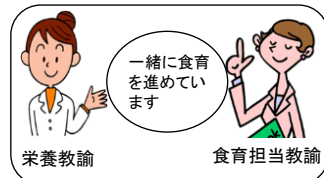
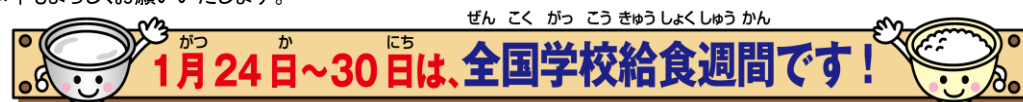


食育だより



2026年 1月 加古川市食育・栄養研究部会

新年あけましておめでとうございます。今年も、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、おいしく安全な給食作りに努めてまいります。
本年もよろしくお願いいたします。



日本の学校給食は、明治22(1889)年、山形県のお寺の中にあつた小学校でお弁当を持ってこれられない子どもたちに、
昼食を提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後の子どもたちの栄養不足を改善するため、アメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」からおくられた
給食用物資を使い、昭和22(1947)年1月 から学校給食 が再開しました。

昭和21(1946)年12月24日に、給食用物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、冬休みと重なるため、
昭和25(1950)年度からは、1月24日～30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることがさだめられました。

学校給食の歴史

学校給食の移り変わりを見てみよう！

明治22年	戦後(昭和20～30年代)	現在
・おにぎり ・塩さけ ・菜の漬物	・コッペパン ・脱脂粉乳 ・くじらのたつたあげ ・せんぎりキャベツ ・ジャム	・ごはん ・インディアンキャベツ ・みそしる ・かつめし

山形県のお寺で最初に提供されていたとされる給食

支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食

地場産物や旬の食材、郷土料理や行事食などを取り入れた給食

全国学校給食週間では兵庫県の食材や郷土料理がたくさん登場します

- ・加古川パスタの大豆ミートスパゲティ
- ・淡路玉ねぎコロッケ
- ・とふめし(丹波篠山市の郷土料理)
- ・じゃぶ煮(新温泉町の郷土料理)
- ・こまつな(阪神地区産)
- ・恵幸川汁



食育

わかみやしょうがっこう
若宮小学校



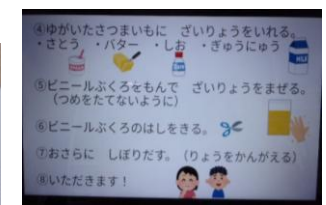
さつまいもを 収穫したよー！！

若宮小学校では、毎年2年生が地域の方、JAの方とさつまいもの苗を植え、収穫体験をしています。今年から地域の方のご厚意で、地域の畑をお借りできることになり、大きく育ったさつまいもを収穫することができました。袋いっぱいさつまいもを嬉しそうに抱えて帰る子どもたちの姿が見られました。地域の方の全面的なご協力に感謝でいっぱいでした。



さつまいもが スイートポテトに へんしん！！

2年生と一緒にさつまいもの収穫体験をしたなかよし学級の子もたちは、はかりの使い方を学習し、さつまいもを1kgになるように量って持って帰りました。まだまだ たくさんあるさつまいもをどうやって食べたいか話し合い、スイートポテトを作ることにしました。



ピーラー、包丁にドキドキ… 5年生が作ったパワーポイントの手順を見ながら、袋に材料を入れてもみもみ。あまくておいし～いスイートポテトができました♪

作ってみませんか？ じゃぶ煮

【材料】—4人分—

- 鶏肉 60g
- 鶏つくね 60g
- こんにやく 80g
- たまねぎ 中1個
- 人参 1/3本
- 白菜 3枚
- ごぼう 1/3本
- 白ねぎ 1/2本
- 焼き豆腐 120g
- 砂糖 大さじ1・1/2
- 濃口しょうゆ 大さじ2/3
- 淡口しょうゆ 大さじ2/3
- みりん 小さじ1
- 酒 小さじ1
- だし汁 40ml

【作り方】

- ①こんにやくは3cm×2mm程度の細切り、たまねぎは一口大、人参はいちょう切りにする。
- ②白菜は2cm程度に切り、ごぼうはささがき、白ねぎは斜め切りにする。
- ③鍋を火にかけ、鶏肉に酒を振り、Aの半分の調味料で煎りつける。
- ④こんにやくとごぼうを加え、ごぼうが柔らかくなったら、白菜を加えて煮る。
- ⑤だし汁と残りの調味料を加え、焼き豆腐と鶏つくねを加えてさらに煮る。
- ⑥白ねぎを加え、色がついたら完成！

☆じゃぶ煮は兵庫県新温泉町の郷土料理です。ほかの煮物と比べ水分が多いのが特徴です。

