

# 給食たより

12月

静岡県立浜名特別支援学校

令和7年12月3日

今年も残りわずかとなり、冷え込みも少しずつ厳しくなってきました。今月はクリスマスや大晦日など、人と食事をする機会が増えます。そこで気をつけないといけないのが、感染症です。感染症予防のためには、必要なタイミングでしっかり手を洗い、栄養バランスのよい食事と十分な休養が必要です。寒さに負けず元気に過ごしましょう。

## ノロウイルスによる食中毒に注意しましょう

ノロウイルスによる食中毒は、一年中発生しますが、11月から4月に多くなります。手指や食品などを介して口に入ることによって感染し、人の腸管で増殖して、嘔吐や下痢、腹痛などを引き起こします。予防には、手洗いや食品の十分な加熱が大切です。



### 手が菌の運び屋に!?

手はいろいろなものに触れるので、手を介して食べ物や他の人に汚れや細菌、ウイルスなどが移動する危険があります。つまり手が菌の運び屋になってしまうのです。風邪や食中毒予防のために、石けんを使ってしっかり手を洗いましょう。



### ノロウイルスの予防ポイント!!

- 石けんを使って  
ていねいに手を洗う
- 食品の中心部まで  
(85~90℃で90秒間  
以上) 加熱する



給食室では、温度計を使って、料理の中心温度を確認しています!

## Q見た目がきれいなら水洗いだけでよい？

A 細菌やウイルスは肉眼では見えないので、きれいに見えても手にはウイルスなどがついていることがあります。また、手を洗う時は水だけよりも石けんを使った方がウイルスが減少したという研究結果があります。  
手は石けんを使って洗いましょう。



## Qアルコールで消毒すれば手洗いをしなくてもよい？

A アルコール消毒は、石けんを使った手洗いのかわりにはなりません。手洗いの方法によるウイルスの除去効果を調べた研究では、アルコール消毒よりも、石けんを使って手を洗った方が、よりウイルスを減らせることが示されています。  
石けんを使った手洗いとアルコール消毒を合わせて行うと効果的です。

## 保護者給食試食会を行いました

試食会では、給食や食育、偏食についての話をさせていただいた後に、給食の試食、給食参観をしていただきました。児童生徒に「安全安心でおいしい給食」を提供するために取り組んでいることや、本校の給食について御理解いただくことができました。これからも、児童生徒の成長を支えるために給食作りに取り組んでいきます。お忙しい中参加していただいた保護者の方々、ありがとうございました。



### 【試食会で提供した給食】

11月13日 試食会



### 【カミカミ献立】

麦ごはん 牛乳  
鶏肉と大豆の揚げ煮  
切り干し大根と茎わかめのツナサラダ  
けんちん汁



### 【献立紹介】

月に1回、カミカミ献立の日を実施しています。よく噛むことで、唾液が多く分泌され、虫歯予防になります。日頃からよく噛んで食べる習慣を身につけてもらいたいと思っています。

