

食育だより



令和4年度2月発行
琴浦町立学校給食センター

2月3日は節分です。節分には、冬と春を分けるという意味があります。季節の変わり目に体調を崩さないよう、昼間は体を動かし、夜はしっかり休むといったメリハリのある生活を心がけましょう。食事でのポイントは、「朝食を抜かない」「3食をなるべく決まった時間に食べる」「好きなものばかりに偏らないよう、野菜や苦手な物も食べる」などです。みなさんの食生活はいかがですか？

ノロウイルスに注意しよう

多くは吐き気、おう吐、下痢などの症状がみられますが、人によっては無症状の場合もあるノロウイルス感染症。冬は、ノロウイルス感染が広がりやすい時期です。給食前のていねいな手洗いや、症状がある場合は給食当番を控えるなど、集団感染の予防に努めましょう。給食センターでも、食品を介した感染が発生しないよう厳重に注意しています。

ノロウイルス とくちょう その特徴と はつびょうご 発病後の症状

体内に入り込み、腸の中でウイルスが増えることで発症する。吐き気、下痢、38℃以下の発熱などの症状がみられる。



感染した人の便やおう吐物からウイルスが広がる。疑わしいものがあつたら近づかず、先生に報告して処理してもらう。



消毒には85℃で1分以上の加熱か、塩素系漂白剤を薄めたものが有効。アルコール消毒では殺菌されない。



症状がなくても体内にウイルスをもっている場合（健康保菌者）がある。感染予防には日頃から手洗いをしっかり行うことが大切。



ウイルスは細菌と異なり自分の力では増えることができない。体の中に入れないこと、確実に殺菌することが大事なため、食品はしっかり加熱して食べよう。



2/10（金）は 第6回 惑星コトウラ給食！

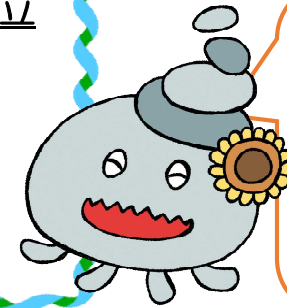
今年度3回目となる惑星コトウラ給食は、サステナブルな視点からサメやあかもくを活用し、食材を通して、より地域と「つながる給食」を目指しました。公民館での給食試食「おでかけ給食」は、安田・浦安地区公民館で実施します。鳴り石友の会さんと給食とのコラボメニュー入り「ヘルシーランチ弁当」は、2/17（金）・18（土）の販売となります。子どもたちだけでなく、保護者の皆様、地域の方も、給食を通して惑星コトウラの味覚を体感してください！



小さいくせに
ぜんぶある。
惑星コトウラ

2月10日（金）の献立

- 鳴り石おこわ
- 牛乳
- サメと鶏のすぶた風
- あかもくのみそ汁
- ふろしきまんじゅう



海辺の町 琴浦町らしく、海産物を多く取り入れました。琴浦の新たな郷土料理「鳴り石おこわ」や、鳥取県を代表する銘菓「ふろしきまんじゅう」など、今回も惑星コトウラの魅力満載の給食を、どうぞお楽しみに！

～ 今回の給食に協力して下さった方からのメッセージ ～



【赤碕町漁業協同組合 中西 剛 さんより】

赤碕町漁協では、漁師さんの大切な網を破ってしまうサメを捕まえ、食材として活用する取組を始めました。赤碕港で水揚げされたシュモクザメは、船上で処理することにより臭みもなく、美味しく食べることができます。「サメを食べるのは初めて！」という方も、サメを味わいながら、少しでも地元の漁業のことを知ってくれれば嬉しいです。

【(有) 山本おたふく堂 山本 明 さんより】

創業明治元年、今から150年以上前からある山本おたふく堂のふろしきまんじゅう。昔は八橋城のお殿様に砂糖菓子を献上（納めて）して、代々受け継がれてきました。昔から変わらない原材料で、身体にも優しい蒸しまんじゅうです。

あんこや甘いお菓子が苦手な方も、ふろしきまんじゅうだけは食べれるという方もいますので、初めて食べるという方も、何度も食べたことがある方も、楽しんでお召し上がりください。

