

# 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

いよいよ本格的な夏の到来となりました。この時期は気温や湿度が高く、体調を崩しやすくなります。こまめな水分補給とバランスの良い食事、そして適度な運動を心がけ、健康な体づくりをしていきましょう。

### 今月のめあて「食事の衛生について考えよう」

気温や湿度が高くなると、菌が繁殖しやすくなります。食材についての菌が増えると傷みやすくなり食中毒の原因となるので、より一層の注意が必要です。食品の取り扱い等に注意して食中毒を予防しましょう。

## — 食中毒予防のポイント「つけない・増やさない・やっつける」 —

### 菌をつけない

- 調理する時や食べる時には手洗いを徹底する。
- 調理に使用する器具(包丁やまな板など)は肉類や野菜類など使用食材に応じて使い分ける。
- 生の肉や魚が、果物やサラダなど生で食べるものや調理済みの食品に触れないようにする。



### 食中毒予防の基本は手洗い!

食事や調理の前などはしっかり洗おう

石けんをよく泡立てて、手のひらや甲をしっかりと洗います。指と指の間や手首もよく洗って、水で流します。清潔なハンカチやタオルで水気をふき取りましょう。



手のひらや指先

手の甲

指と指の間

手首

### 菌を増やさない

- 肉や魚などの生鮮品は鮮度の良いものを購入する。
- 肉や魚などの生ものは、購入後すぐに冷蔵庫に入れるなど、温度管理に注意する。
- 作り置きはせず、調理後は早めに食べる。
- 口をつけたペットボトル飲料は、菌が繁殖しやすいため、常温で放置せず、早めに飲みほす。



### 菌をやっつける

- ほとんどの菌は、加熱によって死滅するので、食材は中心部までしっかり加熱する。
- 調理に使用した器具は、十分に洗浄をする。肉や魚などを使用した場合は、包丁やまな板に熱湯やアルコールをかけるなどして消毒をする。



## 学校給食センターにおける衛生管理～身支度・手洗い～



身支度



手洗い



アルコール消毒

給食センターでは、安全安心でおいしい給食を届けるために、衛生管理を徹底し、調理作業を行っています。

清潔な調理衣、エプロン、マスク、帽子、履物を着用します。髪の毛は、帽子から出ないようにし、粘着テープやエアシャワーで衣服についたごみ等を取り除いてから調理場に入ります。また、作業区分ごとにエプロンや白衣を変えています。

手洗いは、十分に泡立てた石けんで、指先から肘までを2回洗います。爪ブラシを使って、爪と指の間まで丁寧に洗浄したあと、水気をふき取り、アルコールで消毒しています。