

給食だより

(毎月19日は食育の日)



2023年
1月号

明石市立花園小学校

新学期がはじまって約2週間が経ちました。生活リズムは整いましたか？今年もよく食べ、よく体を動かし、夜はしっかり休み、健やかな心と体ですくすく成長して欲しいと願っています。給食室も子どもたちのために、おいしく安全で、食生活の手本としていただけるような給食となるよう努力してまいります。今年もよろしくお祈りします。

1月の目標：感謝して食べよう

ひと かんしゃ
人への感謝

「ごちそうさま」

昔はお客さまをおもてなしするときに、家の人はいろいろなところを歩き回って材料を探し求め、時には命がけで食べ物をとらなければならないこともありました。そのご苦労に「ありがとう」の気持ちを伝えることから始まったあいさつです。作ってくれた人、食事ができることへの感謝の気持ちを表しています。

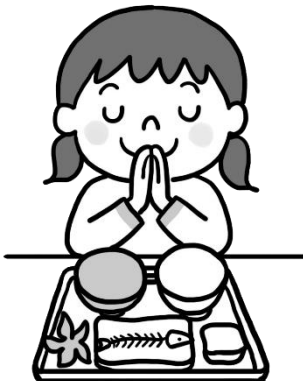


ひと いのち
人に「ごちそうさま」
命に「いただきます」

いのち かんしゃ
命への感謝

「いただきます」

私たちが食べるものは、もともとをたどればすべて生きていたものです。そうした動物や植物の命をいただく(食べる)ことで、私たちは今、生きています。自然の恵みや、私たちの命をつないでくれる大切な食べ物に「ありがとう」の気持ちを表すのが「いただきます」というあいさつです。



ノロウイルスに注意しよう

多くは吐き気やおう吐、下痢などの症状がみられますが、人によっては発症しても軽いかぜなどに似ているため気づきにくいこともあるノロウイルス感染症。給食を食べる前のせっけんを使った手洗いや、配膳するときのマスクの着用、清潔な身だしなみ、そして給食当番になった児童はきちんと毎日健康状態をチェックするなど、予防に気をつけていきましょう。給食室も食品を介した感染が起きないように厳重に管理しています。

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かぜに似ている。



感染した人の便やおう吐物からウイルスが広がることが多い。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持っている場合（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。



ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん 全国学校給食週間です！

1月24日～30日までの1週間は「全国学校給食週間」です。学校給食は1889年（明治22年）に山形県で初めて実施されて以来、各地に広がりましたが、戦争のため中断されました。戦後、食糧難による子どもの栄養状態の悪化を背景に、給食実施の必要性が指摘され、1947年（昭和22年）に給食が再開されたという経緯があります。

子どもたちの食生活を取り巻く環境が変化し、食塩のとりすぎ、肥満傾向や逆に若者のやせなどが懸念されている今日、学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるためにとても重要な役割を果たしています。

