

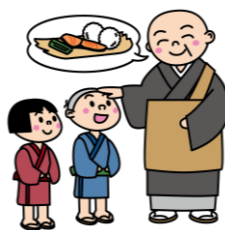
# 食育だより



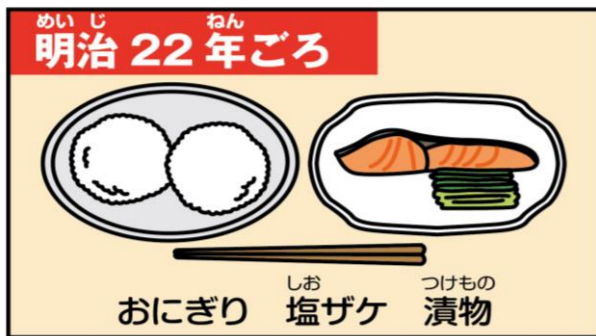
2024年 1月 加古川市食育・栄養研究部会

## 学校給食の歴史

学校給食は1889（明治22）年、山形県鶴岡市の大督寺にあった忠愛小学校で始まりました。その後、さまざまな形式をとりながら、全国に学校給食が広まってきました。さらに戦争を経て、子どもたちの栄養状態の改善のため、バランスを考えた給食が提供されるようになりました。



### 最初の給食



・おかずは一品か二品でした。  
・家が貧しくて、お弁当を持って来られない子どもがたくさんいたので、お寺のお坊さんが作ってくれました。

### 1952（昭和27）年ごろの給食



昭和25年に、アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、「パン・ミルク・おかず」の完全給食が始まりました。

・脱脂粉乳は保存性が高く、栄養価も高いことから、戦後ユニセフからの支援をうけ、給食に出るようになりました。  
・鶏肉や豚肉が高価だったため、鯨肉がよく使用されました。

### 現在の給食



・かつめし  
・牛乳  
・インディアンキャベツ  
・みそ汁

・献立の種類も多く、栄養のバランスを考慮して作られています。  
・旬の食材や行事食も登場します。  
・地産地消の取り組みも進めています。

1月は、兵庫県の食材や郷土料理をたくさん取り入れました！

- ・かつめし
- ・かこがわパスタの大豆ミートスパゲティ
- ・恵幸川汁
- ・加古川市産のお米
- ・鯛のから揚げ
- ・あわじしまたまねぎコロッケ
- ・ひめじおでん

## 野口北小学校



兵庫県漁業協同組合連合会の方々に来ていただき、兵庫の魚について学び、あじの三枚おろしに挑戦しました。自分でおろした魚は、ソテーにしておいしくいただきました。

### 2年生「ぐんぐんぞだてさつまいも」



地域の方々に協力していただき、6月にさつまいもの苗植え、11月に収穫を行いました。今後は、さつまいもを調理して、おいしくいただく予定です。

### 1年生「牛乳の大切さを知ろう」



牛乳の栄養や、牛乳が学校に届くまでのことを学習しました。

うし  
おお  
牛さん  
大きい～！！

### 全学年「朝ごはんプロジェクト」



ごはんを炊いたり、みそ汁をつくったり、たくさんの児童が和食の朝ごはんづくりに挑戦しました。

## 1月24日から30日は全国学校給食週間です

学校給食は、1946（昭和21）年1月24日に再開されました。この日は冬休みに入るため、1か月遅れの1月24日から1週間を「全国学校給食週間」としました。

## 作ってみませんか？ 恵幸川汁（えこがわじる）

恵幸川汁は、加古川で生まれたお鍋「恵幸川鍋」を給食用にアレンジしたお汁です。恵幸川鍋とは、加古川の岡田本家の酒かすと高松清太夫老舗のみそを使い、旬の野菜を取り入れたお鍋です。

【材料】 —5人分—

鶏もも肉	25g	酒かす	15g
鶏つくね	75g	みそ	45g
油揚げ	15g	煮干し	15g
だいこん	100g	水	700cc
はくさい	100g		
にんじん	50g		
しめじ	25g		
岩津ねぎ	25g		

### 【作り方】

- ①煮干しでだしをとる。
- ②酒かすは少量のだしで溶いておく。
- ③にんじん、だいこんはいちょう切り、はくさいは2cmに切る。しめじは小房に分ける。ねぎは斜め切りにする。油揚げは油抜きして1cmに切る。鶏肉は、こま切れにする。
- ④沸騰しただし汁に、鶏もも肉を入れ、だしで溶いた酒かすを加える。
- ⑤にんじん、だいこんを加え柔らかくなったら、鶏つくねを加える。
- ⑥油揚げ・はくさいを加える。
- ⑦しめじ、ねぎを加えてひと煮立ちしたら、仕上げにみそを加え、味を調える。

※給食でも岡田本家の酒かすと高松清太夫老舗のみそを使っています。

