食育だより

令和８年
６月号

（毎月19日は食育の日）

船橋市立薬円台南小学校

衛生に気をつけよう

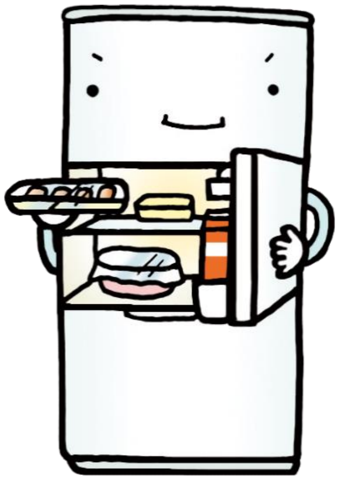
梅雨入りが近づいてきました。これからは気温と湿度が高くなる日が増えていきます。暑さや天候の変化で体調を崩しやすくなる一方、食中毒の原因となる細菌は活発になり、増えやすくなります。食中毒を予防するため、こまめな手洗いや換気を心がけるなど、衛生管理を引き続き行いましょう。

食中毒予防の3原則

つけない！

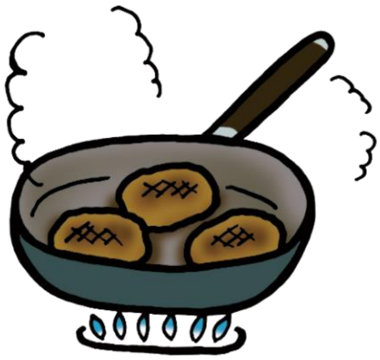
調理前の手洗いはせっけんでしっかりと。まな板、ふきん、シンク周りなど調理器具や台所の衛生に気を配り、いつも清潔に保ちましょう。

増やさない！



調理してから食べるまでの時間はできるだけ短くしましょう。どうしても保管が必要な場合は冷蔵庫に。ただし、早めに食べきりましょう。

やっつける！



中まで十分に加熱して食べましょう。まな板はなるべく肉・魚用とその他のものと分け、使った後は熱湯や塩素系消毒剤でこまめに消毒しましょう。

●食中毒菌などによる汚染は、食品のにおいや色、味の変化からは見分けがつかないことがあります。抵抗力の弱い小さな子どもや高齢者のいるご家庭ではとくに注意が必要です。油断をせず、この3原則をしっかり実行しましょう。

＊学校給食の衛生管理は「学校給食衛生管理基準」（文部科学省）に沿って実施されます。

1年生がそらまめのさやむきをしました！

５月 15 日（金）に１年生が「そらまめのさやむき」をしました。事前に学校司書の田辺先生による「そらまめくんのベッド」の読み聞かせもあり、子どもたちは楽しみにしていました。

むいてもらったそらまめは、 給食時間に間に合うよう調理員さんが塩ゆでにしてくれました。

給食時間には、「おいしい！」という声がたくさん聞かれました。また、普段は野菜が苦手であまり食べられない子が、「そらまめは食べられたよ」と、うれしそうに教えてくれました。１年生のみなさんありがとうございました。

そらまめは、空に向かって実がなることから、「空豆」と書くといわれています。

１年生の感想

- えほんとおなじで、ふわふわしている。
- はっぱみたいなにおいがするね。
- おおきいそらまめとあかちゃんみたいなちいさいそらまめがいるね。
- たのしかった。またやってみたい。
- はやく、きゅうしょくでたべたい。

6月は食育月間

よくかんで食べよう

６月４日～１０日は「歯と口の健康週間」です。本校の給食では、かみごたえのある食べ物、歯や骨を丈夫にするカルシウムを多く含む食べ物を取り入れた献立を実施します。