

食育だより



令和3年
12月号

(毎月19日は食育の日)

鋸南町学校給食センター

今年も残り1ヵ月となりました。白衣やエプロンの準備などいつもご協力ありがとうございます。さて、2020年のノーベル平和賞は、国連WFP(世界食糧計画)が受賞しました。国連WFPは1961年に飢餓のない世界を目指して創設され、紛争地への食料供給や途上国の学校給食の提供などの活動を行い、地域社会と協力して栄養の改善と復興・回復に向けた強い社会づくりに取り組んでいます。

世界の食料事情と国連WFP



国連WFPのホームページ(<https://ja.wfp.org>: 右QRコード)から、現在、世界が直面している問題と、国連WFPの主な活動についてお知らせします。

11人に1人が 飢えて苦しむ

世界の11人に1人が十分な食料を得られない状況で生活しています。最新の報告書では、新型コロナ禍や気候変動等の影響でさらに増加し、最大8億1100万人と推計されました。

深刻な 食品ロス



世界でつくられた食料の約1/3が失われ、むだになっています。世界の人口を養うのに十分な食料が生産されているにもかかわらず、8億人以上が毎晩空腹で眠りについています。

学校給食が子どもの 学びを支える

世界の数多くの子どもが毎日空腹のまま学校に通い、授業に集中できません。学校給食は栄養や健康状態を改善するだけでなく、子どもたちの学校での学びを支える大きな力になります。

小さな子どもと 保護者のための支援

2歳までに十分な栄養をとれないと、体や脳の発達が遅れ、影響が生涯に渡るおそれもあります。健康のためによい食事を選択できる力を高める支援も行います。

災害・紛争時の 緊急支援



紛争や大災害が起きたとき、まず必要となるのが食料です。国連WFPはいち早く被災地域に入り、人々に生き延びていくための食料を届けます。

私たちにできることは 何だろう？

「日本の人たちに、もう少し世界の不平等について関心を持ってほしいという気持ちがある。知ってくれるだけでもいい。『どこか遠い国で起きている出来事で、私たちには関係ない』と思わずに、地球は、小さい星だ。その地球の同居人として、世界レベルの『思いやり』をもつことを考えてほしい!」*

出典：忍足謙朗(2017)『国連で学んだ修羅場』p286 文藝春秋

年取りの行事



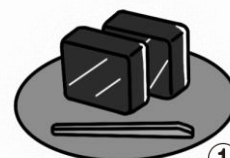
「年取り」…、はじめて聞く言葉ではないでしょうか。「年取り」には、「年齢が増えること」「大みそかの夜に行う行事」という意味があります。昔は、日が沈むと1日が終わり、夜になると同時に次の日がやってくると思われていました。つまり、大みそかの夕方、太陽が沈むとともに1年が終わり、新しい年が始まるのです。

新しい年には、新しい年の神様がやってくると思われていて、それまでの年の神様に1年の無事を感謝し、新しい年の神様のお迎えをします。また年齢の計算も、昔は誕生日ではなく、元日が基準でした。お正月が来ると、世の中の人全員が同時に1つ年をとるのです。そのため、年取りには特別な料理を準備しました。「年越しそば」「お雑煮」「おせち料理」は、この年取りのための料理がルーツと考えられています。



さて、問題です。次の料理のうち、年取りで出されることのあるものはどれでしょう？

いくつ選んでもかまいません。



① ようかん



② 茶わん蒸し

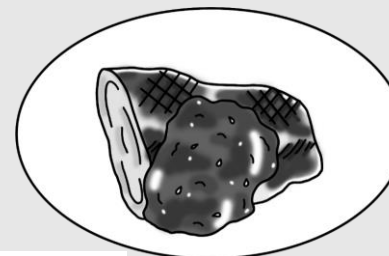


③ けんちん汁

正解は、①②③の全部です。昔は砂糖がごちそうと考えられていたので、特別のお楽しみとして年越しにようかんをつくる地域もありました。また、栗の甘露煮が入った甘い茶わん蒸しを作るところもあります。さらに、けんちん汁を年越し料理にしている地域もあります。みなさんが住んでいる地域や家庭にも特別な年取り料理はありますか？ ぜひ、おうちの人に聞いてみてください。

さばの薬味ソース

辛みのもとになる豆板醤をほんの少しにおさえておくと、子どもたちにも食べやすくなります。



4人分【材料】

さば(切り身 60g) 4枚
にんにく 1かけ
しょうが 1かけ
(ソース)
ねぎ 5cmくらい
水 大さじ1
ごま油 小さじ1/2
しょうゆ 大さじ1
白いりごま 小さじ1
豆板醤 ほんの少し
砂糖 小さじ1

【作り方】

- ① にんにく、しょうが・ねぎはみじん切りにする。
- ② 具ソースの材料をすべて合わせて、小さな鍋に入れて煮立てる(焦げ付かないように注意)。
- ③ さばを魚焼きグリルで焼く(フライパンで焼いてもよい)。
- ④ 焼き上がったさばに②のソースをかけて出来上がり。