



沼田市学校給食センター
TEL : 25-3762

1月の目標..... 食文化について知ろう!!

日本の伝統的な食文化「和食」

四季折々の自然の恵みを大切に、暮らしの中で受け継がれてきた日本の食文化はユネスコの無形文化遺産に和食文化として登録されています。日本の食文化には、暮らしを守り、命をつないできた先人の知恵や歴史が反映されています。日本の食文化を知り、大切にしていきたいです。



和食の4つの特徴

多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重



各地に根ざした多様な食材が用いられます。また、素材の味わいを活かすよう、調理技術や調理道具も発達してきました。

健康的な食生活を支える栄養バランス



お米を主食に、魚・豆・野菜・きのこ・海そうなど、栄養バランスがよくとれた一汁三菜の食事にしています。

年中行事との密接な関わり



節目節目に行われる行事の時には特別な食事「行事食」が食べられ、様々な願いが込められています。

自然の美しさや季節の移ろいの表現



季節ごとにその土地にあった食べ物や料理を生み出してきました。また、見た目の美しさも、和食の良さの一つです。

食を通して日本の伝統を子どもたちに伝えるため、給食にも行事食を積極的に取り入れています。1月の給食には「七草」「鏡開き」「小正月」などの行事食を取り入れました。昔から大切にされている、願いが込められた行事食を、家庭でも大切にしてください。

地域の食文化

地域の気候風土の中で栽培された地場産物を調理し、食べ受け継がれてきた料理が、それぞれの地域にあります。できる限り給食にも郷土料理を取り入れ、これからも継承していければと思います。



とうふめし



具汁



だんご汁



おっきりこみ

群馬県には小麦粉をつかった郷土料理が多く根付いており、長い時間をかけて「粉食文化」が発展、定着してきました。

世界の食文化を知ろう!

2024年7月26日からパリオリンピック・パラリンピックが開催予定です。世界に興味を持つ良い機会です!世界中にはさまざまな食材や料理があり、その地域に根付いてきた食文化があります。食文化を知ることは、その国を知ることに繋がります。さまざまな国の食文化に関心を持ってみましょう!

1/16~18の給食に、ドイツ・アメリカ・フランスの料理を出します。どんな料理に興味を持って食べてみてください。



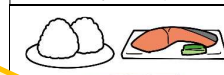
1月24日から30日は全国学校給食週間です!

1月24日は学校給食記念日で、この日から一週間は「全国学校給食週間」です。給食の歴史を振り返り、食べ物や作る人々の思いに感謝し、食べることの大切さについて改めて考えてみましょう。

学校給食の歴史

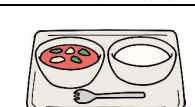
日本の学校給食の起源は、明治22年に山形県鶴岡市の学校で、生活が苦しい家庭の児童を対象に昼食を無償で提供したものでありとされています。

明治22年



おにぎり、塩鮭、漬物

昭和20年代(戦後)



ミルク(脱脂粉乳)、トマトシチューやみそ汁

昭和29年に「学校給食法」が成立し、給食は教育活動の一つに位置付けられました。そして、時代とともに、様々な料理が給食に取り入れられるようになりました。

日本の学校給食の起源

外国からの援助を受けて再開
援助物資の中に小麦が多くあったため
昭和25年頃からコッペパンが普及

現在



成長期に必要な栄養を摂るだけでなく、食文化や郷土愛、食事のマナー、感謝の心の育成など学校における食育を担っています。

沼田市では、昭和23年12月、川田小学校で初めて学校給食の提供が行われました。当初は補食給食で野菜持参、週3回、月額30円でした。今では、多彩な食材を組合せ、子どもたちの食経験を増やせるようにも工夫しています。今も昔も、「子ども達のために、安全で安心な、より良い給食を...」という給食に込められた気持ちは変わりません!

食事マナーについて考えよう! ~お椀を正しく持って食べよう~

お椀を持つと、背筋が伸びて姿勢が良くなり、こぼさずきれいに食べることができます!



沼田市では、お椀を持って食べられるように、昭和58年にランチ皿から、今のよう食器に変わりました!

お椀の持ち方

人差し指・中指・薬指・小指の4本でお椀の底を支え、親指で、お椀の縁を軽く支えましょう。

昔の食器 ~ランチ皿~

