

# 12月 給食だより

令和6年11月  
編集発行  
守口市教育委員会  
守口市学校給食協会

## 手洗いは感染症予防の基本です！

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。いろいろな物に触れる手は、一見きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさん付いています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、食事の前にはきちんと手を洗いましょう。



## 手洗いのポイント

せっけんをつけ、こするように洗います。

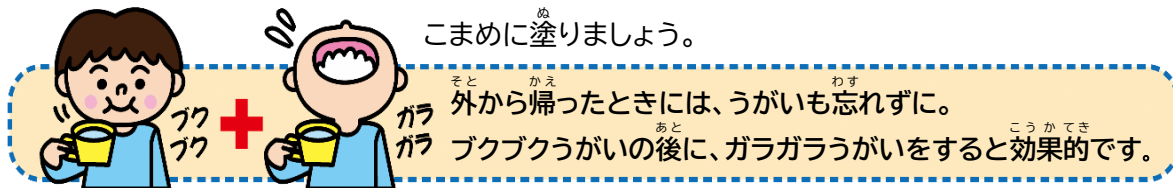
汚れの残りやすい部分は念入りに。

流水でしっかりと洗い流し、清潔なタオルなどで水分を拭き取りましょう。



！水分が残っていると手荒れの原因になります。

手荒れがあると、手洗いがおろそかになったり、細菌やウイルスが付着しやすくなったりします。乾燥が気になるときは、保湿剤をこまめに塗りましょう。



外から帰ったときには、うがいも忘れずに。

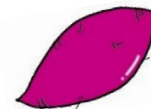
ブクブクうがいの後に、ガラガラうがいをするとう�효果的です。

## 世界の料理

◎今月の世界の料理は、12月5日に登場する「クマスープ」で、ニュージーランドの郷土料理のひとつです。

◎「クマラ」とは、ニュージーランドの先住民族であるマオリ族の言葉で「さつまいも」を意味しています。

◎給食ではさつまいもを使い、カレー粉を加えて作ります。



## 冬至献立

冬至は、1年で最も昼が短く、夜が長くなる日。ゆず湯に入って身を清め、かぼちゃや小豆を食べて邪気をはらい、無病息災を祈る風習があります。

☆20日の給食は、かぼちゃのそぼろ煮と、ゆずを使ったそくせきづけの冬至献立です。

学校給食では、12月から令和6年産の新米を使用します。使用するお米の銘柄は、滋賀県産の「キヌヒカリ」です。

