



が つ きゅうしょく 6月給食だより



しりつうじいえしやうがっこう
さくら市立氏家小学校

そろそろ梅雨入り^{つ ゆ い}が^きなる時期^{し き}になりました。毎日雨^{まいにちあめ}が降り続く^{ふ つづ}梅雨時^{つ ゆ どき}には、細菌^{さいきん}が繁殖^{はんしよく}しやすく、食中毒^{しょくちゅうどく}が起こりやすくなります。

食中毒^{しょくちゅうどく}や、新型コロナウイルス^{しんがた}の感染^{かんせん}を予防^{よぼう}するために、清潔^{せいけつ}な身支度^{みじたく}で給食^{きゅうしょく}の準備^{じゅんび}をしましょう。給食^{きゅうしょく}の前^{まえ}には、石けん^{せっけん}を使っての手洗い^{てあら}と消毒^{しょうどく}をして、食べる直前^たまで、食べた後のマスク^{あと}の着用^{ちやくよう}など各自^{かくじ}が心がけてい^{こころ}きましょう。

が つ きゅうしょくもくひょう 6月の給食目標 【きれいに手を洗って食べよう。】

ただ^{ただ}てあら^{てあら}正しい手洗い・きれいな身支度^{みじたく}をして準備^{じゅんび}・片付け^{かたづけ}を清潔^{せいけつ}に行い^{おこな}ましょう。

とうばん^{とうばん}さんは、せいけつ^{せいけつ}はくい^{はくい}清潔な白衣^{はくい}をきちんと着^きていますか？

せっけん^{せっけん}をつか^{つか}って手をきれいにあら^{あら}洗^{あら}いましたか？

かみ^けの毛^けはぼうし^{なか}の中^{なか}に入^{はい}っていますか？

はいぜんだい^{はいぜんだい}配膳台^{はいぜんだい}をきれいにふ^ふきましたか？

つめ^きが切^きってあります^あるか？

だいちょう^{だいちょう}体調^{たいちょう}はよいですか？

きちんとマスク^{マスク}をつけていますか？
マスク^{マスク}で鼻^{はな}と口^{くち}をお^おいましょう。

よくかんで食べよう。

よくかんで食べることは、からだによいことがたくさんあります。
ふだん^{ふだん}の食事^{しょくじ}から、よくかんで食べることを心^{こころ}がけましょう。

よくかんで食べるとよいこと

① 脳の働き^{のう はたら}を活発^{かつぱつ}にする。



② 食べすぎ^たをふせぐ。



③ 消化^{しょうか}を助^{たす}ける。



④ むし歯^ばをふせぐ。



⑤ 味^{あじ}がよくわかる。



よくかんでたべよう



「食育^{しょくいく}」は生きる上^いでの基本^{きほん}であって、知育^{ちいく}、徳育^{とくいく}、体育^{たいいく}の基礎^{きそ}となるものです。
6月^{がつ}は食育^{しょくいく}月間^{げっかん}です。家族^{かぞく}で食^{しょく}について話題^{わだい}にしてみませんか。