



給食だより

— 安全安心で魅力ある学校給食 —

千葉市【新港・こてはし・大宮】学校給食センター



食育ピクトグラム

梅雨が明けると高温多湿な気候になり、夏バテや熱中症が心配な時季を迎えます。また、暑くなると食欲が落ちやすくなります。偏った食事が続くと体調を崩す原因にもなりますので、栄養のバランスの良い食事、こまめな水分補給、適度な運動を心がけ、暑さに負けない体づくりを心がけましょう。

今月のめあて「食事の衛生について考えよう」

食中毒が心配される時季です。食中毒の原因となる菌は、土や水、ヒトや動物の皮膚や腸の中にも存在しています。そのため、「調理後に菌が付着する」「調理後、長時間の室温放置で菌が増える」「加熱不十分で食中毒を起こす菌が残っている」など、様々な原因で菌が食品についたまま体の中に入り、食中毒は起きます。食中毒予防の3原則「菌をつけない、増やさない、やっつける」を守り、食中毒予防に努めましょう。

食中毒予防の3原則「つけない、増やさない、やっつける」のポイント

菌をつけない

- 調理や食事の前にしっかり手を洗う。
- 生の肉や魚を取り扱った後は、使用した包丁やまな板などの調理器具を洗浄・消毒し、よく乾かす。
- 調理に使用する器具（包丁・まな板・ざるなど）は、肉や魚、野菜など、用途で使い分けをする。

菌を増やさない

- 食品は適切な温度で管理し、なるべく早く使い切る。
- 調理後は速やかに食べる。（余ったものは冷蔵庫に入れ、早めに食べ切るようにする）

菌をやっつける

- 調理をする時は、中心部までしっかり火を通す。



学校給食センターの食品衛生

学校給食センターでは、安全安心でおいしい給食を届けることができるように、衛生管理を徹底し、調理作業を行っています。学校給食センターの「つけない、増やさない、やっつける」のポイントを紹介します。

つけない	増やさない	やっつける
 <p>アルコール噴霧器</p>	 <p>真空冷却機</p>	 <p>中心温度計</p>
<p>調理場内に入る時は、手洗いをした後、アルコールを噴霧しないと扉は開きません。肘までしっかり手を洗い、アルコール消毒をしています。</p>	<p>食中毒の原因菌が最も増殖しやすい温度は、約20～50℃の間です。真空冷却機を使用し、食中毒菌が増える温度帯を可能な限り短くします。</p>	<p>食材の中心部までしっかり加熱します。すべての料理について中心温度計を用いて、食品の中心温度が十分に上がっていることを確認しています。</p>