寒い日が続きますが、よく食べ、よく体を動かして、夜はしっかり休むことを心がけ、健やかな心と体で、活気ある毎日にしましょう。

1月24日  
～1月30日

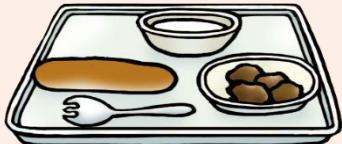
## 全国学校給食週間



全国学校給食週間とは、学校給食の意義や役割について理解と関心を深め、学校給食のより一層の充実と発展を図ることを目的としています。

本校では、昔から長く伝わってきている/伝統的な給食メニューをいくつか提供します。

### 昭和30年代



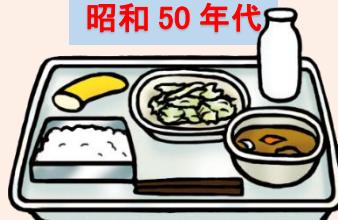
パンが主食で、飲み物は、脱脂粉乳をお湯に溶いて作っていました。その他のおかずは一品のみで、今では高級となったクジラ肉もよくされました。本校では29日にオーロラソースをかけて提供します。

### 昭和40年代



主食がパンなのでシチューなど洋風なメニューがよくでした。飲み物も脱脂粉乳から牛乳に変わり個包装のチーズも作られ、乳製品が家庭に普及するきっかけになりました。

### 昭和50年代



米飯給食が始まりました。カーライスが食べられるようになり、肉じゃがやうま煮などの和食も出るようになって、内容がとても豊かになりました。

## 1月は記念日がいっぱい！

元日の「お正月」に始まり、7日の「七草」、15日の「小正月」などはよく知られていますが、その他にもさまざまな記念日がありそれぞれの行事食が生み出されています。



### 1月17日「おむすびの日」

1995年この日は阪神淡路大震災の日です。後に「おむすびの日」と制定されました。

震災後に開設された避難所にはコンビニ弁当やカップ麺が配られていたそうですが、近隣の農家さんが作ってくれたおむすびが一番喜ばれたそうです。

日本人のお米を食べる文化、おむすびにして食べる文化が災害時にとても役立ったということです。

災害は他人事ではありません。食べ物のありがたみ、人の心の温もりを毎日の食事とともにいただきましょう。

### 1月5日「小寒」～1月20日[大寒]

「寒」は、2月4日の「立春」の前日まで続きます。「寒」の時期に、おいしくなる食べ物として寒の水、寒ぶり、寒卵、寒じしみなどが知られています。

### 1月11日「塩の日」

戦国時代、駿河(静岡県)の今川氏から塩の流通を止められ困っていた甲斐(山梨県)の武田信玄に対し、越後(新潟県)の上杉謙信が、敵であるにもかかわらず、塩を送ったことに因みます。

このことから「敵に塩を送る」という言葉が生まれました。



### 1月22日「カレーの日」

1982(昭和57)年、学校栄養士の先生方が、戦後学校給食が再開されてから35年を迎えることを記念して、24日から始まる全国学校給食週間に前に、全国で一斉にカレーの給食を行ったことがきっかけです。

本校でももちろんカレーを提供します。

