

寒さに負けず、しっかり手を洗おう！

寒さが厳しくなってきました。特に、部活の朝練習の時間はとても寒いですが、元気に活動している皆さんの姿を見て、元気をもらっています。冬は、新型コロナウイルスだけでなく、インフルエンザやノロウイルスなども流行しやすい季節です。感染症予防の基本は「手洗い」です。外から帰った時、調理や食事の前後、トイレの後など、こまめに手を洗いましょう。

正しい手の洗い方を確認しよう

- ①水で手をぬらし、せっけんをつけて、手のひらをよくこする。
- ②手の甲をのばすように洗う。
- ③指先・爪の間を、逆の手のひらの上でしっかりこする。
- ④指の間を洗う。
- ⑤親指は、ねじりながら洗う。
- ⑥手首を洗う。
- ⑦汚れとせっけんを、流水でよく洗い流す。
- ⑧清潔なハンカチやタオルでふく。

知っていますか？ 年初めの行事食

日本には四季折々の行事とそれにまつわる行事食があります。特に、1年の始まりである正月は、その年の豊作や幸福をもたらす「歳神様」を各家庭に迎える行事として、昔から大切にされてきました。正月に食べる「おせち料理」には、新年の五穀豊穡、家内安全、子孫繁栄、不老長寿などの意味を込めた縁起の良い食べ物が使われます。また、砂糖を使った料理や漬物など、保存がきく料理を中心におせち料理は作られているため、正月の期間は食事の用意をしなくて済み、しっかりと休めるような工夫もされています。

おせち料理
新年への願いを込めた、縁起の良い食べ物が使われる。

- 田作り …… 豊作
- れんこん …… 将来の見通し
- 里いも …… 子宝
- 数の子 …… 子宝
- 黒豆 …… 健康
- きんとん …… 金運
- 伊達巻 …… 学業成就
- エビ …… 長寿

11月 給食のできごと

11月の給食では、日本各地の郷土料理を給食で提供しました。なかでも愛知県の郷土料理「味噌カツ」は、「おいしかった」「ちょっと苦手」「カツはソースが良かった」「不思議な味がしたけどおいしかった」といった声が届きました。八丁味噌の独特な風味を初めて味わった人が多く、三山中生の「八丁味噌記念日」になりました。

22日には船橋産「コシヒカリ」と「粒すけ」の食べ比べを開催。コシヒカリ派と粒すけ派に意見は真っ二つ。わからなかったという意見もありましたが、それも答えの一つです。おにぎりにしたためか、いつもよりたくさんご飯を食べられた人が多かったです。

25日、3年生合唱祭の日。給食で使ったじゃがいもの名前は「スノーマーチ」。踊るじゃがいものイラストを見て、三山中生の合唱を応援しているかのようでした。レバーと一緒に甘辛いたれに絡めて食べました。

