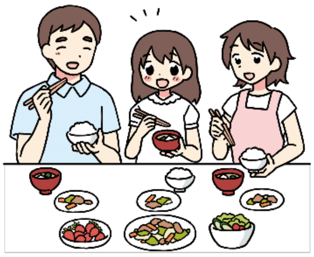
給食だより６月

毎年６月は「食育月間」となっています。また，毎月 19 日は，「食育の日」です。

食育とは，心や体の健康を守るために食べることについてのいろいろな教育を行うことをいいます。食育の日や食育月間によりよい食べ方や食の大切さについて考えてみませんか？

6月は食育月間です！

食事を楽しみましょう♪



家族や友人と一緒に楽しい話をしながら食事をすると心が落ち着き，リラックスできますね。家族や友人と一緒に食事を楽しみましょう。

食べ物について知りましょう♪

料理が出来上がるまでには，たくさんの人々がかかわっています。食材を作ってくれる人々や食事を用意してくれる人々に感謝の気持ちをもって食べていますか？食事のあいさつも忘れずに・・・

朝ごはんを食べましょう♪

特に小中学生の食生活は一生を健康に過ごしていくためにとても大切です。

毎日，規則正しく食事をしていますか？ 朝ごはんは必ず，食べましょう。

ふるさとの味を知って,伝えましょう♪

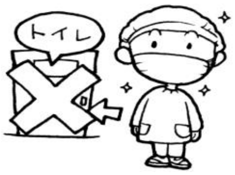
私たちのふるさとには，その土地に合わせた豊かな食文化があります。それを知り，周りの人々へ伝えていきましょう。

✿給食の時にも衛生に気をつけましょう✿

1．みじたくを整えて・・・

清潔な白衣，帽子，マスクを身につけましょう。

白衣を着たままトイレに行ってはいけません。トイレはみじたくをする前にすませてね。



2．換気をしよう！

６月は雨が多く，窓を開けることが少なくなり，教室の空気も汚れています。

給食前には空気の入れ替えをしましょう

3．はいぜん台をきれいにしよう！

給食のはいぜん台を給食用のバケツと台ふきんを使って，きれいにふきましょう。

4．つめはこまめに切ろう！

つめの間は汚れがたまりやすい所です。手洗いの前にまずはつめを切っておきましょう。

5．石けんで手をよく洗おう！

食事の前には必ず手を洗いましょう。

トイレの後や当番さんはとくに丁寧に！

６月は食中毒などの発生しやすい時期です。給食の時には手洗い・みじたくに注意をしてください。教室内の環境を整えることも食中毒などの発生予防になります。