令和３年 12 月吉日

PTA 会員の皆様

福津市立福間南小学校 PTA
(コミュニティ・スクール福間南)
PTA 会長　　今林 孝彦
家庭教育委員長　寺嶋 絢子

『給食だより』のご案内

師走の候、会員の皆様におかれましては益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

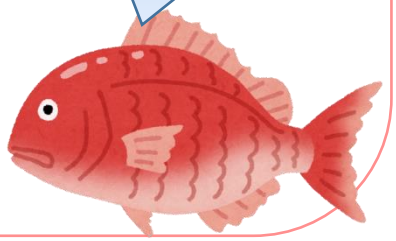
さて、福間南小 PTA では、例年「給食試食会」を開催し、子供たちが毎日食べている給食を保護者の方々にもご試食いただく機会を設けておりました。しかしながら、昨年度に引き続き、新型コロナウイルス感染拡大の予防のため、誠に勝手ながら給食試食会の開催を控えさせていただくこととなりました。参加を楽しみにされていた保護者の方々には大変申し訳ございませんが、何卒ご理解とご協力の程宜しくお願いいたします。

そこで、給食試食会に代わり、コロナ禍における給食の対応について栄養教諭の先生にお話を伺い、「給食だより」を作成いたしましたのでお知らせいたします。

●給食試食会で提供予定だったメニュー●

- **たいめし**
- **ちぐさあえ**
- **ぶたじる**
- **ヨーグルト**

福津産の鯛を使っています。
年に1、2度、郷土料理の鯛めし
が給食に出るそうです。



1. コロナ禍における給食の対応

① 給食の前

- 必ず当番の健康チェックを行い、体調不良者がいないか確認をする。
- 給食当番を行う際は必ずマスク及びエプロンを着用し、同じマスク・エプロンは他の子どもたちに使わせない。
- 机は班を作らず、みんな前向きにし、間隔をあける。窓を全開にし、換気を行う。
- 手は、ハンドソープを使って洗い、流水で泡をしっかり流す。教室に入る前に、アルコール消毒を行う。

② 準備中

- ワゴンは給食室前の混雑を避けるために、教師のみで受け取りに行く。当番は行かない。
- 給食の受け渡し準備ができたら、少人数の子どもで給食を受け取りに行く。
- 並んだ子どもたちに、給食当番の子どもがおぼんと箸を渡す。
  箸係の給食当番は、ビニール手袋をつけ、直接箸を触らないよう指導する。
- 配膳台とワゴンは、ろう下に出し、教室を広くして子ども同士の距離が空けられるようにする。

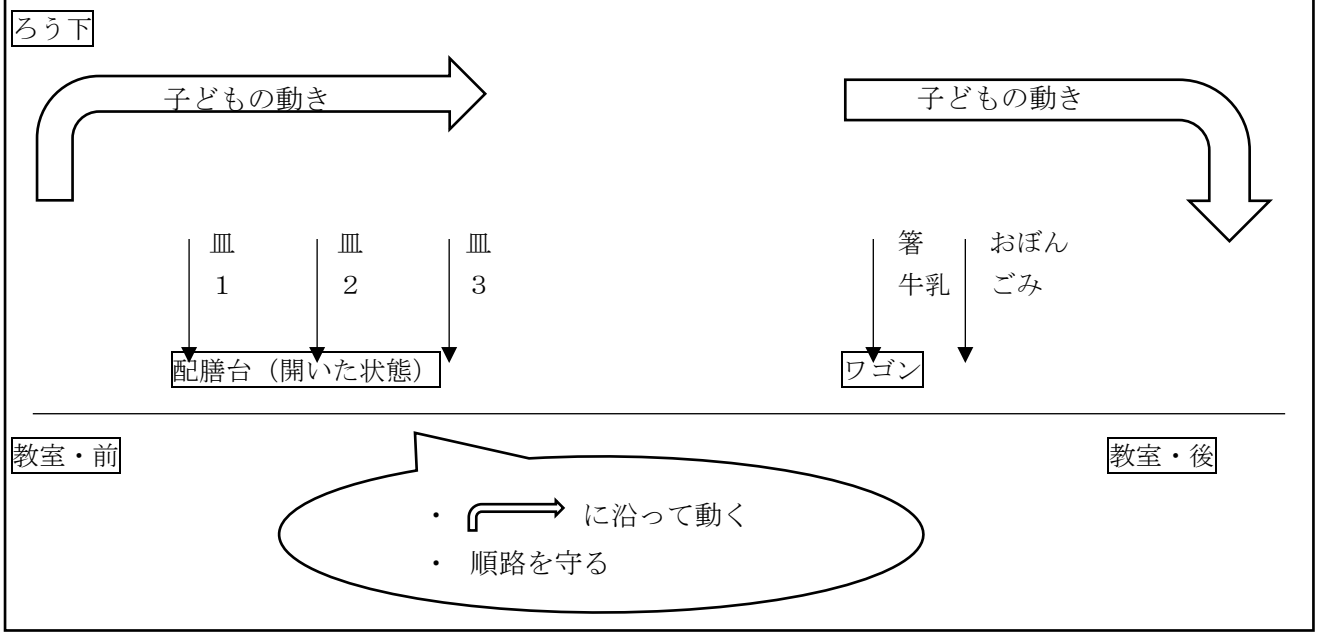
③ 食事中

- 机は前向きにして子どもたちが向かい合わせにならないようにする。
- 食事中は子どもも教師も黙食。横や後ろを向いたり、大声で話したりすることのないようにする。
- 「いただきます」が言い終わるまでマスクは外さない。

④ 片づけ

- 食べ終わった子どもから、マスクをして静かに食器の片づけをする。
- 教室の状況を見て、返しに行く人が多くなりすぎないようにする。
- 食べ終わった後は読書や色塗りなど、１人で静かに過ごす。
- 配膳台は給食後ふきんで水拭き後、放課後教師による消毒を行う。
- 皿を返す場所を下図のように分散して子どもたちが密集しないようにする。

【皿を返す場所（図）】



2. 給食中の子どもの様子

１年生から６年生まで、しっかりと黙食ができています。
給食中は、驚くほど静かです。
子どもたちは、自分や周りの友達が感染することがないように気を付けて食事をしています。
食事中には、音楽等をかけているクラスもあります。

お友達と机を向かい合わせにして、会話をしながら楽しく食べる給食時間も新型コロナウイルスの感染予防対策により「黙食」というスタイルに大きく変わりました。しかし、子供たちは決められたルールをしっかりと守り、クラス毎に工夫をしながらおいしい給食を食べている様子が分かりますね。

給食の様子（前を向いて静かに食べています）↑

３．給食室の注意点

- 給食室での衛生管理
  - 調理員は、給食室の調理室や下処理室に入る前には、ぼうし・長袖の白衣・ズボンに着替え、新しいマスクをつけなおし、白衣にローラーをかけ、ごみをとりのぞき、石鹸で手洗い（爪ブラシで念入りに）・アルコール消毒をする。また、汚染度の高い検収室や下処理室から、料理をつくる調理室へ移動するときには、専用の白衣に着替えなおし、専用のくつにはきかえる。
    （※調理室と下処理室では、白衣や靴の色がちがう。調理室の白衣は白色で、下処理室はピンク色。菌などを調理室に持ち込ませないために着替える。）
    作業内容が変わるたびに手洗い・消毒をする。
  - 出来上がった料理をつぎ分けるときや、子どもたちのお皿を準備するときには、手洗い・消毒をするだけでなく、新しいビニール手袋等をし、その上からアルコール消毒をしてから作業を行う。
  - また作業中には、白衣の上に検収用・下処理用・調理用・配缶用など、それぞれ専用のビニールエプロンをする。こちらも、それぞれ色がちがう。

このように元々給食室は衛生関係に厳しく、温度管理や手指消毒など、衛生管理マニュアルにそって、気をつけて給食を作っていますが、コロナ禍ということで他にも下のようなことに気をつけています。

☆コロナ渦での注意点
・調理員も出勤前に熱を計測し、本人に熱や体調不良等の症状があった場合、また家族に体調不良者がいた場合は出勤停止とする。
・給食室の建物に入ったら、まず手洗い、うがい、アルコール消毒をする。

4. おすすめ給食レシピ

栄養教諭の先生より家庭で作れる簡単で美味しいレシピをご紹介頂きました。

「なっとく丼」は納豆が苦手なお子さんでもパクパク食べられそうですね！！

「チリコンカン」は栄養満点！！

ぜひご家庭で作ってみませんか。

☆なっとく丼☆

１学期に給食で人気があったので紹介します。
ひき肉とひきわり納豆を炒めた簡単料理で、ごはんにかけて食べます。
好きな材料を入れてアレンジしても楽しいと思います。

		☆給食元レシピ☆	☆家庭用☆	
	≪材料≫	＜1人分(4 年生基準)＞	＜3～4人分＞	
	ごはん	1杯分	3～4 杯分	
	牛ミンチ	20g	100g	合いびき肉 175g でも大丈夫です。
	豚ミンチ	15g	75g	
	おろししょうが	0.3g	2g	
	ひきわり納豆	20g	100g	
	オクラ	5g	25g	
A	しょうゆ	3.4g	17g～	調味料は、お好みで調整して下さい。
A	さとう	1.7g	9g～	
A	酒	0.6g	3g～	
A	みりん	0.3g	2g～	
	サラダ油	0.5g	3g～	

≪作り方≫

① オクラは、洗って輪切りにする。(うぶ毛が気になるときは、切る前に塩でやさしくもんで水で流すとよいです)　A は混ぜ合わせておく。
納豆は、レンジで軽く温めておく。(約1分)

② フライパンを熱し、油を入れ、しょうがとひき肉を入れていためる。

③ お肉の色が変わったら、オクラと A の調味料を入れてしっかりと炒め、味をつける。
(このとき、少し濃いめに味をつけておきます)

④ 火を止め、温めたひきわり納豆をいれ、混ぜ合わせる。

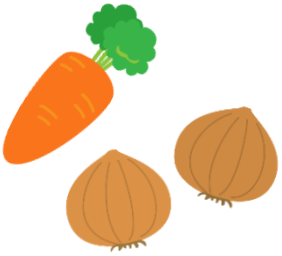
⑤ ごはんにかけて食べる。

☆よりネバネバが好きな方は、納豆を混ぜ合わせるときに加熱すると粘りと　香りが強くなります♪

☆チリコンカン☆

給食では、パンの日によく出します。パンにはさんで食べてもおいしいです。
少し手間はかかりますが、野菜と大豆がたっぷりで栄養満点です。

	☆給食元レシピ☆	☆家庭用☆
≪材料≫	＜1人分(4年生基準)＞	＜3～4人分＞
豚ひき肉	25g	125g
おろしにんにく	1g	5g
サラダ油	0.8g	4g
玉ねぎ	50g	250g
人参	30g	150g
セロリ	5g	25g
コンソメ	0.4g	2.2g
蒸し大豆	25g	125g
ウスターソース	0.8g	4.5g
ケチャップ	13g	70g
デミグラスソース	2g	10g
ハヤシルウ	5g	28g
水	適量	適量
チリパウダー	0.02g	0.1g
パプリカ(粉)	0.04g	0.2g
塩・水	適量	適量



≪作り方≫

① 野菜は、みじん切りにする。ハヤシルウは少量の水でとく。
(溶けにくい時は、レンジで少し温めると溶けやすいです)

② フライパンに油を熱し、おろしにんにくとひき肉を入れて炒める。

③ 肉の色が変わってきたら、香辛料(チリパウダー・パプリカ)を入れて炒める。

④ ③にセロリ→たまねぎ→人参の順に野菜を入れて炒め、コンソメをいれる。
(※セロリをよく炒めることで、苦手な人も食べやすくなります。コンソメで下味をつけます。)

⑤ 野菜が炒まったら、蒸し大豆、調味料、水を入れて煮込む。
(水は、全体がサラサラではなく、トロっとゆるく混ざるぐらいに調整してください)

⑥ 塩で味をととのえて完成！
☆お好みで、調味料は調整して下さい。

最後に、給食だよりの作成にあたりご協力頂きました先生方心より感謝申し上げます。
来年度「給食試食会」が開催できた際には、多くの保護者の皆様の参加をお待ちしております。