

世界のモデルになっている日本の学校給食 その2

日本は太平洋戦争に負けて無一文になり、食べ物も満足にない時代を迎えました。学校に昼食を持ってこられない児童が多数いましたが、政府はどうにも対応できない状態でした。その子どもたちの貧困な栄養状態を救ったのは、脱脂粉乳と鯨と牛乳でした。

日本の子どもたちを救った脱脂粉乳

一般家庭も食べるものがないため、都会でも家の周辺の土地を耕して、カボチャ、トウモロコシ、トマトなど野菜類を栽培し、ニワトリを飼って卵を食べ、お正月やお盆にはニワトリをつぶして食べるのが普通でした。

戦勝国のアメリカはこの状況を見て、1950年から急ぎよ、小麦粉と脱脂粉乳を大量に送ってきました。これを学校給食に提供して、せめて日本の子どもたちを助けてやろうとしたものでした。

脱脂粉乳とは、生乳の乳脂肪分を除去し、さらに水分も除去した粉状のもので保存性がよく、たんぱく質、カルシウム、乳糖などを多く含む栄養価の高いものでした。小麦粉でコッペパンを焼き、脱脂粉乳をお湯で溶かして牛乳代わりにして出す学校給食が定番になったのです。

しかし脱脂粉乳は、一言で言うとまずくて飲めないものでした。筆者も学校給食では我慢して飲みましたが、何もない時代だったのでコッペパンとこの脱脂粉乳で子どもたちはお腹を満たすよりなかったのです。

この当時の学校給食は、子どもたちに食べるものの最小限を提供するものでした。

突如あらわれた鯨の竜田（たつた）揚げ

日本は四方を海に囲まれた島国です。昔から漁法が発達し、魚介類を食べてきた民族です。日本列島周辺の海には、多くの魚類が回遊しそれを獲って日本人はタンパク源にしてきました。その漁場で、最も効率よく獲れるのは鯨でした。

一頭の鯨で、多くの人のお腹を満たします。しかも鯨は、各種部位の肉だけでなく髭、鰭、骨、皮に至るまで捨てるどころが全くありません。これほど効率のいい食料はありません。

日本には昔から「鯨の町」として栄えた漁村が多くありました。日本の沿海には季節によって多くの鯨が回遊してくるので、これを獲る漁法が発達していました。沿岸の漁民は鯨漁に精を出し、大手の漁業会社は捕鯨船団を組んで遠い海まで鯨獲りに出ていきました。こうして1950年代の後半から、日本の学校給食に「鯨の竜田揚げ」が登場しました。

鯨の肉は独特の臭いがあります。そのため生肉を醤油とニンニクに漬けてから片栗粉をまぶし、油で揚げたものが竜田揚げです。

日本の古都、奈良県に竜田川が流れています。川の両岸は、紅葉の名所として有名な川です。鯨の赤い肉と衣にまぶす白い片栗粉が、この竜田川の流れの白い波とそこに浮かぶ赤い紅葉に見立て、鯨の竜田揚げと呼ぶようになりました。



昭和 27 年ころの代表的な給食献立。コッペパン、脱脂粉乳、鯨肉の竜田揚げ、せん切りキャベツ、ジャム(出典:独立行政法人日本スポーツ振興センター)

日本列島ほぼすべて学校給食で、鯨の竜田揚げが出されました。貴重なたんぱく質であり、脱脂粉乳とコッペパンとわずかな漬物や野菜の煮つけだけだった献立に、豪華なから揚げが付いたのですから、子どもたちは大喜びでした。

このころ、日本人のたんぱく質の摂取量の40%は、鯨肉だったという記録がありますから、いかに日本人は鯨に救われたかが分かります。最も恩恵をもらったのが学校給食でした。

この時代に学校給食で鯨の竜田揚げを食べた人たちは、今でも懐かしがって話題に出したり、これを出すレストランを探して食べに行くほどです。しかし鯨漁もその後、国際的に禁漁となり、学校給食で出ることはなくなりました。

学校給食に牛乳が登場

学校給食に出された脱脂粉乳は、栄養価はありましたがまずくて飲みにくい。子どもたちは我慢して飲んでいました。このため 1958 年ころから脱脂粉乳に代わって牛乳を出す市町村が出始めました。

牛乳は子どもたちに喜ばれたため、これに切り替える市町村が増え続け、1964 年には一年を通じてほぼすべての学校給食で牛乳が出されるようになったのです。最初は、180 ミリリットルでしたが、1970 年から 200 ミリリットルとなり、牧場地帯にある市町村によっては、300 ミリリットルを提供するところも出てきました。

牛乳は各種栄養素がバランス良く含まれた食品で、たんぱく質、脂質、炭水化物に加え、日本人の食生活に不足しがちなカルシウムなどのミネラルやビタミン A、B2 などを豊富に含んでいます。

特に子どもたちの成長期に必要なカルシウムを豊富に含んでいるため、学校給食にはなくてはならない食材になっていきました。

牛乳を多く飲んでいる子どもの体内の骨量が多くなり、身長、体重も牛乳を飲まない子どもより優れているという結果が医学的にも証明されています。



今では、どこの学校給食でも牛乳は必ずついています

(つづく)

文：馬場錬成（科学記者）