

鳥取県

学校給食会だより



令和2年6月8日 文責:植野京子
HPアドレス: <http://www.togk.or.jp>

6月号 (No.224)

(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

「令和2年度学校給食用物資展示会」についてのお知らせ

令和2年度学校給食用物資展示会につきまして、8月6日(木)に開催を予定しておりましたが、この度の新型コロナウイルス感染防止対策の観点より開催を8月以降に延期することといたしましたのでお知らせいたします。つきましては、新型コロナウイルスの国内における状況を確認しながら、今後の開催を模索して参りますので、ご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。尚、開催日等が決定いたしましたら改めてお知らせいたします。



新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」について

5月25日、緊急事態宣言が解除されました。しかし、完全にウイルスが消えたわけではなく、流行の第2波が来て、再び緊急事態宣言が出るおそれもあります。そのため、政府から新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」が公表されました。今後日常生活の中で取り入れていきたい実践例として(1)一人ひとりの基本的感染対策、(2)日常生活を営む上での各場面別の基本的感染対策(感染防止の3つの基本)としては、人との間隔はできるだけ2mを空け、マスクを着用、こまめな手洗いを心がけることです。日常生活においても、公共交通機関を利用する時は、混んでいる時間帯を避け、公園はすいた時間、場所を選ぶなど、基本的感染対策と新しい生活様式を今後も日常生活の中で心がけていかなければなりません。(厚生労働省・新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式を公表しました」を参照)

商品紹介

サラヤジェル SH1 1ℓ



新型コロナウイルスの影響により、消毒用アルコール類が品薄状態となっております中、この度、サラヤ(株)より「サラヤジェル SH1 1ℓ」が、特別価格にて入荷いたしますのでご紹介させていただきます。

【価格】(税抜)1ℓ/個 1,380円

※指定医薬部外品(未開封品) = 基準使用期限3年間で長期保管が可能で、開封後1年 > 数量に限りはございますが、是非この機会にご検討の程何卒宜しくお願い申し上げます。

エビデンスデータに裏付けられた消毒効果

DVV & RKI ガイドライン(ドイツの標準試験法)およびサラヤ標準法に準拠した評価を実施
しっかりしたエビデンスデータに基づいた処方です。

アルコール濃度 79vol%

厚生省推奨新型コロナ対策濃度エタノール濃度が原則70~83vol%の範囲内

消毒効果持続

使用後も、有効成分のCHGが消毒持続効果を発揮、エタノールが蒸発した後も効果的な残留殺菌力が手指に付与される。

●1リットル容量

多人数が利用する出入口などパブリックスペースへの設置に最適なサイズ

●ジェルタイプ

リキッドタイプに比べてジェルタイプは液飛散が少なく設置場所の美観を維持しやすい

●指定医薬部外品



6月は「食育月間」です……食育とは？(食育基本法より)

生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てることで、心身ともに健康で、毎日を生き生きと暮らすためには「おいしく楽しく食べる」ことがとても大切です。

家庭でできる食育は……

- * 一緒に食事の支度をする …… 買い物や調理などの経験は、食べ物を大切に作る心を育みます。
- * 共食の回数を増やす …… テレビを消して、会話を楽しみながらゆっくり食事をする機会をつくる。
- * 朝ごはんを必ず食べる …… 早寝・早起き・朝ごはん、生活リズムを整えましょう。
- * 栄養バランスを意識する …… 主食・主菜・副菜・をそろえると栄養バランスがよくなります。
- * 行事食や郷土料理を取り入れる …… “わが家の味”を子どもたちへ伝えましょう。















しっかり食べよう朝ごはん!



～早寝・早起きをして、朝ごはんを食べる時間を十分につくろう～

私たちの脳や体は、眠っている間にも動き続けており、朝起きた時にはエネルギーが不足している状態です。朝ごはんを食べることで、眠っている間に下がっていた体温が上がり、脳や体にエネルギーが補給されます。エネルギーが補給されることで、体温が上がり、元気に活動でき、勉強に集中できます。エネルギー源となるご飯やパンといった主食を中心に、栄養バランスにも目を向け、朝ごはんを食べる習慣がない人は、牛乳や果物など、何か一品でも口に入れることから始めてみましょう。朝ごはんをしっかり食べて、1日を元気にスタートさせましょう。

～ これからが旬! 夏野菜&くだもの ～

【トマト】 昔から「トマトが赤くなる」と医者「青くなる」といわれるほど体によい。 	【きゅうり】 体を内から冷やしてくれる。夏の暑さにほてった体を冷やすのにぴったり。 	【なす】 体を内から冷やしてくれる。紫色の色素には老化を防ぐ働きがある。 	【かぼちゃ】 肌を丈夫にしてくれるカロテンがたっぷり。体の内から元気にしてくれるビタミンEもたっぷり。 
【にがうり】 (ゴーヤ) 昔の中国では「薬」として使われてきた。ビタミンCがたっぷり、夏バテに良い。 	【ピーマン】 とうがらしの仲間。日焼けした肌を強くしてくれる働きを持つ。夏バテを防いでくれる効果もある。 	【おくら】 粘りが特徴。ネバネバが夏バテや便秘を防いでくれる。また、カロテンが日焼けした肌を健康にしてくれる。 	【トウモロコシ】 世界三大穀物。疲労回復のほか、おなかの調子を整え、夏バテ予防に効果がある。 
【しそ】 食欲を促し、消化を促進する効果や免疫力を高め、心身の疲労回復に役立つ。 	【にら】 スタミナ食材。疲労回復をサポート。粘膜や皮膚の健康を維持し、生活習慣病の予防に効果がある。 	【すいか】 昔から「のどのかわきをとる天然の薬」と言われている。夏風邪の熱やセキにも効果がある。 	【もも】 中国では「長寿の薬」とされている。食物繊維が多く含まれており、便秘を防いでくれる働きがある。 

* 旬の食べ物はその季節に合った栄養を含んでいます。旬のものを食べて元気に過ごしましょう。