

八の巻：「全国学校給食週間」から見る給食の歴史

SDGs未来都市
京都

令和5年1月 京都市教育委員会

1月24日～30日は「全国学校給食週間」です。日本の学校給食は、明治22年山形県の鶴岡町(現鶴岡市)に始まり、戦争中一時中断されましたが、戦後の栄養状態の悪い子どもたちを救うため、海外からの支援物資を受けて再開されました。その給食物資の贈呈式が「学校給食感謝の日(給食記念日)」として12月24日に行われましたが、冬休みと重なってしまうため、1か月後の1月24日～30日が「全国学校給食週間」と定められています。



給食の歴史を振り返ってみよう

明治22年(1889年)



山形県で日本で初めての給食が実施される。
(当時は、おにぎりや塩鮭、菜の漬物など)
その後、全国各地へ広がっていく。

昭和21年～22年(1946～1947年)

戦後、外国から子どもたちのために物資が届き、
給食が再開される。
⇒1月24日を給食記念日とする。



昭和25年(1950年)

アメリカから小麦が提供され、「パン・おかず・
ミルク(脱脂粉乳)」の給食が始まる。

昭和29年(1954年)

「学校給食法」が成立。
給食実施の基準なども定められる。

昭和33年～(1958年)

脱脂粉乳が順次、牛乳に切り替わる。



昭和52年(1977年)



米飯給食が始まる。ご飯が提供される回数は
月に数回程度だった。



平成8年(1996年)

食中毒予防のため、加熱調理が原則に。
より安全な給食へ。



今は…

ご飯を中心とした和食の献立を基本に、郷土料理や行事食を提供しています。また、世界の多様な食文化への理解を深めることを目的とし、さまざまな国の料理も取り入れています。給食が始まった頃は、子どもたちの空腹を満たすことが役割でしたが、今では、栄養バランスや地域の食文化、食べ物への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための「生きた教材」として活用するなど、「食育」の役割も担っています。

京都市では

平成9年以降、学識経験者やPTA、学校関係者が議論を尽くされ、平成13年1月からの試行実施を踏まえ、平成16年1月から全市で選択制の中学校給食を実施しています。これまで、毎月登場する新メニューの開発や温かい献立の充実など、生徒の嗜好や栄養摂取状況等に配慮した献立の充実・改善等や予約システムの導入などにより利便性の向上を図っています。

栄養
バランス

食文化

SDGs

地産地消

旬



行事



私たちは毎日の食事で、ご飯やパン、肉、魚、卵、野菜や果物などいろいろな食材を選んで食べることができます。しかし、今のように様々な食材が手に入らなかった時代もありました。



改めて、学校給食週間をきっかけに、食べ物の大切さや、給食に関わる人の想いを知り、日々の食事に感謝する気持ちを大切にしたいですね。

食事をおいしくする魔法の言葉。いつも、「いただきます」と「ごちそうさま」に心を込めて。





保護者の方へ

学校給食は、学校で食べる食事ということだけでなく、栄養バランスのとれた豊かな食事で、成長期の子どもたちの健康増進を図ることはもちろん、将来にわたって健康な生活を送れるように、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるための教材となるものです。

各中学校では、昼食指導の際に、毎月の和(なごみ)献立の日を中心に和食の献立を取り上げたり、毎月19日の食育の日に、地産地消や献立内容の解説を校内の掲示版で周知するなど、給食を生きた教材として活用しています。

ぜひ、ご家庭でも献立表にご注目ください。食に関する情報が満載です。



適切な栄養の摂取による
健康の保持増進を図る。



健全な食生活を営むことが出来る判断力を培い、
望ましい食習慣を養う。



学校生活を豊かにし、
明るい社交性および協同の精神を養う。

学校給食 7つの目標



食料の**生産、流通、消費**について正しい理解に導く。



地元の京都をはじめ、日本の各地域の**伝統的な食文化**について理解を深める。



食生活が食に関わる様々な人に支えられていることについて理解し、**勤労を重んずる態度**を養う。



食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであるということについて理解を深め、**生命及び自然を尊重する精神・環境の保全に寄与する態度**を養う。

食生活を取り巻く環境は時代とともに大きく変化し、食卓事情にも影響しています。近年では栄養バランスの偏った食事や、子どもたちの健康課題も懸念されるようになっていきます。そのような中、子どもたちが食に関する正しい知識と食習慣を身に付けるために、学校給食は重要な役割を果たしています。



給食レシピ 大人気メニューをアレンジ！

ビビンバ

<材料(4人分)>

・ご飯…人数分

いり卵

・鶏卵…4個

・油…小さじ1

肉そぼろとナムル

・豚ひき肉…150g

・料理酒…小さじ1

・ごま油…小さじ1

・にんにく…1.5g(ひとかけ程度)

・しょうが…1.5g(ひとかけ程度)

・ほうれん草…200g(約1束)

・人参…20g(約1/4本)

・大豆もやし…200g(1パック)

・赤みそ…大さじ1/2

・砂糖…小さじ1・1/2

・本みりん…小さじ1

・こいくちしょうゆ…小さじ1/2

・うすくちしょうゆ…大さじ1/2

・コチュジャン…小さじ1

・白ごま…小さじ2

<作り方>

- ① ほうれん草はよく洗い、根を落として3cm程の長さに切って水にさらして灰汁抜きする。人参はせん切りに。大豆もやしは食べやすいように3cm程の長さにカット。にんにく・しょうがはみじん切りに。(市販チューブ1cm分で代用OK!)
- ② 卵はよく溶いておく。Aは混ぜ合わせておく。
- ③ フライパンに油を熱し、溶き卵を入れて、いり卵を作る。(うすくちしょうゆ小さじ1/2程度を加えてもOK)
- ④ 卵が好みの硬さになれば、一度皿に取り出しておく。
- ⑤ フライパンにごま油を熱し、にんにく・しょうがを入れ香りをつけ、ひき肉・料理酒を加えて炒める。
- ⑥ 肉の色が変われば、にんじん、もやしの順に加えて炒める。
- ⑦ ④にほうれん草とAを加えて水分を飛ばすように炒める。
- ⑧ 最後に②とごまを加えて混ぜ合わせて仕上げ、ご飯の上に盛り付ける。



給食では、いり卵・肉そぼろ・野菜のナムルをそれぞれ調理してから、3色に盛り付けます。今回は、作りやすい分量で、洗い物も少なく手軽に、人気のメニューを楽しんでもらえるように**フライパン1つ**で仕上げていく調理法にアレンジしました。ひき肉は豚肉でも牛肉でもお好みで、豚こま肉や牛こま肉にすると食べ応えもアップしますよ。野菜から水分が出るので、味を見て薄ければ、しょうゆを小さじ1程度足して調整してくださいね。

一緒につくろう！
給食レシピ集
Check!



中学校給食
献立表も参考に!



「京の食育通信」
バックナンバー

