

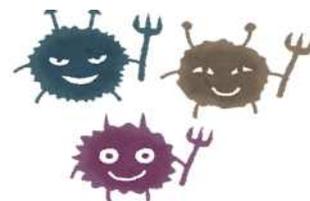
# 12月 給食だより

平成 30 年 11 月 29 日  
練馬区立石神井西中学校

今年も残り 1 ヶ月となりました。冬は風邪やインフルエンザの他、ノロウイルスによる食中毒も流行する季節です。これらは手洗い・うがいによって防ぐことができます。風邪、食中毒を予防して、元気に冬を過ごしましょう。

## ノロウイルス食中毒に注意しましょう！

ノロウイルス食中毒は冬に発生しやすい食中毒です。感染すると下痢や嘔吐などの症状が 1 ~ 2 日続きます。ノロウイルスの付着した手で食品に触り、その食品が体内に入ることによって感染します。

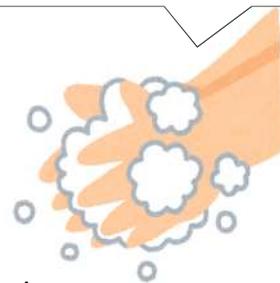


手のしわや親指の付け根、指先、手首は洗い残しが多いので注意！

## ノロウイルス食中毒を防ぐには...？

### 食事の前には手を洗う

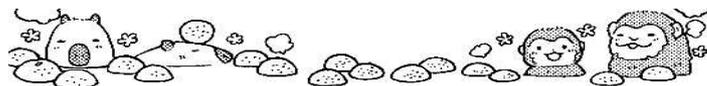
ノロウイルスはアルコール消毒によって殺菌することはできません。しかし、手洗いによってウイルスを洗い落とすことができます。特に素手で食べるもの（パンや果物など）に触れる前には、石けんでしっかり手を洗いましょう。



### 食品はしっかり加熱する

ノロウイルスは加熱することで失活化（活性を止めること）ができます。火がしっかり通っているか確認しましょう。

## < 11月に使用した食材の主な産地 >



にんにく	青森	にら	千葉	赤ピーマン	宮城
しょうが	高知	ねぎ	山形	ほうれん草	埼玉
玉ねぎ	北海道	ごぼう	青森	かぼちゃ	北海道
にんじん	北海道	れんこん	茨城	絹さや	鹿児島
じゃがいも	北海道	だいこん	栃木	さば	ノルウェー
エリンギ	長野	小松菜	埼玉	サゴシ	韓国
えのきたけ	長野	さやいんげん	岩手	えび	インドネシア
ぶなしめじ	長野	白菜	長野	いか	ペルー
きゅうり	群馬	さつまいも	千葉	ししゃも	アイスランド
ブロッコリー	群馬	もやし	栃木	マス	北海道
カリフラワー	東京	レモン	北海道	しらす干し	宮崎
りんご	山形	ピーマン	茨城		
みかん	熊本	柿	和歌山		

練馬区産使用...キャベツ、さといも、小松菜、大根



給食費の徴収にご協力ください！

今年度最後の引き落としは明日 11 月 30 日（金）です。残高の確認をお願いします。