



食育だより

12月



八尾市立大正小学校 令和7年12月

寒い日も 食事の前に石けんで手洗い

手は、汚れていないように見えても、細菌やウイルスなどがついていることがあります。これらが手についたまま食事をすると、細菌やウイルスなどが体の中に入ってしまう、食中毒などを起こす原因になります。

食事の前に、石けんを使っていないに手を洗うことで、食中毒の予防になります。

冬場は水が冷たくても、しっかり手を洗うように心がけましょう。



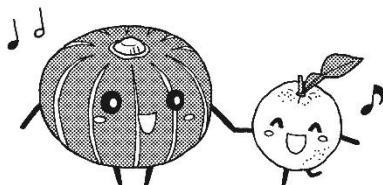
食中毒の原因のひとつ ノロウイルス

手や指、食品などを介して感染し、おう吐や下痢、腹痛などを起こすウイルスです。ノロウイルスによる食中毒の予防には、石けんを使った手洗いと、食品を中心部まで加熱する（85～90℃で90秒間以上）ことが効果的です。



今年は12月22日が冬至

冬至は、1年の中で昼がもっとも短く、夜がもっとも長い日のことです。年によって日にちが違いますが、およそ12月22日頃になります。この日にはかぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりする風習があります。



幸運を呼び込む 冬至の食べ物

ん のつく食べ物を食べると、幸運になるという言い伝えもあります。





12月23日はクリスマス献立です。

2学期最後の給食はクリスマス献立で、デザートつきです。

「コッペパン」
「マスタードチキン」
「クリスマッシュポテト」

「野菜スープ」
「ケーキ」（チョコレート味です）



12月は秋田県です。

5日（金）きりたんぼ鍋・わかさぎの天ぷら

きりたんぼは、200年以上の歴史があると言われている秋田県の伝統的な料理です。

わかさぎは秋田県の八郎潟で漁がおこなわれていて、漁獲量は全国トップクラスです。

19日（金）

いものこ汁

里芋を用いて作られる汁物料理で、秋田県では食べる直前にせりを入れます。

給食室のひみつ

給食室の様子を少しずつ紹介していきます。



上の写真は牛乳保冷庫です。
配達された牛乳はこの中で冷やしておきます。



今月は冷凍・冷蔵庫を紹介します。
合計6台あります。下の写真は
冷凍庫・野菜用冷蔵庫・冷蔵庫です。

