

# 食育だより

令和7年1月  
さいたま市立島小学校

あけましておめでとうございます。2025年、新しい年が始まりました。「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」というように、この3か月間はいつも以上に時間が過ぎるのを早く感じる時期です。

1年の計は元旦にあり。給食室では、島小のみなさんの健やかな成長を願い、今年も安全で、愛情たっぷりのおいしい給食作りに取り組んでまいります。どうぞよろしく願いいたします。



学校給食は、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための1週間です。ぜひ、学校給食の歴史を振り返り、今と昔の給食を比べたり、ご家庭で給食の思い出を話したりしてみてください。

## 学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の私立忠愛小学校において始まったとされています。この給食は、貧しくて生活に困っている子どもたちを対象に無償で出されたものでした。現在は、子どもたちの健康の増進や体力の向上を図ること、そして教材としての役割があります。

## 脱脂粉乳って何？

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。現在も「スキムミルク」として販売されています。学校給食は戦争で一時中断となりましたが、太平洋戦争後、食料不足で苦しむ子どもたちのためにアメリカなどから脱脂粉乳などの援助物資を受けて再開するこ

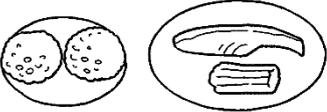
とができました。

きゅうしょく きゅうにゅう で  
給食に牛乳が出るのはどうして？

せいちょうき こつりょう たか 成長期に骨量を高めることは、ほね 骨づくりや骨粗しょう症 しょうよぼう 予防のために重要です。牛乳はカルシウムを豊富に含み、きゅうしゅうりつ すく 吸収率も優れているため給食に出されています。

がっこうきゅうしょく うつ か  
学校給食の移り変わり

めいじ 22 ねん  
明治22年



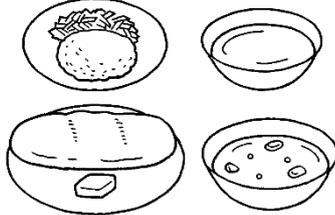
おにぎり・しお 塩さけ  
な つけもの 菜の漬物

しょうわ 22 ねん  
昭和22年



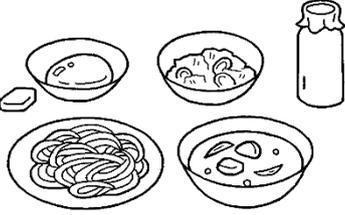
ミルク (脱脂粉乳)・  
トマトシチュー

しょうわ 25 ねん  
昭和25年



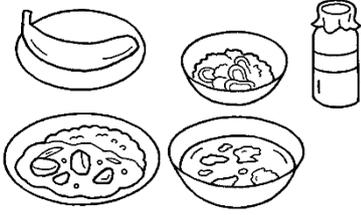
コッペパン・ミルク (脱脂粉乳)・  
ポタージュスープ・コロケ・  
せんキャベツ・マーガリン

しょうわ 40 ねん  
昭和40年



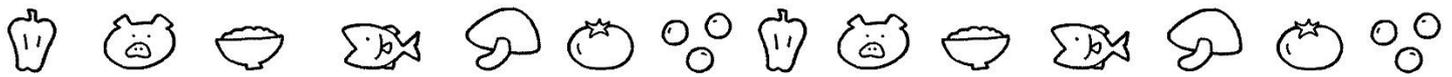
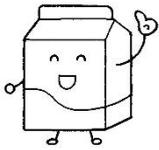
ソフトめんのカレーあんかけ・  
ぎゅうにゅう あまみ 牛乳・甘酢あえ・  
くだもの (黄桃) おうとう 果物 (黄桃)・チーズ

しょうわ 52 ねん  
昭和52年



カレーライス・牛乳・しお 塩もみ・  
くだもの (バナナ) 果物 (バナナ)・スープ

いま 今の給食と  
くらべたり、ご家庭で  
給食の思い出を話したり  
してみませんか？



きゅうしょく た きょうざい  
給食はおいしく食べられる教材です！

こどもたちは、がっこうきゅうしょく こんだて つう 学校給食の献立を通じて、しょくひん 食品の産地や栄養的な特徴を学んだり、  
きょうか 教科で学んだことに関連した食品や料理を食べて、きょうざい 学習内容を確認したりすること  
ができます。どのような献立があるのかを献立表を見て確認してみましょう。

