



ひたちなか市立美乃浜学園
令和6年6月3日発行



6月は国が掲げている「食育月間」です。食べることは、生きるために欠くことのできないものです。そして、健康で心豊かな生活を送る上でも大切です。特に子供の時期の食生活は、生涯を通しての健康づくりの礎となります。さらに、学習意欲の向上や人格形成に大きな影響を及ぼします。この機会に、ご家庭での食育について考えてみてください。

こんげつ きょうしゅくもくひょう
今月の給食目標

① よくかんで食べよう

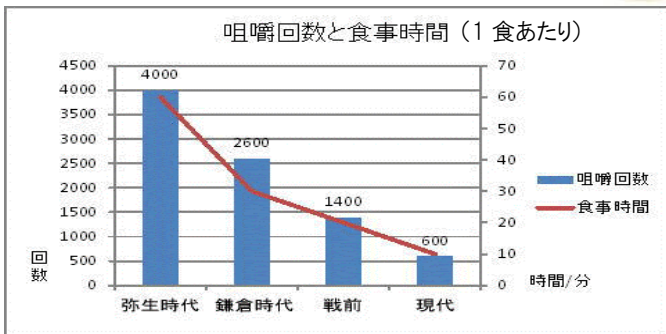


② 衛生に気を付けよう



よくかむと「いっぱい」!
ひみこの「歯」がいーぜ

現代はかむ回数・食事時間が昔と比べて大きく減っています。弥生時代と比較して、現代はかむ回数・食事時間は約1/7~1/8です。弥生時代の卑弥呼は、よい歯や歯ぐきをしていたというわれから、「ひみこのはいーぜ」というキャッチフレーズは生まれました。



みず ただの水ではない!
えき こうか
よくかむとたくさん出る **だ液の効果**

細菌など有害なものが食べ物に含まれる場合に、だ液の働きでこれらを減らしてくれます。

口の中に残った食べかすを落としたり、酸性に傾いた状態を元に戻したりする働きがあります。

よくかむとだ液に含まれる消化を助ける成分と食べ物が混ざり、消化吸収がしやすくなります。

おなかいっぱいになる!

よくかむことによって、食べ物が小さくかみくだかれて、食べ物の味もよくわかります。そして、満腹中枢が刺激されることで脳の信号が働き、適量でお腹が満たされ、食べ過ぎを防ぐことができます。

おなかいっぱい!

がくりよく 学力アッぷ!

よくかむことによって、あごの筋肉を動かすことで、周りの血管や神経が刺激されて、脳の血流がよくなり、脳が活性化します。脳の働きがよくなることは、考える力がついて学力アップにもつながります。

そこまでやっているの!?

がっこうきゅうしょく えいせいかり 学校給食の衛生管理

1996年(平成8年)に大阪府の堺市の学校給食で、腸管出血性大腸菌 O-157 による食中毒事件がありました。感染児童生徒は約9,500人、死者3人を出す事態になり、大きな被害をもたらされました。これがきっかけで、文部科学省は「学校給食衛生管理基準」を定め、学校給食では生野菜を提供しない、食材の中心部分までしっかり加熱をして温度を記録保管するなど、衛生管理がより一層厳しくなりました。

今回は、あまり知られていない、学校給食で気を付けている衛生管理の裏側の一部をご紹介します。



手洗いはブラシを使って、つめの間まで洗い、作業ごとに1日10回以上は洗います。



手だけでなく、肘までしっかり洗い、タオルは使わず使い捨て紙で拭きます。



野菜などの食材をそれぞれ3回水を替えてこすり洗いで、付着している虫や汚れを落とします。



できあがった料理は中心部分の温度を3箇所測り、75℃以上になっているか確認・記録します。

毎日、給食室で洗濯(持ち帰り×)した白衣を着て、ネットの上に帽子を被り、粘着ローラーをかけて、さらにクリーンルームでエアシャワー(人工の強風)を浴びて、髪の毛や埃などを落としてから給食室に入ります。



生牡蠣はノロウイルス食中毒のリスクがあるため、給食を調理する人は食べたくても食べられません。



糞便が服に付いて汚染しないように、服を全て脱いでトイレに入り、着替える前に個室の中で手を洗います。

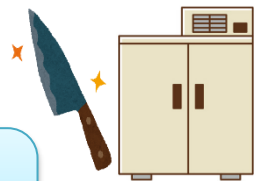


混入防止のため、指輪・ネックレス・イヤリング・ピアス・ヘアピン・腕時計・香水などは付けられません。



汚染を広げないため、部屋・作業ごとに靴やエプロンを色分けして替えて、毎日、洗浄消毒しています。

学校給食の持ち帰りは衛生上、禁止されています。



調理器具や食器類は、熱風消毒をして保管庫で保管しています。

子供たちが食べる30分前までに管理職が毎日検食をして、安全等を確認記録しています。



給食の消費期限は「当日調理後2時間以内」に設定され、前日調理もできません。

毎月、ねずみ・ゴキブリ・ハエなどの害虫駆除の専門業者が入っています。

毎月2回、全員が保菌検査で糞便を採取し、体内に悪い菌がないか確認記録しています。



手指に、出血や化膿の傷がある場合には調理作業はできません。



汚染を広げないため、床に水滴を落とさないように、家庭の床と同じようにドライ環境で作業します。



毎日、食材の「動線図」、調理員の「作業工程表」を作成・記録して、食材や工程がないように確認記録しています。

項目	内容	確認
調理器具	熱風消毒機、保管庫	毎日確認
食器類	熱風消毒機、保管庫	毎日確認
調理員	白衣、帽子、粘着ローラー、エアシャワー	毎日確認
食材	生野菜の提供禁止	毎日確認
検食	管理職による検食	毎日確認
保菌検査	毎月2回、全員実施	毎月確認
害虫駆除	毎月専門業者による駆除	毎月確認
手指検査	毎月2回、全員実施	毎月確認