

令和 8 年度

6 月北町中食育だより



早寝早起き朝ごはん
シンボルマーク

練馬区立北町中学校
校長 岩本真由美
栄養士 土屋康子

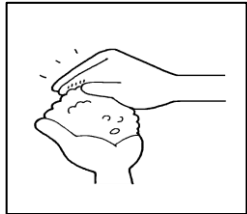
今年は、5 月から夏日を記録するほど暑い日が続いています。早くから暑さにも備えなくてはいけない気候になっています。6 月の食育だよりでは、夏に向けての食中毒の注意点や学校給食での衛生管理についてご紹介します。

どうして起こる？ 食中毒

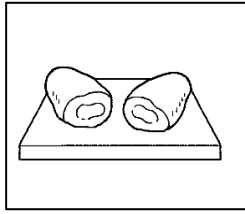
食中毒は、細菌やウイルスなどに汚染された食品を食べることで感染し、おう吐、腹痛、下痢、発熱などを引き起こします。

<食中毒が発生する主な原因>

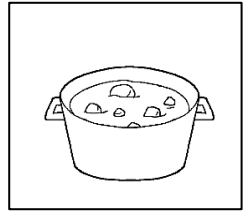
傷がある手で調理したもの



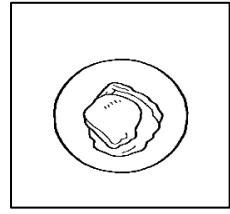
加熱が不十分な肉



室温で長時間放置した料理



ウイルスに汚染された二枚貝



食中毒予防のために！

食事の前と後には手を洗おう

手はいろいろなものを触るので、食中毒の原因となる細菌やウイルスがつくことがあります。その手で食材や食器などに触ると、細菌やウイルスが体内に入り、食中毒を引き起こしてしまうかもしれません。

手洗いは、簡単にできる効果的な予防方法です。食事の前と後には、石けんを使って必ず手を洗いましょう。



学校給食の衛生管理は「学校給食衛生管理基準」(学校給食法第九条)に基づいて行われています。調理工程はもとより、配膳室や教室などの環境や、給食当番活動などにおいてもさまざまな配慮を行い、安全で安心な給食を提供します。



学校給食の衛生管理

学校給食をつくる時は、食中毒防止のために、衛生管理を徹底して行っています。清潔な施設、調理機器、服装、手洗い、食品の取り扱いなど、さまざまなことに注意を払っています。

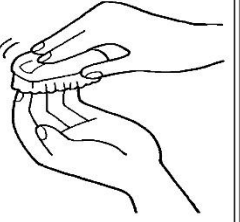
清潔な服装

調理員は、せきから飛ぶだ液や髪の毛などが料理に入らないように清潔なマスク、帽子、調理衣などを着用しています。



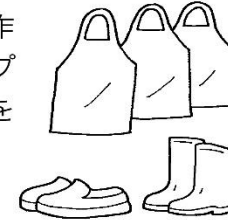
手洗いの徹底

作業前は、個人専用のつめブラシなどを使ってつめの間も念入りに洗います。作業中もこまめに手洗いをしています。



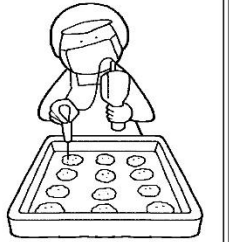
エプロンなどの使いわけ

汚染防止のために、作業の内容によって、エプロンや手袋、履物などを使いわけています。



適切な温度管理

加熱する食品は、中心部が75℃で1分間以上(二枚貝などは85~90℃で90秒間以上)になるようにしています。



◆ 5月の使用食材 ◆

	産地	食材名	産地	食材名	産地
にんじん	茨城、徳島	きゅうり	千葉、福島	きよみ	愛媛
たまねぎ	兵庫、北海道	いんげん	北海道	米	岩手
じゃがいも	鹿児島、長崎	赤ピーマン	茨城	もち米	秋田
キャベツ	練馬、愛知	ピーマン	茨城	大麦(米粒麦)	福井
もやし	栃木	里芋	埼玉	さば	ノルウェー
にら	栃木	ごぼう	青森	しらす	愛媛
ねぎ	茨城	大根	千葉	ししゃも	アイスランド
セロリー	長野	にんにく	青森	あじ	長崎
ブロッコリー	福岡	しょうが	高知	鶏肉	宮崎、岩手、宮城
小松菜	練馬、江戸川、足立	えのき	長野	豚肉	茨城
ほうれん草	練馬	糸三つ葉	千葉	卵	栃木

