

# 給食だより



令和8年1月号  
昭島市立福島中学校  
昭島市立昭和中学校

新しい年を迎え、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往ぬる二月逃げる三月去る」といわれるように、年度末に向けて月日の流れを早く感じる時期です。まだまだ風邪やインフルエンザなども流行っていますので、体調管理に十分注意し、一日一日を大切に過ごしてほしいと思います。

1月24  
~30日

## 全国学校給食週間です！



学校給食の歴史は、明治22年（1889年）、山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で、お弁当を持参することができない子どもたちに昼食（おにぎり・焼き魚・漬け物）を提供したのが始まりです。その後、大正12年（1923年）には、子どもたちの栄養状態を改善するため、給食は全国に広まりました。



しかし、第二次世界大戦が激しくなると給食は中止になり、食べるものが不足したため、たくさんの子どもたちが飢えに苦しみました。戦後も食糧難は続きましたが、「うら（アジア救済団体）」から脱脂粉乳が寄贈されると、昭和21（1946）年12月24日から東京、神奈川、千葉で学校給食が再び始まり、この日が給食記念日となりました。ただし12月24日が冬休みに入るため、1ヵ月後の1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」とすることになりました。

昭和29年（1954年）に「学校給食法」が成立し、実施体制が法的に整いました。現在、子どもたちの食生活を取り巻く環境が大きく変化し、偏った栄養摂取、肥満など懸念される問題もみられます。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付け、生涯にわたって健康的で心豊かな食生活を送るために重要な役割を担っています。

## 学校給食発祥の地 忠愛小学校「大督寺」

学校給食発祥地である忠愛小学校は、山形県鶴岡市にある大督寺の境内にありました。このお寺のお坊さんが、一軒一軒お経を唱えながら民家を回り、お米やお金などをいただき、お弁当を持参できない子どもたちに昼食を作りました。現在のお寺の住職さんによると、その当時の昼食の魚は、川魚が主流だったそうです。



鶴岡市内のお寺「大督

昭和34年（1959年）に、学校給食70周年記念式典開催され、お寺の境内に記念碑が建立されました。



「学校給食発祥の地」の記念碑



## ☆「昭島市食育シンポジウム」を開催しました☆



11月15日(土)に昭島市食育シンポジウムを開催しました。今回のテーマは、「防災力を高めよう～『いつも』の時も『もしも』の時も 美味しい食事は元気の源!～」です。

第一部の基調講演ではNPO 法人プラス・アーツの服西信吾氏をお招きし、被災者の声を元に考えられた「本当に必要な備え」をクイズ形式で楽しく分かりやすく解説いただきました。第二部では栄養士が行ってきた防災に関する食に関する指導の実践報告を、第三部では有識者を招いてのパネルディスカッションを行いました。

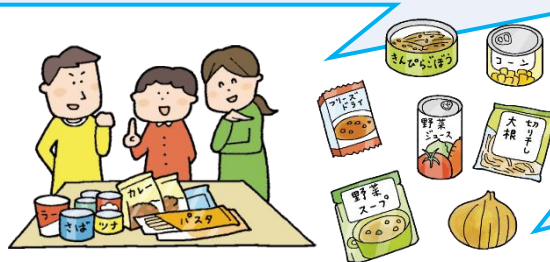
パネルディスカッションでは、「公助」に関する昭島市の備えの他、地域で支え合う「共助」、家族の実態に合わせて備える「自助」の大切さについて協議がありました。「自助」においては、有事の備えを特別なものと捉えるのではなく、日常生活の一部として取り入れていくこと、そして日常的に消費して便利に使っていくことが、継続的に無理なく備えることのポイントとなります。

今後も、学校における取り組みの実施のみならず、保護者の皆様、市民の方々に向けた食育の発信の場を作ってまいります。引き続き、学校給食へのご理解ご協力を賜りますよう、宜しくお願い申し上げます。

### ～参加者アンケートの紹介(一部抜粋)～

普段ハードルが高く、なかなか取り組むことのできない防災への備えも、今日の講演で少し身近なもので気軽に実践できることが分かりました。

基調講演では、実際に現場にいた人の声を聞いたことで、今後の自分の家でどのような対策(非常食)を準備すればよいか参考になった。



学校における取り組みの発表がよかった。小中学生の取り組みが進んでいくとよい。継続してほしい。

## 中学校の食育紹介

今年度は防災をテーマに給食時間の食育指導を行っています。「災害時の食」の課題を知り、どのような備えや対策が必要かを考えることを目的とし、3回シリーズで実施しています。指導では、「もしもの時に備えて、ご家庭でもどんなものを備えておくとういかなど、ぜひ相談してください。」と伝えています。

### 《 指導内容について 》

**シリーズ1** もしもの時に備えておくとうい備蓄品の種類や、ローリングストック法とそのポイントについて

**シリーズ2** 実際の災害時で提供された食事例から、考えられる栄養バランスの課題と、そのような食事が続くことで起こりうる症状や、災害時に補いたい栄養素と備蓄食品の紹介

**シリーズ3** 災害時に活用できるパッキングの紹介



食育指導の様子