

給食だより



下野市立石橋小学校

ねん こし あんぜん きゅうしよく りゅうい きょうりよく ほど ねが いた ふゆ じ き
2026年になりました。今年もおいしく、安全な給食づくりに留意しますので、ご協力の程よろしく願ひ致します。さて、冬の時期は、インフル
エンザやノロウイルスが流行する季節のため、健康管理には、より一層の注意が必要です。感染症の対策も含めて、「規則正しい食生活」
はやね はやお あさ てあら しょうどく てつてい
「早寝・早起き・しっかり朝ごはん」手洗い、消毒を徹底しましょう。

がつ か にち ぜんこくがっこうきょうしきゅうかん
1月24日から30日は全国学校給食週間です。

めいじ ねん やまがたけん しよくじ ていきやう がっこう きゅうしよく ほじ げんざい きゅうしよく とお しき かん きょうじしよく じばさんぶつ かつやう きょうか
明治22年に山形県で食事の提供をしたのが、学校給食の始まりとされています。現在では、給食を通して四季を感じたり、行事食や地場産物の活用、教科と
かんれん がっこうきゅうしよく えいようほきやう い きょうざい やくわり にな きゅうしよく れきし ふ かえ た もの かんしや しよくせいかつ み
の関連をすることにより、学校給食は、栄養補給だけではなく「生きた教材」としての役割も担っています。給食の歴史を振り返り、食べ物に感謝し、食生活を見
つめなおしましょう。19日～23日は石橋小給食週間です。

給食週間中は、日本各地の味めぐり給食を実施します！

1月19日(月) 熊本県

くまもとけん かつかざん あそさん べつめい ひ くに よ ぜんこくてき じんぎ
熊本県は活火山である阿蘇山があることから、別名「火の国」とも呼ばれています。全国的にもよく知られている人気の「くま
モン」は、2011年に 初代ゆるキャラグランプリを受賞しています。また、千円札に印刷されている、ペスト菌を発見した
きたざとしばさぶろうはかせ くまもとけん しゅっしん
北里柴三郎博士は熊本県の出身です。

◎高菜飯

たかな めし くまもとけん きょうどりようり たかな めし つか たかな くまもとけん あそ ちほう でんどう やさい きょう きゅうしよく
「高菜飯」は、熊本県の郷土料理です。この高菜飯に使われる高菜は、熊本県阿蘇地方の伝統野菜です。今日の給食
の「高菜飯」は、古漬けの高菜を細かく刻んだものを炒めて、ご飯と混ぜて作っています。



◎太平燕(タイピーエン)



たいピー えん くまもと ちゅうかりようりてん かてい ていばん りようり はるさめ いた やさい ぶたにく
「太平燕」は、熊本の中華料理店や家庭でも定番の料理で、春雨と炒めた野菜や豚肉、エビ、たけのこ、かまぼこ、しいたけ
などを入れて作る具だくさんの中華風春雨スープです。明治時代後期、中国福建省 から長崎、熊本にわたってきた
ちゅうごくしゅっしんしや つた
中国出身者などによって伝えられたといわれています。

1月20日(火)北海道

ほっかいどう しきおり きのう ゆた だいち い のうぎやう らくのう さか おこな ほっかいどう どうない
北海道では、四季折々の気候や豊かな大地を活かして、農業や酪農が盛んに行われています。北海道は、道内での
しよくりやうじきゅうりつ たま しゅっかりやう ぜんこく い とく せいさんりやう ぜんこく
食料 自給率は200%です。じゃがいも・にんじん・玉ねぎの出荷量は全国1位です。特にじゃがいもの生産量は全国
の80%を占めています。



◎帯広豚丼

おびひろ ぶたどん おびひろ めいぶつ りようり あつぎ ぶたにく や おびひろ ぶたどん しやうわき おびひろ
帯広市の名物料理に厚切りの豚肉を焼き、タレにからめて、ごはんの上にのせた「帯広豚丼」があります。昭和初期に帯広
市内の食堂で、炭火焼きした豚肉にうなぎのかば焼き風のタレをからめたどんぶりが作られたのが「帯広豚丼」の始まりといわ
れています。給食は、大量調理のため、今日は、帯広豚丼をアレンジし、豚こま肉を使用しています。



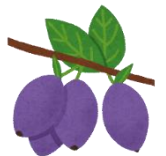
◎手作りいも団子汁



「いも団子」は「いももち」として知られ、じゃがいもを使った、郷土料理です。もち米の代わりに豊富に生産されていたじゃがいもを使ったことが
はじまりといわれています。今日は、蒸したじゃがいもを熱いうちにでん粉と塩を混ぜてよく練った後、団子の形にした、「いも団子」を鶏肉や野菜を
だして煮た中に入れて作ります。かつお節でとっただしがじっくりしみ込んだ「手作りいも団子汁」です。

◎ハスカップゼリー

ハスカップは、スイカズラ科の高さ1m～1.5mの落葉低木です。日本では北海道で自生しているものや栽培されているものが
あります。北海道のアイヌの言葉で「ハシカプ(枝の上にかくさんなるもの)」が名前の由来となっています。ビタミンCをはじ
めとするビタミン類、鉄分、カルシウム、カリウムなどの栄養素が含まれた果物です。



1月21日(水)栃木県【上三川町】

世界的な創作折り紙作家の吉澤章氏が上三川出身であることから"ORIGAMI"のまち、かみのかわとして有名です。

◎かみのかわ黒チャーハン

かみのかわ BQ グルメ研究会が開発したご当地グルメ「かみのかわ黒チャーハン」は、第1回とちぎグルメ祭で準グランプリや平成30年度にとちぎ産地消費大賞を受賞している料理です。今日の給食では、特製のかみのかわ黒チャーハンソースを使って、にら・にんにく・焼き豚・玉ねぎ・かんぴょうなどを炒めて作ります。いつもと違う黒いチャーハンの味を楽しみましょう。



1月22日(木)下野市と姉妹都市 ドイツのディーツヘルツタール

2025年(令和7年)に、下野市とディーツヘルツタール(旧シュタインブリッケン)は、姉妹都市締結50周年を迎えました。旧石橋町では、1966年(昭和41年)から、ドイツのシュタインブリュッケンと町の名前が同じ『石橋』であったことが縁となり、交流が続いてきました。(その後シュタインブリュッケンを含む4つの村が合併し、現在のディーツヘルツタールとなりました。)



◎ケーニヒスベルガー・クロプセ(ミートボールのクリーム煮)

肉団子にホワイトソースをかけたドイツ料理で、ケーニヒスベルク(地名)のクロプセ(団子)という意味です。ドイツでは大きい肉団子を30分〜1時間ほどゆでて作るそうですが、今日の給食では食べやすいように、一口サイズのミートボールで作ります。



◎シュベックカルトツフェルン(ベーコンとじゃがいもの炒め物)

シュベックはベーコン、カルトツフェルンは芋という意味で、ドイツでは人気の家庭料理です。ドイツは、夏は涼しく冬はとても寒いので、涼しい地域でも育ちやすいじゃがいもや、長期保存できるベーコンやソーセージなどがよく食べられてきました。じゃがいも料理は、シンプルな調理法で作られ、調味料は控えめで、じゃがいもの風味を生かした料理が多いです。

1月23日(金)青森県

青森県は、太平洋や日本海、津軽海峡、さらに陸奥湾という豊かな海に囲まれています。恵まれた自然環境から多くの農畜水産物が生産されています。ほたて、いか、タラ、マグロなど水産物の水揚げも多く、様々な加工品も作られています。



◎イカメンチ

イカメンチは、青森県の津軽地方に伝わる家庭料理で、イカを刺身にしたときに残る「ゲソ」を叩いてミンチにし、玉ねぎやにんじんといった野菜とともに小麦粉でまとめた揚げたのがはじまりといわれています。イカの旨味とプチプチした食感に野菜の甘み、油で揚げた香ばしさが加わり、子どもから大人まで大人気の青森県のソウルフードとなっています。ご当地グルメとして提供するお店もあるそうで、ご飯にのせた「イカメンチ丼」やパンに挟んだ「イカメンチバーガー」なども登場しています。



◎ごぼうのでんぶ

青森県は、ごぼうの生産量、出荷量が全国第1位です。旬の秋から冬にかけて多く出荷されています。でんぶとは青森弁で、「炒め煮」の意味があります。ごぼうを炒めて作るのが「ごぼうのでんぶ」です。



◎せんべい汁

せんべい汁に使われる南部せんべいは、旧南部藩の領地だった青森県南東部から岩手県北部にかけての伝統食品で、小麦粉に塩と水を混ぜ鉄製の型で丸く焼いたものです。戦前、農家の多くは鉄製の型を持っており、せんべいは、冷害が多く、米がよくとれなかった地域の貴重な保存食でした。これを味噌汁や鍋に入れて煮たものが「せんべい汁」です。



【写真等出典】・農林水産省「うちの郷土料理」ウェブサイト

熊本 https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/taipien_kumamoto.html

北海道 https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/butadon_hokkaido.html

青森県 https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/senbei_jiru_aomori.htm

秋田県 https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/area/aomori.html

姉妹都市 <https://www.city.shimotsuke.lg.jp/0814/genre3-3-001.html>

★給食集会があります★

給食委員による給食集会があります。給食に関するクイズ、アンケートの結果発表、マナー講座、調理員さんへのインタビューなどを行う予定です。楽しみにしてください。



お知らせ

今年も JA 小山より、栃木県産いちご(とちあいか)をいただきました。
21日の給食に出ます。感謝し、味わっていただきます。

