

食べること=生きること ～6月は「食育月間」です！

## 日々の「食べること」を見直してみませんか？

生きていく上で欠かすことのできない「食べること」。生涯にわたって健康で心豊かに暮らしていくためには、子どものころから、食に関する知識を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことが重要です。毎年6月は国が定める「食育月間」です。よりよい食生活を目指して、できることから取り組んでみませんか？

◆「食育基本法」では、『子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である』と明記され、食育を『生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの』と位置付けています。



### 食中毒に気をつけましょう

梅雨になると、気温と湿度が上がり食中毒が発生しやすくなります。給食室では厳しい衛生管理の中、普段以上に気を配り、安心安全な給食を提供するよう努めています。生徒のみなさんも給食の配膳時間、家での食事の前などに食中毒にも気をつけましょう。食中毒も予防の基本は「手洗い」です。食事の前には必ず手を洗い、清潔なハンカチやタオルで手を拭きましょう。

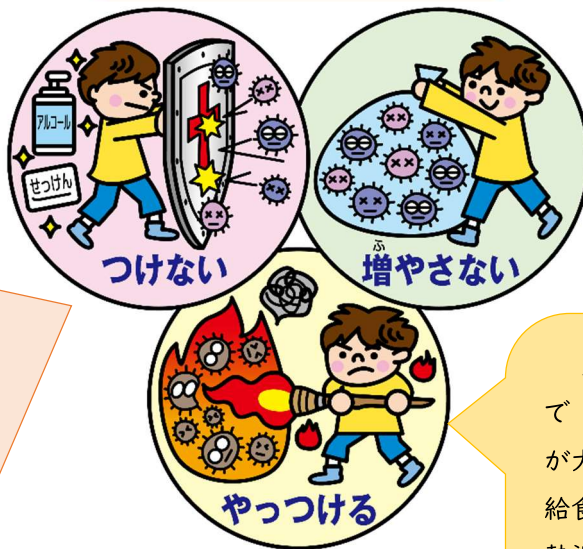
調理や食事の前には石けんで洗い、清潔な食器や器具を使うようにしましょう。

また、エコバックも汚れやすいため、定期的に洗いましょう。

給食室では…手洗い・アルコール消毒はもちろん、加熱前・後で器具を使い分ける、作業ごとにエプロンや手袋を使い分けるなど、二次汚染の防止をしています。

しょうくちゅうどく よ ほう さん げん そく

### 食中毒予防の3原則



冷蔵や冷凍が必要な食品は、買ったらずちに冷蔵庫や冷凍庫に入れます。とはいえ、過信は禁物です。早めに使いましょう。

給食室では…野菜や肉は毎日1回で使い切る量を発注し当日納品してもらっています。

加熱が必要な食べ物は中心部が75℃で1分以上を目安にしっかりと火を通すことが大切です。

給食室では…サラダ用の野菜も含めて、加熱調理を基本としています。また、加熱温度を料理ごとに、それぞれ温度計を用いて確認・記録しています。



給食室ではこれに加え、

- ・野菜・果物は3回洗ってから使用する。
  - ・調味料は段ボール・パッケージのまま調理室に持ち込まないよう、ボールなどへ移し替える。
  - ・缶詰などはパッケージのラベルをはがし、切り口を拭き上げ、消毒してから開封する。
  - ・食器・器具は毎日洗浄後、熱風で90℃以上の温度で消毒する。
  - ・調理従事者は、月に2回の腸内検査をする。
  - ・食中毒発生時に備えて、原因究明用の「保存検食(原材料・出来上がった給食の両方)」を-20℃の冷凍庫で2週間保管する。
- など、衛生管理に取り組んでいます。



月2回