

えがおのじかん



平成 29 年度 1 月号

丹波山村学校給食センター

栄養教諭：澁谷圭吾

新しい年を迎え、3 学期もスタートしました。まだまだ寒さの厳しい1月、

温かいものを食べ、体の中から温めることを

心掛けましょう。3 学期は学年のまとめとなる

学期ですが、風邪をひくなど体調を崩しやすい

時期です。栄養と休養をしっかりと取り、体に

気を付けて元気に3 学期を過ごしましょう！



中学3年生・小学6年生の希望献立

中学3年生・小学6年生、それぞれの学校生活も、残り3ヶ月になりました。給食

センターでは、残り少ない給食の時間が少しでも楽しいものになるよう、5人の卒業

生が考えた献立を、給食に取り入れることにしました。

5人は丹波小学校・中学校で学んだこと（給食の時間や家庭科の授業など）を

生かして、一食分の献立を考えてくれました。小学6年生の考えた献立は2月・

中学3年生の考えた献立は3月に実施予定です。みんながどんな献立を考えてくれ

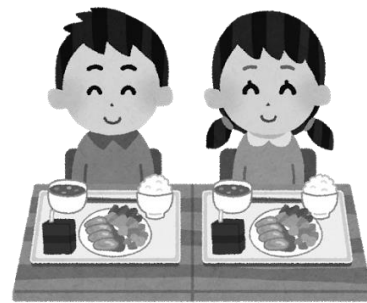
たのか楽しみにしててくださいね。また、希望献立に

入れられなかった5人が大好きなメニューは、

1月から順次登場しています。こちらもお楽しみに。

※献立予定表にある、★印は中学3年生の好きな

メニュー、☆印は小学6年生の好きなメニューです。



日本の学校給食は、今から129年前の明治22年にはじまりました。当時は、貧しく

くて学校に行けなかったり、お弁当をもってこることができなかったりする子どもたち

がたくさんいました。そのため、どんな子どもたちでも学校に通えるようにと、山形県

の鶴岡市のお寺の中に「忠愛小学校」という学校ができました。その小学校で日本では

初めての給食が出されるようになったのです！



学校給食のはじまった当時の献立は、

おにぎり・焼き魚・煮物(煮びたし)・漬物

などでした。



忠愛小学校をつくるためにかかわったお寺のお坊さんたちが、町を歩きお米や野菜

を集めたり、浄財(寄付金)から食材を購入して、給食を提供していたそうです。



時代が変わっても、みなさんのためにおいしいものを提供したいという

想いは変わりません。現在では、学校給食は『生涯に渡って健康に過ごす

ための食に関する知識やマナーなどを身に付ける』という役割を担っています。

第40回(平成27年度)「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクールで、内閣

総理大臣賞を受賞した作文作品を紹介します。読んでみてくださいね。



♪ 学校給食週間のメニュー ♪

25日(木)

沖縄県の郷土料理

中学生が好きな「クアジューシー」を含めた沖縄県の郷土料理！今回は良く知られている「ゴーヤチャンプルー」に代わって沖縄県の「車麩」を使った「ふチャンプルー」が登場します！



24日(水)

明治22年の給食

学校給食がはじまった当時の献立は、おにぎり・焼き魚漬け物(煮物や煮浸し)などでした。今回は、『豚汁』と『牛乳』を付けたしました。

26日(金)

昭和25年の給食

今のような形の給食(完全給食)が始まった当時の献立を現代版にアレンジしました！当時は「コッパン、脱脂粉乳、シチュー、コロッケ、せん切りキャベツ」といった献立でした。

29日(月)

滋賀県の郷土料理

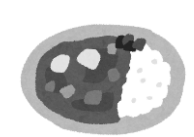
私のふるさと、滋賀県の郷土料理です！「じゅんじゅん」とはすき焼きのことで「じゅーじゅー」という音から名前が付けられました。牛肉の代わりに鶏肉で登場します！「なめし」は刻んだ小松菜が入った、まぜご飯です！かんぴょうは滋賀県の南のほうでよく作られています。



30日(月)

山梨県の特産品

山梨県を代表する豚肉『甲州富士桜ポーク』を使ったカレーライス。北杜市(旧：明野村)の特産品『切干大根』を使ったサラダ。山梨農林高校の高校生がつくった桃ゼリーが登場します！



白いご飯に願いを

茨城県常総市立岡田小学校五年

梅澤 花怜

私の祖父は六十七歳。今年に入り「リンパ」という所に「ガン」が見つかりました。建ちくの仕事で、毎日あせだくになり、いつも家では、ご飯を大盛で食べていました。そして「花怜、ご飯はしっかり食べろよ。ご飯は一日のエネルギー。パワーが出せるようにな。」と決まってよく言います。

その祖父に病気が見つかった以来、祖父は病院の点てぎのみで、全くご飯が食べられなくなってしまいました。体はやせ細り、日焼けで真っ黒だった肌は、真っ白。祖父の顔には、笑顔も消えていました。私はそんな祖父を見ていられず、涙が止まりませんでした。祖母は、何とか少しでも元氣になれば、と祖父の元氣のもとであったご飯を食べさせようと、まずはおもゆから、そしておかゆになり少しずつ食べられるようになり、ました。

「今度は、まぜご飯が食べたいな。」と祖父は元氣を見せ始め、顔色も良くなり、病院の先生もおどろくほどでした。「花怜、じいちゃんのリクエストで、じいちゃんの大好物のまぜご飯を作るから手伝って。」と祖母に言われ、私は一緒に作ることにしました。竹の子やキ

ノコ、ニンジンや油あげなど細かくきざみ、味つけをして、白いかほかしたご飯にかきませます。

「花怜、白いご飯の一つづ一つづには、たくさん神様がいるんだよ。じいちゃんの病気が良くなるように、心をこめて、願いをこめてかきませてね。」

と祖母の顔をふと見ると、祖母の目には涙があふれていました。私は、心をこめて、願いをこめて、ていねいに作りしました。

「お米の神様達、じいちゃんの病気が良くなりますように。」そして、私と祖母の願いが白いご飯の神様達に届いたのか、祖父は少しずつ良くなり、一時退院もできるようになりました。

家族全員が久しぶりにそろう食卓での食事では、テーブルいっぱい料理がならべられました。その中でも、祖父はほんわり湯気がたつ、ホカホカした真っ白いご飯を食べながら

「ご飯ってこんなにおいしかったんだな。みんなで食べるご飯はすごくおいしいな」と涙目になりながら笑顔で言いました。食卓は静かでしたが、家族みんなの笑顔であふれていました。

私は今まで、当たり前のようにご飯を食べていましたが、ご飯のパワーはすごいな、と思いました。そして、ご飯を見るたびに思うようになります。ご飯一つづ一つづがみんなを元氣に、幸せにしてくれる。そして、お米の神様達へ。

「家族みんなの笑顔や幸せを運んでくれて、ありがとう。どうか、祖父の命が少しでも長く続きますように・・・。」