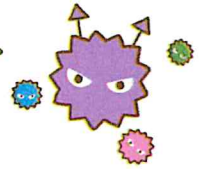


12月の給食だより



ウイルスに負けない体をつくろう！



気温も下がり、インフルエンザやノロウイルスが流行しやすい季節になりました。元気に冬を乗り越えられるよう基本の手洗いうがいなどできることから対策していきましょう！

❖冬はノロウイルスに気を付けよう❖

① 強い感染力

ノロウイルスは少量の菌で発症するため感染力が非常に強く、人から人に容易に感染します。主な感染経路は、経口感染、飛沫感染及び接触感染です。ノロウイルスに汚染された食品を加熱不十分で食べた場合や感染者のおう吐物や便からの空気感染(飛沫核感染)することもある。

② 1～2日で発症

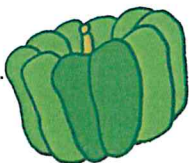
ノロウイルスの潜伏期間は平均 1～2日です。症状は腹痛、下痢、嘔吐など脱水を合併することがある。

③ ノロウイルスをやっつけるにはアルコールよりも次亜塩素酸ナトリウム

食品に付着したノロウイルスを死滅させるためには、中心温度 85℃～90℃、90 秒以上の加熱が必要です。また塩素消毒液は、次亜塩素酸ナトリウムを水で薄める等で作ることができます。家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用できます。

④→手洗いをすることで防ぐ

ふだんから感染しないように、丁寧な手洗いや日々の健康管理を心がける。
腹痛や下痢などの症状があるときは受診しましょう。



冬至をむかえます



今年は12月22日に冬至をむかえます。冬至は一年で一番昼が短く夜が長い日であり、この日から昼の時間が長くなっていく事から、一年の始まりを意味するものとされていました。そこでこの冬至は世界的にも「太陽の復活祭」として位置づけられており、世界各地でさまざまな祝典が行われています。冬至には「ん」がつくものを食べると運気があがると言われており、

・にんじん ・だいこん ・れんこん ・うどん

などの「ん」のつくものを運盛りといい、縁起をかついでいたそうです。

かぼちゃは「ん」がつかないので違うのでは？と思いがちですが、かぼちゃの別名は「南京(なんきん)」れっきとした**運盛り食材!**

さらにかぼちゃ(南京)は陰(北)から陽(南)へ向かうことを意味しているので、縁起の良い食べ物とされるわけです。

ひまわり組☆クレープづくり☆

4歳児ひまわり組さんがトッピングを工夫しながらクレープづくりをしました！



バナナが切れたよ！



巻けるかなあ？



上手にできたよ！



おいし〜❤️

さくら組✿ピザ作り✿

2歳児のさくら組さんがピザ作りをしました☆

みんな一生懸命トッピングを工夫しながら『オリジナルピザ😊』が出来上がりました！



色々な具材を自分で乗せたよ♪



Pizza

もう少しでピザが完成！ワクワク！



いっぱい乗せると美味しそう❤�



自分達で作ったピザは格別においしいね♪