

# 1月給食だより

港区立御成門中学校  
給食室  
平成31年1月8日

明けましておめでとうございます。新しい年の始まりです。毎日の食生活を大切に、この1年も健康で元気に過ごしましょう！

さて、年末年始はさまざまな行事があり、年越しそばやおせち料理などの伝統的な日本の食文化を始めとして、いろいろな食文化にふれるよい機会になったのではないのでしょうか。今年も、安全でおいしい給食をつくっていきますので、よろしくお願いいたします。



## 1月11日は「鏡開き」

### 鏡開きとは…

お正月の間、年神様（新年の幸せをもたらしてくれる神様）の居場所になっているのが鏡餅。年神様がいらっしゃる松の内の間は飾っておき、松の内が過ぎたらお餅を下げ、それを食べることで年神様をお送りします。

昔は、松の内は元旦から1月15日とされていたため、鏡開きは1月20日に行われていました。ところが、徳川家三代将軍家光が亡くなったのが4月20日であったため、月命日である1月20日を忌日として鏡開きは1月11日に行われるようになりました。しかし、幕府の力が強く影響しないところもあり、地域によっていろいろあるため、15日（松の内最終日）または20日が鏡開きの日として定着したところもあります。

鏡開きは武家から始まった行事であり、鏡餅を刃物で切ることは、切腹を連想させてしまうためにタブーとされています。そのため鏡開きは手で割ったり、木槌で叩いて割ったりします。「割る」という表現も縁起が悪いため、縁起が良く末広がりを意味する「開く」という言葉を用います。

年神様の依り代である鏡餅を食べることでその力を授けていただき、その年の無病息災を願います。

## 今月の給食目標「学校給食週間について知ろう！！」

～1月24日から30日は全国学校給食週間～

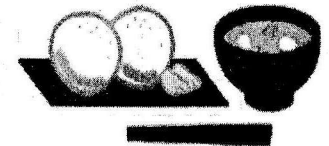
学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市で弁当を持ってこれない子どもたちのために、おにぎり野菜や魚の塩漬けを出したことが始まりとされています。

その後、全国に広まった給食も第2次世界大戦で中断されました。戦後、ユニセフの救援物資で、昭和21年12月24日に東京、神奈川、千葉で給食が再開されました。現在、この日は給食がないところが多いため、翌月の1月24日を記念日とし、1月24日～30日を学校給食週間としています。

学校給食週間は、給食が出来るまでにかかわったすべての人への感謝と、給食の材料となったすべての食材の命に感謝し、健康な心と体を育み、大切な食文化を未来に伝えていく学校給食の役割について改めて考える1週間です。学校給食の意義や役割について考えたり、今と昔の給食を比べたりして、給食のすばらしさを見直しましょう。

御成門中学校では、24日～30日の間に当時の給食を再現したメニューや東京都産の食材（米・メダイ・とさかのり・東京X・江戸甘味噌）を使ったメニューを取り入れました。

また、「学校給食週間」が、ご家庭で給食や食べることについて考えたり話し合ったりする一つの機会になってもらえればと思います。ぜひ、ご家庭での話題の一つに入れていただければと思います。



## 今月の旬の食材

カブ・白菜・小松菜・<sup>ぶり</sup>鰯・りんご・ポンカン などです。

今月の給食にも、これらの食材を取り入れたメニューがたくさん登場します。