



1月24日から30日までは全国学校給食週間です。学校給食の意義や役割についての理解と関心を深め、学校給食のより一層の充実と発展を図ることを目的に行われています。

## 学校給食について知ろう!

### 学校給食のはじまり

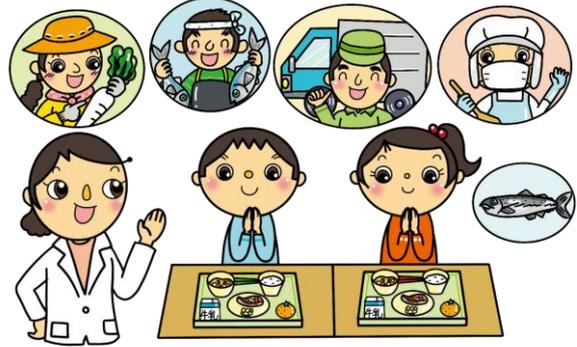
写真：新潟県栄養教諭 佐藤美春先生



小学校があったお寺の境内には、今は記念碑が建てられています(山形県鶴岡市の大誓寺)。

明治22年(1889)年、山形県鶴岡町(現・鶴岡市)の小学校で、家が貧しくてお弁当を持ってこれない子どもたちのために食事を出したのが日本での学校給食のはじまりです。その後、戦争による食料不足で一時中断されてしまったものの、戦後、外国からの援助物資で再開することができました。

### 学校給食の役割



給食が始まった当初は、子どもたちへの栄養補給が主な目的でした。しかし現在は、栄養バランスのとれた食事子どもたちの心身の発達や健康の増進を目指すことももちろんですが、社会性や協同の精神、自然環境の尊重、勤労を重んずる態度、食文化や社会のしくみについて学ぶ、食育活動の一環として行われています。

## 「寒中」、「塩の白」、「カレーの白」

出典 建学社「食育フォーラム」

1月はさまざまな行事があります。元日のお正月と7日の「七草」、15日の小正月などがよく知られていますが、暦の上では小寒から大寒へと冬の寒さが一番厳しい時期にあたり、この時期においしくなる「寒」の食べ物があります。また、「塩の日」「カレーの日」といった記念日もあります。

「寒」は、「小寒(2026年は1月5日)から大寒(1月20日)を頂点にして、立春(2月4日)の前日までの期間を指します。道場などに通う人は「寒稽古」がよく行われますね。寒の時期においしくなる食べ物として、水(「寒の水」)、ぶり、卵、しじみなどが知られています。



1月11日は「塩の日」です。戦国時代、駿河(静岡県)の川氏から塩の流通を止められ、困っていた甲斐(山梨県)の武田信玄に対し、越後(新潟県)の上杉謙信が、敵であったにもかかわらず、武田に塩を送ったことにちなみます。ここから「敵に塩を送る」ということわざが生まれました。

1月22日は「カレーの日」です。1982(昭和57)年、学校栄養士の先生たちが、戦後学校給食が再開されてから35年を迎えたことを記念して、24日から始まる「全国学校給食週間」を前に、全国で一斉に子どもが大好きなカレーの給食を行ったことがきっかけで制定されました。



朝食を食べている人

食べる 87.1% / 時々食べない 12.9%

授業以外で運動している人

毎日する 16.0% / 週3~4回する 9.7% / 週1~2回する 42.0% / していない 32.3%

家で野菜を食べる人の割合

朝も夜も食べる 12.9% / 朝(夜)だけ食べる 87.1% / 朝も夜も食べない 0%

一口当たり何回くらい噛んで食べるか

20回前後 29.0% / 10回前後 67.8% / 5回未満 3.2%

1週間の排便の頻度

毎日排便がある 48.4% / 出る日が多い 35.5% / 出る日が少ない 16.1%

生活習慣アンケートの  
ご協力、ありがとうございました。

