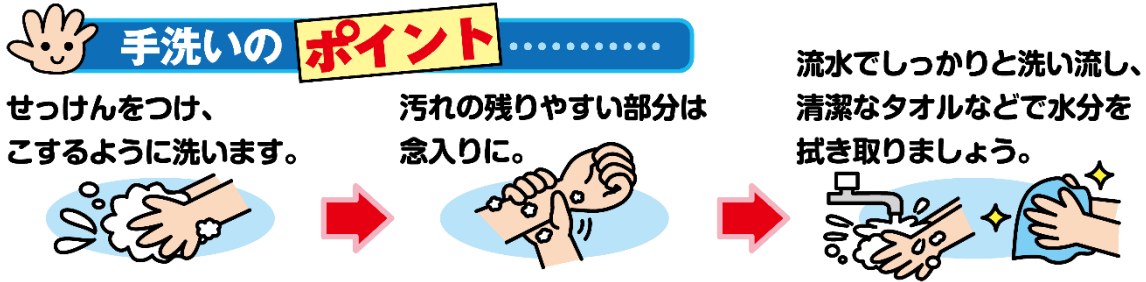


## 手洗いは感染症予防の基本です！

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。いろいろなものに触れる手は一見きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさんついています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、食事の前にはきちんと手を洗いましょう。



浦和大里小学校では給食の配膳前に手のアルコール消毒をしていますが、消毒の前の手洗いが疎かになっている児童も見られます。アルコールにはある程度の消毒作用がありますが、手に汚れが残っていたり、手洗いした時の水分が残っていたりすると、十分な消毒効果は得られません。まずは基本の手洗いをしっかりできるように心がけましょう。

### ☆給食のレシピを紹介します☆

「みそポテト」は11月に実施した秩父地方の郷土料理です。おかずにもおやつにもなる一品です。ぜひご家庭でも作ってみてください。

#### 【みそポテト】

材料	分量 (g) 一人分	作り方
じゃがいも (いちょう切り)	60	①みそ～水までを混ぜて加熱し、たれを作る。 ②小麦粉～水まで混ぜて衣を作り、じゃがいもに絡ませる。 ③②を油で揚げる。 ④たれと揚げたじゃがいもを絡ませて完成。 ＊浦和大里小ではきび糖を使用しています。上白糖で代用してください。また、米粉が無い場合は小麦粉の量を増やしてください。 ＊給食では衣が厚いと温度が上がりにくいので薄目に仕上げています。 ★ご家庭でお好みに合わせて調節してください★
揚げ油	適量	
小麦粉	2	
米粉	2	
水	5	
みそ (赤)	3	
きび糖	3.5	
しょうゆ	0.3	
水	3	

### ☆給食室より☆

11月、4年生は特別活動「楽しい食事」で食事のマナーについて学びました。食事の時のあいさつ、食べ方や姿勢、声の大きさなど、クラスみんなが楽しく気持ちよく給食時間を過ごすためには、どういうことに気を付ければいいのかを考えました。ご家庭でも普段どんな食べ方をしているのか等、食事のマナーを振り返ってみましょう。