

6月 給食たより

令和8年5月29日
台東区立金竜小学校

みなお 見直そう! 噛むことの大切さ!

みなさんの歯は健康ですか? 歯は、食べ物をしっかりおいしく味わうためにとっても大切です。よく噛むとよいことがたくさんあります。普段からよく噛んで食べられるように、意識していきましょう。

味覚の発達
むし歯予防
食べ過ぎ防止
脳の活性化

こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標

み 身のまわりや手をきれいにしましょう

一見汚れていないからといって、給食前の手洗いをおろそかにしたことはありませんか? 人の手には、目に見えない細菌がついているので、手洗いをしないと食中毒を招くことがあります。特に梅雨時のこの時期は、食事前にきちんとした手洗いを習慣づけるようにしましょう。

手洗いを効果的にするためのポイント

- 必ず石けんを付けて洗きましょう。
- つめは伸ばさずに、短く切る習慣をつけましょう。
- 指先やつめ、指の間、手首など洗い残しやすい部分に気をつけます。
- ふく時は清潔なタオルやハンカチを使います。貸し借りはしません。

蒸し暑くなる季節 食中毒予防三原則を守ろう!

気温や湿度が高くなると、食中毒を引き起こす細菌類が繁殖しやすくなります。食中毒を予防するには、菌などを「**付けない・増やさない・やっつける**」が大切なポイントです。

付けない!
料理の前はせっけんで手洗い。包丁やまな板などは、加熱する肉・魚と野菜とで使い分けをする。

増やさない!
料理をしたらすぐに食べる。保存する場合は冷蔵庫で。なるべく早く食べきる。

やっつける!
食材は中心までしっかり火を通す。とくに肉類の生焼けには注意する。

グリーンピース&そらまめのさやむきをしました!



1, 2年生のみなさんがさやむきの体験学習をしました。どちらの学年も豆や さやをよく観察をしながら、楽しそうにむいていました。給食の時間には、全校で春の味覚を味わうことができました。

エプロン等、ご準備、ありがとうございました。

ゆでそらまめでいただきました!

給食試食会があります

6月11日(木)に、1年生の保護者の方を対象とした給食試食会があります。給食当番と同じように、配膳を体験していただきますので、エプロンとマスクをお持ちください。どうぞよろしくお願いします。