



令和5年6月9日

HPアドレス: https://www.togk.or.jp

(公財)鳥取県学校給食会

鳥取市安長字前内387-1

(TEL) 0857-23-7084

(FAX) 0857-27-8040

E-mail: kenkyu@togk.or.jp

令和5年度第1回理事会について

去る6月7日(水)、令和5年度第1回理事会を開催し、令和4年事業報告及び決算報告を中心に全議案慎重審議いたしました。

当年度は、まだまだ新型コロナウイルスの影響を受けながらも、イベント行事や各種事業に取り組みました。未だ開催できていない事業もありますが、少しずつ日常を取り戻しつつあります。

令和5年度に鳥取県で開催される『全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会』に向けて、展示ブース用に作成した「県産魚樹脂レプリカ」や「ふるさと鳥取給食食材マップタペストリー」も取り組みの一つであります。また、本会ホームページもリニューアルさせ、より充実したものとなっております。食材マップに載せているQRコードからホームページのレシピのコンテンツにつながる仕組みとしています。

5月になりコロナに関する規制も緩和されてきましたが、引き続き気を引き締め、事業を展開して参りたいと思いますので、今後ともよろしくお願い致します。

【県産魚樹脂レプリカ】



あじ

白いか

はたはた

6月は食育月間です

食育とは、食に関するさまざまな経験から、食に関する正しい知識や自分に合った食べ物を選ぶ力を身につけ、健やかな生活ができる人を育てることを意味しています。

食べることは、生きるために欠かすことのできないものであり、健康で心豊かな生活を送るためにとても大切なことです。



家庭でできる食育



Table with 3 columns: 親子でクッキング, 一緒にお買い物, みんなで囲む食卓, 食後のお手伝い, 野菜の栽培・収穫

是非、食育月間に家庭でできる食育を取り組んでみてはどうでしょうか。

学校給食レシピ紹介

今月号では、大山学校給食センターの「あごのつみれ汁」をご紹介します。

飛ぶ魚から「トビウオ」と呼ばれますが、山陰地方や九州、関西地方では「アゴ」と呼ばれます。「アゴ」と呼ばれるようになった由来は諸説ありますが、顎(あご)が落ちるほど美味しいからとも言われます。

これから旬を迎えるとびうおのつみれ汁を是非ご家庭でも作ってみてください。

次号では、鳥取大学附属学校給食センターのレシピを紹介予定ですので楽しみに!



食中毒の発生しやすい季節になりました!

6月から8月は気温や湿度が高くなり、細菌による食中毒が増えます。食中毒は、原因となる細菌が食べ物に付着して、体内に侵入することによって発生します。細菌を食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」が細菌による食中毒予防の三原則です。

家庭でできる梅雨時期の食中毒予防対策

- *帰宅時、トイレから出た後などは手洗いを徹底する
*手拭きタオルは毎日交換する
*調理済みの料理は早めに食べる

- *食材は良く加熱する
*食材は常温で放置しない
*まな板や包丁はしっかり洗浄、消毒する
*冷蔵庫内での長期保管もできるだけ避ける

家庭でも上記のことに注意して、食中毒を予防しましょう!

一晩寝かせたカレーには要注意

カレーを大量に作り、一晩そのまま室温にしている家庭はありませんか?夏はもとより冬でも一晩寝かせたカレーは食中毒がおこりやすいので注意が必要です。

ウェルシュ菌という細菌は空気を嫌う性質があるため、カレーやシチューの鍋底のような酸素が少ない環境で増殖します。ウェルシュ菌自体は本来熱に弱いですが、芽胞(がほう)という丈夫な構造を作ることによって、高温に強く、100度で加熱しても生き残ることができます。その為、食べる前に再加熱しても、完全に菌を殺すことは難しいといわれています。菌をなるべく増やさないことが重要といえます。

そこで、カレーを保存する場合は、ウェルシュ菌が繁殖しやすい20~50度程度の温度帯になる室温で長時間放置しないように、できるだけ素早く粗熱をとって、1回で食べきれぬ分ずつ小さめの容器に小分けし冷蔵保存するようにしましょう。

NO.13

あごのつみれ汁

【材料(4人分)】

- 煮干し 12g
にんじん 20g
たまねぎ 80g
ごぼう 40g
とびうおミンチ 80g
生姜 0.8g
塩 8g
酒 8g
A 塩 8g
でんぷん 6g
白ねぎ 40g
みそ 28g
水 420ml



【ポイント】

給食センターでは、スプーンを使ってつみれを作りながら、お鍋の中に次々入れていきます。手作りのつみれ汁は柔らかく、とびうお以外にも、いわし、さわらなど色々な魚で作ることができます。

【作り方】

- ① にんじんはいちょう切り、たまねぎは5mmのスライス、ごぼうはさがき、生姜はみじん切り、白ねぎは3mmの小口きりにする。
② 煮干しでだしをとり、にんじん、たまねぎ、ごぼうを加え、火を通す。
③ Aを粘りが出るまでよく混ぜ、2.5cm程度のつみれに成形し、②の中に入れる。
④ つみれに火が通ったら、白ねぎとみそを加える。

協力:鳥取県学校栄養士協議会 大山町立大山学校給食センター