

# 1月食育だより



令和7年1月8日(水)  
 港区立高松中学校  
 校長 中山 幸子  
 栄養士 島田 理香

新年あけましておめでとうございます。今年度も、残すところあと3か月となりました。  
 引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、魅力ある給食作りに努めていきたいと思  
 います。  
 今年もよろしくお願い致します。



## 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、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で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、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日~30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。



### 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
忠愛小学校で提供された給食。	脱脂粉乳や小麦粉などを使った給食。	郷土料理や行事食など、食育の教材となる給食。

## 阪神・淡路大震災から30年

1995(平成7)年1月17日に、阪神・淡路大震災が発生しました。寒さ厳しい中、被災した多くの人たちを支えたのは、ボランティアによって届けられた炊き出しの「おむすび」です。震災発生から5年が過ぎた2000年、兵庫県が事務局を務める「ごはんを食べよう国民運動推進協議会」は、食料の重要性や、ボランティアの善意を忘れないために、この日を「おむすびの日」と決めました\*。



阪神・淡路大震災の発生から今年で30年となります。昨年元日に発生した令和6年能登半島地震が記憶に新しいですが、この30年の間にも各地で大きな災害が頻発しています。災害発生直後は支援が届かないということを前提に、一人ひとりが「自分の命は自分で守る」という意識をもち、普段から備えをしっかりとっておきましょう。

\*2018(平成30)年8月31日に同協議会は解散し、この取り組みは、公益社団法人米穀安定供給確保支援機構へ引き継がれています。

## 災害時の食の備え

### そのまま食べられる非常食

アルファ化米、缶詰、レトルト食品、菓子類など

### ローリングストックで備える日常食品

お米、乾麺、乾物、日持ちする野菜・果物、調味料など

### 外出時の持ち歩き用品

飲料水、チョコレート・あめなどの菓子

## 災害発生直後の食事

1日分の飲料水と非常食を、非常用持ち出し袋等に入れておきましょう。冷蔵庫・冷凍庫の中にある腐りやすいものから食べると、食品を無駄にせずに済みます。

## 家庭で備蓄リストの作成を!

備蓄リストを作成し、準備しておきましょう。



### 1人1日3リットル

1人1日3リットル必要とされています。できれば1週間分備えておくとう安心です。

カセットコンロとボンベがあれば、温かい料理を食べることができます。あらかじめ使い方を確認しておきましょう。

赤ちゃん用ミルク、食物アレルギー対応食品、介護用食品など