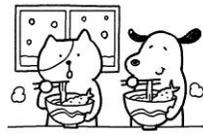


# 12月 給食だより



令和3年度  
松戸市立古ヶ崎小学校  
令和3年12月20日

冬休みが近づいてきましたね。  
冬休みは、クリスマスやお正月などさまざまな行事があります。行事と一緒に“食事”も楽しむよい機会にしてほしいと思います。  
もちろん、「手洗い・うがい・換気」を忘れず、体調管理もしっかりしてくださいね。  
3学期にみなさんの元気な笑顔が見れることを楽しみにしています！

## 冬休みの過ごし方について



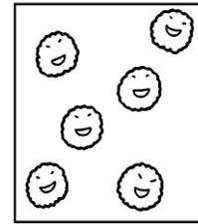
冬休みに入っても、学校がある日と同じように、早寝、早起き、朝ごはんを心がけて、かぜ予防のために手洗い、うがいを徹底しましょう。また、年末年始は、いろいろなものを食べる機会も増えると思います。食べすぎには気をつけましょう。

### ◆◆◆給食使用予定食材 産地表(12月)◆◆◆

しょうが	宮崎、高知	じゃがいも	北海道	だいこん	千葉
にんにく	青森	こまつな	千葉、茨城	ごぼう	青森
キャベツ	千葉、愛知	しめじ	長野	みかん	佐賀
にんじん	千葉	きゅうり	千葉、茨城	ぶたにく	茨城
たまねぎ	北海道	ながねぎ	千葉	とりにく	岩手

## 冬の食中毒

### ノロウイルスに注意！



ノロウイルスはウイルスの中でも小さく、球形をしています。冬に流行することが多く、感染するとおう吐や下痢などを起こします。予防には右表のように、手洗いや食品の十分な加熱が大切です。



### ★おうちの方へ★

全国的に、感染性胃腸炎が流行しています。お腹が痛い・下痢をしている・気持ちが悪い(吐き気がする)などの症状が少しでも見られましたら、登校させないように引き続きご協力をお願いいたします。



## 食物アレルギーとは

食物アレルギーは、アレルゲン(アレルギーを引き起こす物質)となる食物が体内に入ることによって起こります。本来、栄養となるはずの食物が、異物と見なされて排出しようとするために、アレルギー症状が起こる現象のことです。



### ★おうちの方へ★

食物アレルギーの内容が変更になる場合には、かならず「管理指導表」が必要になります！

おうちで食べてみて症状が見られなかったり、該当食材が給食に出ないものであっても、かならず医師の診断を受けていただく必要があります。

冬休みを利用して、ぜひ受診してください。子どもたちが安心して学校生活を送れるよう、ご協力をお願いいたします。

