

# 6月給食だより

2018. 6. 18 No.3  
文責: 岡本

## 黒潮町立学校給食センター

6月に入り、梅雨の季節になりました。これから夏にかけて気温も温度も高くなり、蒸し暑く過ごしにくい日が増えていきます。体調を崩さないように、食事・運動・睡眠をしっかり取るように心がけましょう。

6月の給食目標は『衛生に気をつけて食事をしよう』です。

## 食中毒に気をつけましょう!

6月から9月の蒸し暑い時期は、食中毒が発生しやすくなります。ご家庭でも身の回りの衛生に気をつけて食中毒を防ぎましょう。

しよくちゆうどく  
食中毒  
よぼう  
予防の  
キホン



### 【食品の購入時】

- 消費期限、賞味期限をチェック。
- 肉、魚はビニール袋に入れる。
- 保冷バッグ、スーパーの氷など活用する。

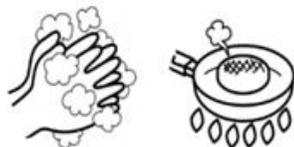


### 【食材の保存】

- 詰め込みすぎに注意する。
- 肉、魚は汁がこぼれないようにする。

### 【料理をする時】

- 調理前、調理中はこまめに手を洗う。
  - 野菜はよく洗い、肉、魚は生で食べる食材から離して置く。
  - 食材は中心まで火が通るように、十分に加熱をする。
  - 包丁などの器具類、まな板、ふきんは清潔にしておき、使ったら消毒しておく。
  - 肉、魚に使用したまな板は洗剤でよく洗う。
- (まな板を使わず、牛乳パックを開いた上で、肉や魚を切るのもおすすめです。)



## 手洗いをしましょう!

～必ず石けんで洗いましょう～

石けんを使うと、水だけに比べて汚れが落ちやすくなります。指先・つめ・指の間・手首は、洗い残しが多いと言われています。手洗いには、食中毒や風邪を予防する効果があります。衛生の基本は手洗いです!



## 【給食センターの衛生管理】

給食センターでは安全安心でおいしい給食を提供できるように、衛生管理を徹底して作業しています。



野菜や果物は3回以上洗って、汚れや虫をしっかりと落とします。



給食衣・帽子・マスクでしっかりと身支度をしています。エアシャワーで服についているほこりまで落とします。

ひじまでしっかりと手洗いをします。爪ブラシも作業する部屋によって、3種類を使い分けています。

中心温度も85℃以上になるよう加熱し、時間と温度を記録しています。

## 給食紹介☆6月4日(月) カミカミメニュー

- だいずとじゃこのカミカミごはん
- ぎゅうにゅう
- メヒカリのからあげ
- うめかつおあえ
- ナスのみそしる

6月4日の虫歯予防デー、6/4～10の歯と口の健康週間に合わせて、カミカミ週間献立を実施しました。第1日目はごはんにも大豆やじゃこのカミカミ食材を使用しました。時間がかかりましたが、がんばって食べていました。



黒潮町の給食標語「きゅうしょくは よくかみわらって たべようよ」

# 6月は食育月間 毎月19日は食育の日

「食育」とは

- 生きる上での基本であって、知育、徳育および体育の基本となるべきもの。
- さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。(食育基本法より)

## 家庭での「食育」実践度チェック!

<input type="checkbox"/> 毎日、朝食を食べていますか? 	<input type="checkbox"/> 家族みんなで食卓を囲んでいますか? 	<input type="checkbox"/> 行事食や郷土料理を取り入れていますか? 	<input type="checkbox"/> 食品表示や産地を意識して食品を選んでいますか? 	<input type="checkbox"/> 食材を無駄なく使い、残さず食べていますか? 
---	--	--	--	--

食育月間、また食育の日に合わせて、6月19日は黒潮町や高知県の食材を活用した「くろしおカレーライス」と「地元の恵みサラダ」を提供します。黒潮町の定番、「佐賀のドライカレー」を基本に、ラッキョウをきざんで加え、カツオのフライを添えて、カツカレーをイメージした、黒潮町ならではのカレーライスです。この日は各市町村独自のカレー、「高知家のカレー」を実施するように、高知県からも呼びかけがありました。私たち黒潮町が誇る「高知家のカレー」を味わってもらうとうれしいです。



## 返信を紹介します!



アレルギー食、いつもありがとうございます。おいしい!と言っています。給食の時間は楽しらしいです。日々、センターの職員さんのおかげです。これからもステキな給食をお願いします。

家庭で作ったことがないメニューもあって、いつも子どもに感想を聞くと、「すごいおいしい!お母さんも食べたらいいね。」と話してくれます。試食会へ申し込みました。楽しみにしています。

応援のメッセージ、うれしい感想をどうもありがとうございます。アレルギー対応食については、使用食材だけでなく、加工食品の成分配合まで入念なチェックをして献立作成をしています。また調理においては、アレルギー対応食専任の調理員さんがおり、調理から配送まで混入がないように、別の動線で作業をしています。学校に届いてからも、チェックシートなどを使って確実に対象児童・生徒に渡すようにしています。アレルギー対応についてはマニュアルに基づき、小学校入学前の調査で食物アレルギーの有無を確認しています。入学後は体調の異変があれば、その都度病院で診断をうけて申請をすることになります。アレルギーのことで心配がある時は、遠慮なく連絡してください。

給食試食会については、毎年参観授業に合わせるなど各学校で開催しています。お知らせがある時はぜひ参加をお願いいたします。学校給食を味わえるチャンスです!

### 問い合わせ先

- 黒潮町立大方学校給食センター (TEL 31-3201) 担当:宮地 菅沼
- 黒潮町立佐賀学校給食センター (TEL 55-2166) 担当:山本 岡本

～お気軽にお問い合わせください～

## お知らせ

5月分の給食費の振替日は、**7月2日(月)**です。

残高確認をよろしくお願いします。



### ●材料(4人分)●

- キャベツ ……100g
- 白菜(もやしでも可) ……130g
- にんじん ……20g
- 味付けのり ……5枚分(2g)
- A { 砂糖 ……小さじ1
- 薄口しょうゆ ……大さじ1
- 濃口しょうゆ ……少々

### 磯香和え

#### ●作り方●

- ①キャベツ・白菜(1センチ幅)、にんじん(千切り)を切り、沸騰したお湯で色よく茹で、冷まして水けを絞る。
- ②のりははさみでカットするか、袋のままよくもんで混ぜやすくする。(もみのりならそのままでもOKです。)
- ③①と②をAの調味料で和える。

※「教えて～」とリクエストの声が多くありました。海苔の香りと甘みがある味つけで、野菜もおいしく食べられるようです。



### ひとこと返信

給食に関する疑問や質問、感想など、気軽にお寄せください。

学校 年 組 名前

きりとり