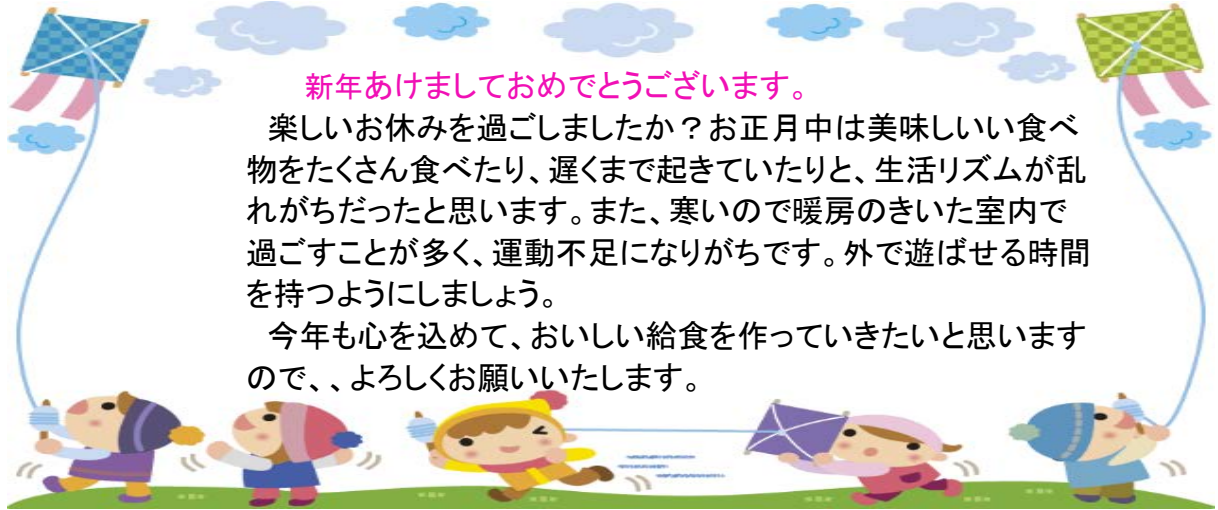


1月 給食だより

平成28年 1月6日 発行
大戸報徳保育園
第 10号



新年あけましておめでとうございます。

楽しいお休みを過ごしましたか？お正月中は美味しい食べ物をたくさん食べたり、遅くまで起きていたり、生活リズムが乱れがちだったと思います。また、寒いので暖房のきいた室内で過ごすことが多く、運動不足になりがちです。外で遊ばせる時間を持つようにしましょう。

今年も心を込めて、おいしい給食を作っていきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。



会津郷土料理 (こづゆ)



現在や祝い事などの冠婚葬祭で、必ず食べられている代表的なおもてなし料理です。7または9種類の具材の数は奇数で縁起が良いとされることから、当時はぜいたくな食べ物でしたが、「最高のおもてなしをしたい」という会津の人情から、何杯おかわりしても失礼にならないという習慣が残っています。



ノロウイルスについて

幅広い年齢層において感染性胃腸炎の原因となるウイルスで、特に冬期に多発します。

感染経路はウイルスに「汚染された食物(貝類)や、食事を作ることに関わった人、人と人との接触による感染などがあげられます。



<症状>

感染後、24～48時間で、下痢、吐き気、嘔吐、腹痛、発熱(38度以下)などの症状がでます。通常3日以内に回復しますが、小児・高齢者は重症化することがあります。ウイルスは感染してから1週間程度便に排泄され続けます。



<予防法>

- ①うがい、手洗い(外からの帰宅後、トイレの後・調理や食事の前はせっけんと流水で指先をよく洗いましょう。
- ②嘔吐物、便を処理する場合はマスク・手袋を着用し直接触れないようにしましょう。
- ③入浴の際は、症状のある方は他の方と一緒に入らないでください。症状のある方は、最後に入ってください。
- ④お子さんのおむつ交換後は、必ず手を洗ってください。
- ⑤料理はよく加熱してください。(他の微生物に比べ熱に強いいため、調理の際は85℃で1分以上加熱してください)
- ⑥まな板・ふきん・包丁等は熱湯や塩素系漂白剤で殺菌しましょう。



今月の給食目標

食べすぎに
注意しましょう

