

給食だより 6月号

令和4年6月

高根台第二小学校
給食室

「衛生に気をつけて食べよう」

一番の基本は「手洗い」です。トイレにいった後、外から帰ってきたとき、そして給食の前には必ず手を洗いましょう。きれいに見えても、目に見えない菌がたくさんついていきます。石けんでよく洗い、手洗い後は髪の毛や上ばきなどはさわらないようにしてください。

きれいに手を洗おう!!



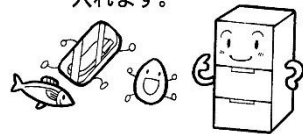
石けんをよく泡立てて、手のひらや手の甲をしっかりと洗います。忘れがちな指と指の間、つめ、手首もよく洗って、水で洗い流します！

家庭で実践！食中毒を予防するために

菌を につけない
基本は手洗いです。



菌を 増やさない
購入の後はすぐに冷蔵庫に入れます。



菌を やっつける
調理の時は十分に加熱を。



5月27日に1年生と4組さんがグリーンピースのさやむき体験

をおこないました。当日の給食に提供しています



1口30回！？ ~かむとうれしい4つのこと！~

給食の時間に「1口30回を目標にしてかみましょう！」と言われることがありますね。それは、たくさんかむと4つのうれしいことがあるからです。

- ①消化を助けてくれる！
- ②脳のはたらきを良くする！
- ③肥満を予防できる！
- ④むし歯を予防できる！

健康な体でいるためにも、よくかんで食べるようにしましょう！