

6月給食だより

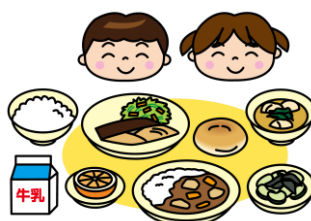
令和6年度 6月号
佐賀市立川上小学校



6月に入り、1学期も半分を過ぎました。日に日に蒸し暑い日が多くなり、梅雨の季節を迎えます。梅雨の時期の高温多湿な環境は食中毒が発生しやすくなりますので、給食室ではよりいっそうの衛生管理を行いながらの作業を心がけています。給食時間も正しい手洗いと清潔な身だしなみで衛生に気をつけて過ごしましょう。

安全に楽しく給食を食べるために

食べることはごく当たり前のことで、「かんで飲み込む」という動作を意識しながら食べている人はあまりいないかもしれません。ですが、食べ物の形状によっては、よくかまずに飲み込んでしまうと窒息する危険性があります。給食を安全に楽しく食べるために、以下のことに気をつけましょう。



食べるときに注意が必要な食品



★歯の生えかわりでよくかめない人は、箸やスプーンで小さくする、パンは一口大にちぎる、口に詰め込み過ぎないなど、特に気をつけて食べましょう。



食中毒を予防しよう！

気温や湿度が高くなる梅雨時は、食中毒の原因となるカビや細菌などの微生物が活発になるため、衛生面に特に気を配る必要があります。食事や調理の前にはせっけんで手をきれいに洗い、料理を作ったら室温に放置せず、早めに食べきるか、冷蔵庫などで衛生的に保存することが大切です。

せっけんを使っていない洗い、清潔なハンカチやタオルで水分をふきましょう。



ハンカチの、かしかりはやめましょう。ばい菌は人から人へとうつって広がっていきます。



給食時間も衛生に気をつけよう！

給食当番は人の食べるものを準備する仕事です。衛生に特に気をつける必要があります。手あらい、身じたくはきちんとできているけれど...



トイレの中は、ばい菌がいっぱいです。エプロン・ぼうし・マスクをとってからいきましよう。

ゆかは、ばい菌だらけです。エプロンはいすの上か、立ったままでたたみましよう。

おうちのかたへ...



給食着は当番の時に服がよごれないように、服についたほこりなどが給食に落ちないようにするために身につけています。当番になったら、週末に給食着を持ち帰りますので、次にお子さんが気持ちよく着られるよう、洗濯をお願いします。(しわになりにくい素材でできているので、柔軟剤やアイロンがけは不要です) 次の登校時に、忘れずに持たせてください。

6月4日～10日「歯と口の健康週間」

健康な心と体をつくるためには、食事をバランスよく食べることが基本です。しかし、歯と口が健康でないと、おいしく食べることができない上に、食べ物がきちんと消化されず、栄養を十分に吸収することができません。子どものころから、しっかりよくかんで食べる習慣をつけ、健康な歯と口をはぐくみましよう。

健康な歯と口をつくる食生活のポイント



かたい物をよくかんで食べる

目安は一口30回!

骨や歯のもとになるカルシウムをとる



好き嫌いせずにバランスよく食べる



食べたらしっかり歯をみがく

