



食育だより 1月号

令和8年 1月8日
日野市立日野第七小学校
栄養士 清水 紗乃

あけましておめでとうございます



冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往る二月逃げる三月去る」といわれてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。風邪やインフルエンザも流行していますので、体調管理にはより一層気をつけて、1日1日を大切に過ごしてほしいと思います。

ひのっ子シェフコンテスト



ひのっ子シェフコンテストとは、子供が食べることや食材の大切さを感じることで、食への関心を高め、広く市民にも食の大切さを伝えることを目的としたコンテストです。

対象は市内在住の4~6年生で、市内で採れる地場産の食材などを使ってオリジナルレシピを考え、実際に調理を行います。1人もしくは2人組での応募が可能で、調理は90分以内に4人分を作ります。

審査基準は、日野産食材の活用、オリジナリティー（アイデアや工夫）、見た目、味、手際の良さ（時間内に完成させる）などです。

今年度ひのっ子シェフコンテストは第19回を迎えました。今年度は11月30日に、日野第一中学校の家庭科室で本選が行われました。家庭科室には出場者や審査員など関係者のみしか入ることができませんが、調理の様子は食堂に中継されるため、出場者は家族等に見守られながら一生懸命調理を行いました。

今年度の入選作品は以下の通りです。

☆金賞☆

「おはしでどうぞ！野菜たっぷりトマトスープパスタ」ハ小（5年生2名）

☆銀賞 / 栄養士・給食調理員が選んだ特別賞 / 子ども審査員賞☆

「トマトとれんこんのいろどりガパオライス」一小（6年生）

☆銀賞☆

「とうふと秋野菜のキーマカレー」旭が丘小（5年生）

☆銅賞 / JA東京みなみ賞☆

「さつまいもとれんこんの豚肉ドッグ」五小（5年生）

☆銅賞☆

「日野産野菜のホクホクグラタン」五小（5年生）

栄養士・給食調理員が選んだ特別賞に選ばれたメニューは、今後、市内全校の給食に登場します！



1/24～1/30は
「全国学校給食週間」です

にほん がつ こう きゅう しょく

日本の学校給食のあゆみ。

がつ こう きゅう しょく はじ

学校給食の始まり



めいじ 明治22(1889)年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。この学校は大智寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが日々を回ってお経を唱え、いただいたお金や食べ物を使って食事を用意していました。大正12(1923)年には、子どもたちの栄養状態を改善するための方法として、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広がりましたが、戦争による食料不足で中止せざるを得なくなってしまいました。

おにぎり

やさかな

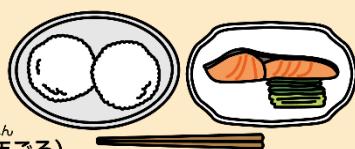
焼き魚

つけもの

漬物

めいじ

(明治22年ごろ)



ごしき

五色ごはん

えいよう

しる

栄養みそ汁

たいしよう

ねん

(大正12年ごろ)



しえん ぶつし

がつ こう きゅう しょく

さい かい

支援物資による学校給食の再開



せんご 戦後、子どもたちの栄養状態の悪化を心配する声が高まり、昭和21(1946)年12月24日にLARA(アジア救援公認団体)から給食用物資の寄贈を受けて、翌1月に学校給食が再開されました。当初は12月24日を「学校給食感謝の日」としていましたが、その後、冬休みと重ならない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。

ミルク

トマトシチュー

ねん

(昭和22年ごろ)



コッペパン・ミルク

たつた あ

クジラの竜田揚げ

せん切りキャベツ

ねん

(昭和25～30年ごろ)



バラエティー豊かな献立内容に



しょうわ 昭和29(1954)年に「学校給食法」が成立したことで、実施体制が法的に整い、学校給食は教育活動として位置付けられるようになりました。主食はパンが中心でしたが、昭和51年に米飯(ご飯)が正式に導入されると、カレーライスや炊き込みご飯などが登場し、献立内容が充実していきました。

ミートスパゲッティ

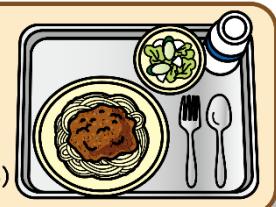
ぎゅうにゅう

牛乳

フレンチサラダ

じゅうわ

(昭和40～50年ごろ)



カレーライス

ぎゅうにゅう じお

牛乳・塩もみ

たまご

ゆで卵

じゅうわ

(昭和51年ごろ)



このように、学校給食の内容は時代とともに変化していますが、いつの時代も変わらずに、「子どもたちがよく食べることなく、おいしく食べて、健やかに成長できるように」といった願いが込められています。現代では、大人になっても自分で考えて健康な食生活を続けることができるよう、学校給食は「教材」としての役割も担っています。