

「ノロウイルス」ってなあに?

「食中毒」というと、気温・湿度の高い「梅雨から初秋」に発生するイメージです。これは、気温・湿度の高い時期に「細菌による食中毒」が発生するからです。

しかし、冬が始まる昨年末に「ノロウイルスによる食中毒 流行発生」のニュースが流れました。ノロウイルスとは、それまで「小型球形ウイルス」と呼ばれていたもので、発見された地名にちなんで名づけられた「ウイルス(細菌と比べて 1/10 以下と小さい生物)」です。

「ノロウイルス」による食中毒は、気温・湿度には無関係で、ウイルスが口から入ることで発症します。ですから 1 年中起きるのです。

ノロウイルスによる食中毒を予防する方法は、食品・手指についているウイルスを取り除き、体内に摂り入れないことです。

予防のために

- ① 食品の調理時、しっかり加熱する。
(人による環境汚染で二枚貝が汚染されます。その二枚貝を食べるとき、十分に火を通すことでウイルスは死滅します。)
- ② 特に、用便後の手洗いをしっかりとする。
(石鹸を使い手首から指先までしっかり洗ってウイルスを洗い流すことが第一です。洗った手を拭くとき個人毎のタオルにするなど、二次汚染に気をつけましょう。)
- ③ 嘔吐物の処理をしっかり。
(ノロウイルスは少ない数で発症します。嘔吐物等の処理については、手袋やマスクをつけ、乾く前に完全に取り除き、殺菌までしっかりしましょう。乾燥することで空气中に飛散する恐れもあるからです。)



ねらい	日曜	予 定 献 立 名 <small>献立は変更になる場合があります</small>	使用食品のおもなはたらき		
			きいろのなかま <small>熱やちからのもとになる</small>	あかのなかま <small>体をつくるもとになる</small>	みどりのなかま <small>体のちょうしをととのえる</small>
よくかんで食べよう	1 火	米粉パン(バター) 牛乳 ハムエッグ だいこんサラダ ミネストローネスープ	米粉パン バター マカロニ じゃがいも マヨネーズ	牛乳 ハム たまご ベーコン だいす かにフレーク	たまねぎ にんじん トマト セロリ だいこん きゅうり キャベツ
	2 水	ごはん 牛乳 手作り小ざかなのつくだに いかのからあげ おひたし 県産だいすのごじる	ごはん さとう あぶら でんぷん	牛乳 にほしいか みそ なまあげ だいす	あおな もやし だいこん にんじん ごぼう ねぎ
	3 木	ごはん 牛乳 めざし(だいこんおろし) ふくまめ 寒河江産サラダわさびなのおひたし すきやきふうじ	ごはん さとう	牛乳 めざし きゅうにく とうふ だいす	サラダわさびな キャベツ はくさい ごんにやく えのき しゅんぎく ねぎ
	4 金	ごはん 牛乳 ふりかけ とりにくのちゅうかあじやき くわかめのものも もやしじる <6年バイキング給食>	ごはん ごまあぶら さとう	牛乳 とりにく くわかめ なまあげ みそ	たまねぎ にんじん ごんにやく ねぎ
手をきれいに洗って食事をしよう	7 月	ごはん 牛乳 ぶたにくのからみそいため ぎょうざ だいこんじる ネーブルオレンジ	ごはん あぶら さとう	牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ	キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ ピーマン もやし ねぎ オレンジ
	8 火	パンズパン ハンバーグ ゆでやさい 牛乳 コーンクリームスープ シューアイス 【幸生小6年 作成献立】	パン バター こむぎこ	牛乳 ハンバーグ	キャベツ にんじん コーン パセリ
	9 水	ごはん(あじつけのり) 牛乳 さばのしおやき ながいものあまみそ あおなのみそじる みかん	ごはん あぶら さとう ふ さといも ながいも ごま	牛乳 のり さば みそ とうふ	あおな ねぎ みかん
	10 木	県産ぶたにくのカレーライス ふくじんづけ 牛乳 くしカツ あさづけ	ごはん あぶら じゃがいも カレールー ごま	牛乳 ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん グリンピース だいこん きゅうり キャベツ
	11 金	けんこくきねん 建国記念の日			

2月の献立から・・・

幸生小学校

6年生からのメッセージ

しっかり手を洗うことを意識できる
献立ということで、手で持って食べる「ハンバーガー」
を考えました。いろいろも考えて、ハンバーグと一緒に
はさんで食べる野菜を選びました。

栄養のバランスを考えるとところが難しかったです。

石けんでしっかり手を洗ってから、
おいしく食べてください。

寒河江小学校 6年生からのメッセージ

まず、ビタミンCがどの材料に多く含まれて
いるかを調べ、その材料を使う献立を考えまし
た。

ビタミンCは、ピーマンやじゃがいもに多く
含まれています。野菜をしっかり食べて
ほしいです。

暦の上で、冬から春に切り替わる「立春」の前日に「豆
まき」をします。新しい春を迎えるために、いろいろな悪
いことを追い払おうという気持ちをこめて行うものです。
悪いことを鬼になぞらえて、豆で追い払い、更に「いわ
し」を料理に使い、出て行った鬼がまた戻ってこないよう
にという「いわれ」からです。

「だいこん」と「かぶ」のちがい

みそ汁の具に、大根とカブを両方入れた日のことです。1年生
のY君のお椀には3切れの大根と2切れのカブだけが残ってい
ます。「今から大根かカブを食べてもらいます。目をつぶって
何を食べたかわかるかな?」と言って、目をつぶらせたY君の
口に大根を一切れ。Y君は目を閉じたまましっかり味わって「だい
こん!」「正解!」「じゃあ次は…」「カブ!」

「せんせい、あのね、よく味わったら大根かカブ
わかるよ。ほく、今日大根とカブわかるようにな
っちゃった!」と誇らしげです。

意識しながら食べたことで、大根とカブの違いを自分
で見つけられました。「意識して食べる」大切さ
を感じました。

No. 184

ねらい	日曜	予 定 献 立 名 献立は変更になる場合があります	使用食品のおもなはたらき		
			きいろのなかま 熱やちからのもとになる	あかのなかま 体をつくるもとになる	みどりのなかま 体のちょうしをととのえる
郷土料理や特産物を味わおう	14月	ごはん(ふりかけ)牛乳 ハートのコロッケ だいこんのたらこに しらたまもち チョコプリン	ごはん あぶら じゃがいも さとう しらたまもち チョコプリン	牛乳 たらこ とりにく あぶらあげ	だいこん にんじん こんにゃく ねぎ ごぼう しいたけ
	15火	県産ねぎいりみそラーメン 牛乳 とうふシュウマイ やさしいため ネーブルオレンジ	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら	牛乳 ぶたにく なた とうふ シュウマイ みそ	メンマ ねぎ キャベツ もやし にんじん あおな コーン オレンジ
	16水	ごはん 牛乳 ハタハタからあげ うのはないり じゃがいもじる	ごはん あぶら じゃがいも	牛乳 ハタハタ おから あぶらあげ だいず みそ	しいたけ にんじん ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ たまねぎ あおな
	17木	県産はくさいをつかった中かどんぶり 牛乳 ショウロンボウ わかめスープ	ごはん あぶら でんぷん ごま	牛乳 えび いか ぶたにく とうふ たまご わかめ	にんじん たけのこ はくさい ねぎ たまねぎ ちんげんさい
	18金	ごはん 牛乳 ぶたにくのごまみそやき あさづけ 県産ねぎたっぷりなっとうじる	ごはん さとう ごま	牛乳 ぶたにく とうふ なっとう みそ あぶらあげ	キャベツ きゅうり にんじん ねぎ しょうが こんにゃく ごぼう セリ だいこん いもがら
ビタミンCの働きをろう	21月	ごはん 牛乳 ぶろぶきだいこんのそぼろあん プロッコリー けんちんじる てづくりプリン	ごはん さとう でんぷん	牛乳 とりにく とうふ なまあげ みそ	だいこん しょうが にんじん ねぎ ごぼう しょうが こんにゃく
	22火	きなこパン 牛乳 パンパンジイサラダ プロッコリー 県産はくさいのスープ <なかよし給食>	パン あぶら さとう ごま	牛乳 とりにく ベーコン きなこ	もやし きゅうり はくさい ねぎ プロッコリー コーン
	23水	ごはん 牛乳 サーモンフライ おでんふうにも やさしいのレモンしょうゆ	ごはん あぶら さとう	牛乳 さけ こんぶ ちくわ さつまあげ がんも はんぺん うすたまご	キャベツ にんじん きゅうり レモン プロッコリー だいこん こんにゃく
	24木	県産ぶたにくのソースカツどん 牛乳 キャベツのごまかけ わかめじる ほんかん	ごはん あぶら パンこ さとう ごま	牛乳 ぶたにく だいず わかめ とうふ	キャベツ にんじん きゅうり ねぎ だいこん ほんかん
	25金	ごはん 牛乳 チンジャオロウスウ シチュー いちごアイス 【寒河江小6年生作成献立】	ごはん あぶら でんぷん じゃがいも パター	牛乳 ぶたにく ベーコン	ピーマン たけのこ ねぎ しょうが にんじん たまねぎ コーン いちご グリーンピース パプリカ
※	28月	ごはん 牛乳 まつがぜやき ごぼうサラダ なめこじる	ごはん パンこ ごま マヨネーズ	牛乳 とりにく おから たまご みそ ツナ とうふ	ごぼう ねぎ しょうが にんじん きゅうり たまねぎ なめこ みつば

※ のねらいは「一年間を振り返る : よくかんで食べること」です。