



7月給食だより

2025年度
安中市立秋間小学校

暑い時期は食中毒に要注意!

食中毒は、細菌やウイルスが付いた食べ物や、有害・有毒な成分を含む食べ物を食べて、腹痛や下痢、吐き気、発熱などの症状が起ることです。1年のうちでも気温や湿度が高くなる6～9月ごろは、細菌による食中毒の発生が多くなる時期で、特に、作ってから食べるまでに時間があくお弁当は、より一層、衛生面で注意が必要です。以下のポイントに気をつけるとともに、食べる前には必ず手を洗いましょう。

お弁当作りの食中毒防止対策

調理のポイント	手をきれいに洗う	肉以外の食材はよく洗う	おかずは中心部までしっかり加熱する 75℃ 5分以上	作り置きのおかずも再加熱する
詰めるときのポイント	汁気や水分をよく切る	仕切りやカップをうまく利用する	ごはん、おかずは冷ましてから詰める	なるべくすき間なく詰める
保存のポイント	冷蔵庫や涼しいところに保管して、早めに食べる		持ち歩くときは、保冷剤・保冷バッグを利用する	

★七夕の行事食—そうめん—



毎年7月7日は、五節句の一つ「七夕」です。中国から伝わった「織姫と彦星」の伝説や、日本の「棚機つ女」の伝説がもとになった行事で、機織りの糸や、夜空に浮かぶ天の川に見立てて「そうめん」を食べる風習があります。暑さで食欲がわきにくいこの時期に、のどごしよく食べやすいそうめんは、ぴったりの行事食です。季節の野菜や卵、ハムなどと合わせると彩りがよくなり、栄養バランスも整います。



★今年度より安中市の学校教育において「地域とともにある特色ある

学校づくり」を大きなテーマとして「ふるさと安中みらい学」に取り組んでいます。

学校給食では、今までも安中産の食材を積極的に取り入れていますが、あらためて、子どもたちに安中産の食材を伝え、おいしく食べることで、給食でもふるさと安中を知ってもらいたいと考えています。作り手の紹介動画とともに、安中の食材をたっぷり使った給食を味わってください。

7/1 ふるさと安中いっぱいこんだて

秋間梅林のうめを使ったサラダ。給食のうめは、すべて安中産です。

安中市には5つの養豚場があります。この日の豚肉は、安中そだちの銘柄豚「下田ポーク」です。

安中産の品種「ゆめまつり」は、ほじよい粘りとさっぱりとした食感が特徴。よくかんで、味わってみよう。

「ゆめとキリン」のさばりサラダ。ぶた肉の「ごはん(安中米)」。

安中のご当地マヨネーズ「とあし」の頭文字の食料が入った汁のなす、しいたけ、ねぎ。安中産です。

安中産の食材をたくさん使った給食です。地元の食材を食べることは、いいことがいっぱい。安中市で作られている食材を知り、ふるさと安中のよさを給食でも知りましょう。

7/8 ふるさと安中いっぱいこんだて

安中産のたまねぎ、なす、ミニトマトを使ったカレーです。かくし味に秋間の梅ジャムも入っています。

秋間のうめは、梅ぼし、梅ジャム、ねり梅などに加工されます。この日のサラダは、梅ぼしを塩づけする時に上がってくる梅の液体「うめ酢」を使います。

安中産の品種は、「ゆめまつり」です。

「安中やさいカレー」。

「ツナサラダ」。

安中市は、土も気候もよいので、色々な農産物がおいしく育ちます。ハデさはないけど、いつもの食料が、いつもおいしい。それが、ふるさと安中のよさでもあると思います。