

給食だより

6月

令和4年6月
西都市学校給食センター

「食中毒」の発生しやすい季節です！

食中毒とは、細菌やウイルスなどの有毒な物質がついた食べ物を食べて下痢や腹痛、吐き気、発熱などの症状が起こる病気のことです。原因物質や症状はさまざまですが、1年を通して発生しています。特に細菌による食中毒が多くなります。特に命に関わる場合もありますので、「食中毒予防の三原則」を守り、予防に努めるようにしましょう。



付けない



- 手をきれいに洗う。
- 野菜や果物は流水で洗う。
- 調理器具は清潔なものを使う。
- 生の肉や魚がほかの食べ物とくっつかないようにする。
- 加熱しないで食べる（生野菜など）から取り扱う。

増やさない



- 生のものや作った料理は、できるだけ早く食べる。
- すぐに食べない場合は、冷蔵庫や冷凍庫で保管する。

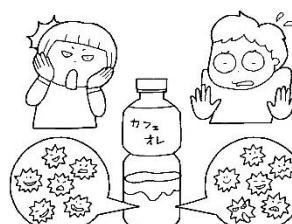
やっつける



- 加熱が必要な食品は、中心部までしっかりと火を通す。
- 生の肉や魚を切った包丁・まな板はきれいに洗い、塩素系漂白剤や熱湯で消毒をする。

飲み残しのペットボトルに注意！

ペットボトル飲料を水筒代わりにして持ち歩くことはありませんか？ ペットボトルに直接口をつけて飲むと、飲み物の中に口の中の細菌が入り、飲み物に含まれる栄養素を利用して細菌が増えてしまいます。特に糖分の多い炭酸飲料や乳酸菌飲料、果実飲料は注意が必要ですよ。夏場は特に、開けたら早めに飲みきるようにしましょう。



学校給食の衛生管理

学校給食をつくる時は、食中毒防止のために、衛生管理を徹底して行っています。清潔な施設、調理機器、服装、手洗い、食品の取り扱いなど、さまざまなことに注意を払っています。

清潔な服装

調理員は、せきから飛ぶ痰や髪の毛などが料理に入らないように清潔なマスク、帽子、調理衣などを着用しています。



手洗いの徹底

作業前は、個人専用のつめブラシなどを使ってつめの間も念入りに洗います。作業中もこまめに手洗いをしています。



エプロンなどの使いわけ

汚染防止のために、作業の内容によって、エプロンや手袋、履物などを使いわけています。



適切な温度管理

加熱する食品は、中心部が75°Cで1分間以上（二枚貝などは85~90°Cで90秒間以上）になるようにしています。



季節の食べ物クイズ～6月に旬を迎える食べ物～



Q. ところてんを漢字で書くとどれでしょう？

- ① 所天 ② 心点 ③ 心太

【ところてん】…「テングサ」などの海藻を煮溶かし、型に流して固めたものです。

答えは③の「心太」です。酢じょうゆのたれにからしなどを添えて食べたり、関西では甘い黒蜜をかけて食べられたりしています。



Q. トビウオは、海の上を飛ぶことができます。なぜ飛ぶのでしょうか？

- ① 鳥の仲間だから ② 敵から逃げるため ③ 空が見たいから

【トビウオ】…5月から7月頃が旬。世界には50種類ものトビウオがあります。

答えは②の「敵から逃げるため」です。マグロなどの大型の敵から逃げるために、海の上に飛び出すといわれています。英語では「flying fish (フライング フィッシュ)」といいますよ。