

給食だより

津市立南が丘小学校

きゅうしょくだより12月号

2019年も残りわずかとなりました。これから、冬至やクリスマス、大みそかなどのさまざまな行事があるので、体調をととのえて、行事食を食べて食文化を楽しみましょう。

大みそか 12月31日 年越しそば

大みそかの夜にそばを食べる風習があります。年越しにそばを食べるようになった由来には、いろいろなものがあります。細く長い形から長寿を願って食べたという説や金銀細工師が金粉を集めるときにそば粉を使ったので金を集める縁起物として食べられるようになったという説、そばの持つ健康効果を期待して食べるという説などがあります。

今年の冬至は12月22日

行事食クイズ

冬至は、1年中で昼間がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。この日は、かぜをひかないように、ゆず湯に入る風習があります。では、冬至に食べると、かぜをひかないなどの言い伝えがある食品は、次のうちどれでしょうか。ヒント 12月20日の給食は冬至の献立です。

① ゆず

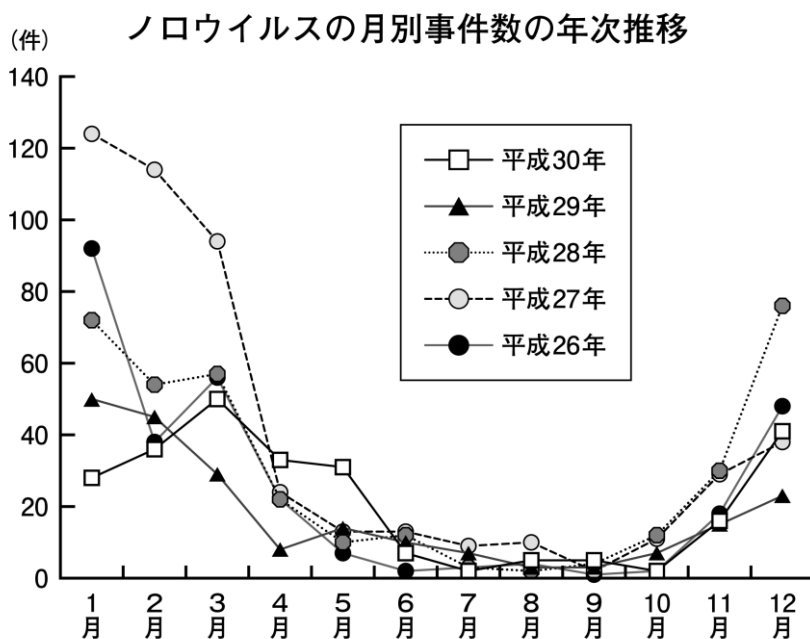
② れんこん

③ かぼちゃ



答え ③です。

Data 見る食育 ▶▶▶ 冬に多く発生する食中毒は？



出典：厚生労働省「食中毒発生状況」より作成

年間の食中毒の患者数の約半数は、ノロウイルスによるものです。ノロウイルス食中毒は、11月から増加し始め、12月から1月が発生のパークになる傾向があります。それはノロウイルスが、低温、乾燥を好むウイルスだからと考えられています。予防のために、調理・食事の前・トイレの後は、石けんでしっかり手を洗い、加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱（中心部が85℃以上90秒以上）することが必要です。