



# ＊給食だより＊

平成30年11月第58号  
大東市教育委員会  
学校管理課  
TEL 870-9102



大東市の食育  
キャラクターの  
トマッピーです

秋が深まり、日が暮れるのも早くなり、気温も低くなってきました。これから寒さも厳しくなり、体調をくずしやすく、風邪をひく人も増える時期です。また、各地でノロウイルス感染症による集団食中毒が発生しています。感染症にかからないためにも、日頃から予防し、栄養バランスのとれた食事で丈夫な体を作ることが大切です。

## ◆◆◆ノロウイルスに注意！◆◆◆

### ノロウイルスとは

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生しますが、11月から流行し始め、12月から翌年1月にかけて発生のピークを迎えます。ノロウイルスは感染力が強く、10～100個程度で人に感染し、腸管の中で増え、食中毒症状を起こします。感染後、発症まで24～48時間を有し、症状として、吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱等がみられます。軽い風邪のような症状の場合もあり、感染しても発症しないこともあります。

### どこから感染するの？

- ノロウイルスに汚染されたカキなどの二枚貝を生で、あるいは十分に加熱せずに食べた場合。
- 調理をした人の手指が汚染されており、その手を介した食品を食べた場合。
- 感染者の便やおう吐物からの二次感染。(症状が回復した後も、一週間程度、便にウイルスが排泄されることがあります。)

### 食中毒予防3原則

食中毒は夏に発生しやすいイメージですが、冬も食中毒は発生します。「3つのきまり」(三原則)で防ぎましょう！

#### きまり1

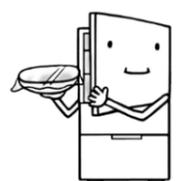
#### 菌・ウイルスをつけない！



手はしっかり洗い、調理器具や食器も清潔に保ちましょう。また、生の肉や魚の包丁・まな板は、他の食材と分けるのが望ましいです。

#### きまり2

#### 菌・ウイルスを増やさない！



作った料理は、なるべくすぐに食べ切りましょう。保存は冷蔵庫、冷凍庫で。時間が経ち過ぎているものは、思い切って捨てましょう。

#### きまり3

#### 菌・ウイルスをやっつける！



料理はしっかり火を通す。特に肉の生焼けに注意。食器や包丁・まな板など調理器具、たわし・スポンジも使った後にすぐ洗い熱湯などで消毒しておきましょう。

### ノロウイルス予防方法

#### ①手洗いの徹底

帰宅時や調理前、食事前、トイレの後には必ず、石けんを使って丁寧に洗いましょう。

#### ②食品の加熱

ノロウイルスは85℃1分以上の加熱で活性を失います。カキなどの二枚貝は特にしっかりと火を通してから食べましょう。給食でも、85℃1分以上の加熱は必ずしています。

#### ③次亜塩素酸ナトリウム液の消毒

ノロウイルスは、感染した人の便やおう吐物から広がります。おう吐物などを片付ける時には次亜塩素酸ナトリウムで消毒しましょう。家庭では塩素系漂白剤が有効です。

※アルコールはノロウイルスに有効ではありません。

ノロウイルスは細胞膜がとても硬いため、アルコールでは死滅しません。



## 冷たいサラダ(冷菜)を実施しました

10月17日(水)に中学校給食で初めての、冷たいサラダ「キャベツとコーンのサラダ」が登場しました。みなさん、いかがでしたか？

冷たいサラダは、家庭ではよく作られるメニューとして、またスーパーやコンビニで販売されているお惣菜としても、決して珍しいものではありませんが、学校給食では気軽に出せるメニューではありません。

学校給食の衛生基準は、子ども達の命を守るために大変厳しいものとなっています。それらの基準を満たした給食を提供するため、冷たいサラダなどの冷菜については、更に厳しい基準をクリアしなければならず、慎重に検討を重ねて実施にいたりました。

いつも以上に細心の注意を払って作ってくださった「キャベツとコーンのサラダ」は、シャキシャキしていてとても美味しい仕上がりでした。

松ちゃん給食さん、万福さんのどちらの調理場でも、みんなに喜んでもらったのかドキドキしながら、返却された食缶を一つ一つ確認しました。サラダが残っている食缶も少しありましたが、多くの食缶は空っぽだったので、調理員さんたちも感激されていました。

細心の注意を払いながら心を込めて作ってくださった調理員さん、配膳室で食缶をすぐに冷蔵庫に入れてぎりぎりに出すという作業をしてくださった配膳員さんによって、冷菜の実施ができました。残さず空っぽになった食缶が、何よりの「ごちそうさまでした」のメッセージとなりました。



松ちゃんさん万福さんの様子  
←写真左：調理の様子  
写真下・右：配食の様子 →

## トマッピー4コマ劇場



今月号は、北条中学校から寄せられた原稿を掲載します。みなさんも是非楽しいトマッピーの4コマ漫画をお寄せください。

### トマッピー4コマ漫画の原稿、提出について

- ①ストーリー：給食や栄養・食べ物の話をテーマに4コマにまとめてください。
- ②原稿サイズ：縦15cm・横6cm(印刷するためははっきり鮮明に描いてください。)
- ③提出方法：教育委員会学校管理課あてに・中学校名・年組・氏名(掲載時にペンネームを希望する場合は原稿の裏にペンネームを記入)を記入した封筒に入れて、担任の先生や教頭先生に預けてください。



ペンネーム 宇江。(北条中2年)