

人良く育で食育力!

気になるわが子の食事情



小学校のころ、給食調理室の近くの教室だったことがありました。4時間目も終わりがちになると、いいにおいが「ぷ〜ん」と漂ってきて、おなかが「ぐ〜」と鳴ったものです。栄養バランスの整った給食は、おいしくて学校生活での楽しみの一つでした。

近年、豊かになった日本では、食べたいものを(偏食)、食べたいときに(不規則な食生活)、食べただけ(過食や拒食)食べるという、食の乱れが指摘されるようになってきました。またその食の乱れが、メタボリックシンドローム(肥満、高脂血症、高血糖、高血圧といった動脈硬化の危険因子をいくつも併せ持った状態)などを引き起こす要因の一つとなっています。こうした中、食育基本法が平成17年7月に制定され、食育という言葉が、よく聞かれるようになってきました。食という字は、人が良くなると読めます。そんな願いを込めて食を通して人を育てる食育について取材しました。(取材 秘書課)



昭和
40年代

昭和40年代初めごろの給食メニュー。コッペパン・マーガリン・脱脂粉乳(スキムミルク)・クジラの一口カツ・野菜の甘酢あえ。



昭和
50年代

昭和50年代初めごろに出ていたメニューで、脱脂粉乳が牛乳となりました。写真では紙パックですが、当時はビン牛乳でした。またこのころ、人気の高かったのが、ソフトめんのミートソースで、果物にりんごが添えられています。

そして
現在



現在は、和食が見直されて、郷土料理が給食のメニューになることもあります。写真は、紙パックの牛乳・もふりこ飯・大平!ほうれん草のおひたしです。