

きゅう しょく

給食だより

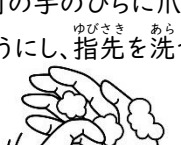
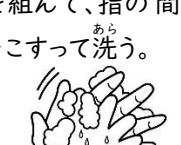


れいわ ねん がつごう
令和5年 7月号
あいけんりついちのみやろうがっこう
愛知県立一宮聾学校

む あつ ひ つづ つ ゆ あ ま どお
蒸し暑い日が続く、梅雨明けが待ち遠しいですね。規則正しい生活と、栄養バ
ランスのとれた食事に気を付け、体調を整えましょう。楽しい夏休みが、すぐそこで待
っていますよ。

こんげつ きゅうしょくもくひょう ただ て あら いま き せつ き おん しつ
さて、今月の給食目標は、「正しい手洗いをしよう」です。今の季節は気温や湿
ど たか しょくちゅうどく お きん げん き かつどう しょくじ まえ
度が高く、食中毒を起こす菌やウイルスが元気に活動しています。食事の前はもち
ろん、外で遊んだ後やトイレの後にも、石けんを使ってしっかりと手洗いをしましょう。

ただ て あら 正しい手洗い やってみよう！

①手を水でぬらし、石けんや ハンドソープをつけて泡立て る。 	②手のひら・指の腹をこす て洗う。 	③手の甲・指の背をこす て洗う。 
④手首をこすって洗う。 	⑤反対の手のひらに爪を立て るようにし、指先を洗う。 	⑥指を組んで、指の間や付 け根をこすって洗う。 
⑦泡をよく洗い流す。 	⑧清潔なハンカチやタオル でふく。 	

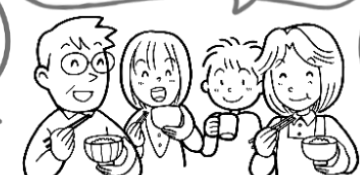
こんげつ しょくじ こうざ しょくじ とき わ だいえら 今月の食事マナー講座「食事の時の話題選び」

か ぞく ともだち しょくじ だん き かい よ き も
家族や友達との食事は、「団らん」の機会でもありますね。良い気持ち
で食事ができるようにするには、どんな話題が良いと思いますか？

きょう がっこう
今日、学校で
こんなことを習ったよ。

この料理、旬の野菜
が入っているね。
おいしいね。

この前のお出掛け、
楽しかったね。
次はどこへ
行こうかな？



しょくちゅうどく よ ぼう げんそく 食中毒予防の3原則

しょくちゅうどく お き せつ げんそく まも しょくちゅうどく よ ぼう
食中毒が起こりやすい季節です。3原則を守って、食中毒を予防しましょう。

しょくちゅうどく げんいん きん
食中毒の原因となる菌やウイルスを…

つけない！



ちょうり まえ せっ て
調理の前には石けんて手
あら ちょうり きぐ
を洗いましょう。調理器具
だいどころ せいけつ
や台所は、いつも清潔に
しておきましょう。

ふ げんそく
増やさない！



ちょうり
調理したものは、できるだ
はや た
け早めに食べましょう。す
ぐに食べないときは、冷蔵
こ ぽん
庫で保管しましょう。

やっつける！



とく にく なか
特に肉は、中までしっかり
か ねつ がいしょく
と加熱しましょう。外食で
も、できるだけ生・半生で
た はんなま
食べないようにしましょう。