

鳥取県

学校給食会だより



7月号 (No.177)

(公財) 鳥取県学校給食会
鳥取市安長字前内387-1
(TEL) 0857-23-7084
(FAX) 0857-27-8040
E-mail:kenkyu@togk.or.jp

平成28年7月29日 文責：佐竹香寿代
HPアドレス：http://www.togk.or.jp

平成28年度学校給食用物資展示会開催

安全・安心な食材の提供と献立内容の充実、また、食材を通じた食育に資することを目的として、毎年開催しております『学校給食用物資展示会』を7月29日にとりぎん文化会館において開催いたしました。

この物資展示会は、栄養教諭・学校栄養職員、給食センター・共同調理場長や調理従事者、保護者など学校給食関係者、約120名にご参加いただき、県内外の本会取引業者36社から展示された約100品の学校給食用物資（冷凍・常温・衛生用品）をご覧頂きました。



各ブースのメーカー担当者から、試食を踏まえ、調理方法やアレルギー成分等について説明があり、参加された方々も興味深く聞き入っておられました。また、商品説明だけでなく、食材の意外な使用方法なども紹介されていました。

この度の展示会でご協力いただきましたアンケートを基に、第1回物資委員会（9月予定）にて平成28年度の選定物資を決定いたします。



鳥取県産トマト

今年も、鳥取県産トマト（にたきこま）の収穫時期となりました。倉吉市関金町、湯梨浜町 三朝町の生産者の皆さん東郷、三朝町の実産者団体が収穫された真っ赤に熟した鳥取県産トマトを引き取りさせていただきました。これらのトマトは、昨年までと同様、湯梨浜町にある「いなか食品株式会社」にてトマトピューレに加工していただきます。にたきこまのトマトは名前のとおり煮炊きに適した品種で、とろみがつきやすく、加熱調理に適しているのが特徴です。色も味も濃厚なピューレをぜひご活用ください。



旬野菜情報！とうもろこし

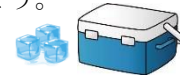
とうもろこしは、夏を代表する野菜のひとつで、茹でたり、蒸したり、焼いたりして食べられ子ども達にも大人気です。とうもろこしはイネ科の野菜で、ビタミンB1・B2・Eが多く茹でても損失が少ないのが特徴です。また、食物繊維も多いので便秘解消、大腸がん予防にも効果的です。美味しいとうもろこしの選び方のポイントは、皮付きで皮の緑色が濃いものが新鮮です。収穫後1日で鮮度も栄養分も風味も半減してしまうため、茹でてから保存するかその日のうちに食べるのがお勧めです。

夏場の食中毒発生を防ぐために

気温が高くなる夏場は、加熱不足の食肉で食中毒が発生しやすくなります。特に食肉には、カンピロバクター、サルモネラ属菌、腸管出血性大腸菌が付着している可能性があるため、この時期にバーベキューや焼肉をする際には注意が必要となります。

1. 低温で保存する

温度が上がると、細菌の繁殖スピードが上がります。食肉は、購入から調理までの間、細菌が増殖しないよう保冷効果のあるクーラーボックスに入れ、氷や保冷剤等で低温保存しましょう。



2. 十分に加熱する

菌が残っていると、食中毒が発生し、抵抗力の弱い方はかかりやすく重症化します。腸管出血性大腸菌などの細菌は加熱すると死滅するので、中心部まで十分に加熱しましょう。特にレバーや食肉などの加熱には十分注意が必要です！

3. 二次汚染に注意

食中毒菌が付着した調理器具、食器や食品を介して食中毒は発生します。肉類、魚類、野菜は別々にし、包丁やまな板等の使用も分けておきましょう。バーベキューをする際、生肉を扱ったトング、箸等は食べる時に使わないようにしましょう。

4. 手を良く洗う

手に付着した食中毒菌は、汚染を拡げる原因となります。生肉や生魚に触ったら、手を良く洗いましょう。また、調理前、食事前、トイレ後は手を良く洗いましょう。



手洗いチェッカー



本会は、昨年新しく「スタンド型手洗いチェッカー」を購入し無償貸出しをしております。「手洗いチェッカー」は手洗い方法の確認に使用される機器で、専用ローションを手についた汚れに見立てて、特殊ライトの下で光らせます。洗い残しの部分は光るので、適切な手洗いができているのか確認することができます！食中毒などの感染症対策として児童生徒や調理従事者の方々の手洗い確認にご活用ください。

猛暑！熱中症に注意!! ~夏休みを楽しく過ごすためのポイント~

7月になり、今年も例年にも増して暑い日が続いています。楽しい夏休みを過ごすためにも、食生活には十分気をつけ、体調を崩さないようにしましょう。

- * 早寝・早起きを心がけ1日3回の食事をきちんと食べましょう
- * 冷たい飲み物や、アイスクリームなどを摂り過ぎないようにしましょう
- * おやつは時間と量きちんと決めて食べましょう
- * こまめに水分補給をしましょう

暑い夏に気をつけなければいけないのが、「熱中症」です。熱中症は「熱けいれん」「熱疲労」「熱射病」に大きく分けられます。

熱けいれん：血液中の塩分が少なくなり、手足や腹筋のけいれんが起こります。食塩水やスポーツドリンクを補給しましょう。

熱疲労：体内の水分不足で、全身の脱力感、めまい、吐き気、頭痛などの症状が起こります。足を高くして寝かせ、脱水が原因なので食塩水やスポーツドリンクを補給しましょう。

熱射病：意識がもうろうとなります。体温を低下させるため、首やわきの下、足の付け根などの太い動脈がとおっているところを氷等で冷やしましょう。

今年も暑い夏休みになりそうです！体調管理と水分補給をしっかり行いましょう！！