

給食だより こうたけ



平成30年6月6日発行

日南町立学校給食センター

イラスト出典：少年写真新聞社SeDoc・日南町

6月^{がつ}は、食育^{しょくいく}月間^{げっかん}です。毎日^{まいにち}当たり^あ前^{まえ}に行^{おこな}っている日常^{にちじょう}の食事^{しょくじ}ですが、これを機会^{きかい}に自分^{じぶん}の食事^{しょくじ}、家族^{かぞく}の食事^{しょくじ}について、ちょっと見直^{みなお}してみませんか？ 新^{あら}たな発見^{はっけん}や気づき^きがあるかもしれませんね。そして、日南^{にちなん}の旬^{しゅん}の食材^{しょくざい}を囲^{かこ}んだ家族^{かぞく}の楽しい会話^{かいわ}は、子ども達^{こどもたち}にとって何^{なに}よりもごちそう^{ごちそう}です。できれば1日^{いちにち}に1回^{いちど}、忙^{いそが}しくてなかなかできないお家^{うち}も、3日^{さんじつ}に1回^{いちど}、週^{しゅう}に1回^{いちど}、そんな時間^{じかん}をみんな^{みんな}で味わ^{あじ}えるとよいですね。



見直そう！『食』の大切さ！

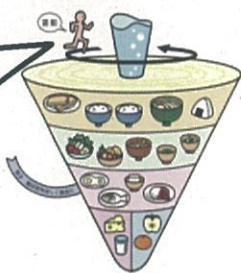
○食を通じたコミュニケーション○



みんなで食^たべると、
おいしいね！
たの
楽しいね！

○バランスのとれた食事○

主食^{しゅしよく}・主菜^{しゅさい}・副菜^{ふくさい}
が、なるべく毎食^{まいしょく}
そろうといいね！



○望ましい生活リズム○

毎日^{まいにち}バランスのよい
朝ごはん^{あさ}を食^たべて、
げんき
元気^{げんき}いっぱい！！



○食を大切に^きする気持ち○



いただいているのは、
「いのち」・・・。
自然^{しぜん}の恵^{めぐ}みや、食^たべ物を
つく^とったり取^とったりして
くれた人^{ひと}に感謝^{かんしや}をします。

○食の安全○

給食^{きゅうしょく}は、安全^{あんぜん}にできるよう、
様々^{さまざま}なチェック体制^{たいせい}を整^{ととの}えて
います！



表示^{ひょうじ}を見て、
なっとく^{なっとく}して買^かいます。



～毎月^{まいつき}19日^{にち}は食育^{しょくいく}の日^ひです。早寝^{はやね}・早起^{はやお}き・朝ごはん^{あさ}に始まり、食事^{しょくじ}の大切^{たいせつ}さを見直^{みなお}しましょう！～

食中毒を予防しよう！！

これからの季節、温度と湿度の高まりからくる食中毒への対応が必要ですが、今年は温かくなっても感染性胃腸炎が流行しています。食中毒予防の三原則に気をつけ、食中毒を予防しましょう。

食中毒予防の三原則

気温や湿度が高くなると、細菌性の食中毒の発生が多くなります。予防するためには、石けんでしっかり手を洗い（つけない）、食品は低温で保存し（増やさない）、しっかり加熱する（やっつける）ことが大切です。



つけない



増やさない

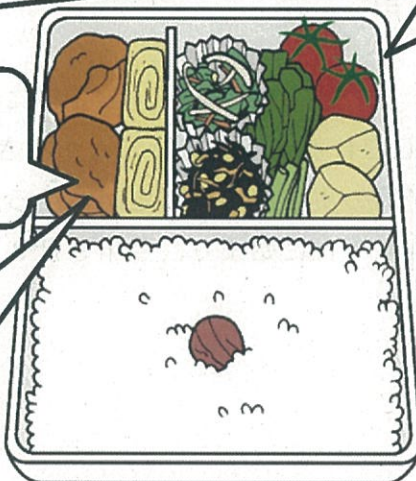


やっつける

お弁当の衛生ポイント☆

半熟・半生は厳禁！加熱後はよく冷ましてから詰めよう！

加熱後の料理は、素手でさわらないよう、はし等を使って詰めよう！



生ものは、取り扱う寸前に石けんで手洗いをして扱おう！

保冷剤や凍らせたゼリー等を使って、できるだけ温度を低く保とう！保管は涼しいところで…。



食育クロスワード

□に当てはまる漢字を考えてみよう

1		B 6		10	D 12
	番		7		事
2	5			11 剛	
		局	9		C 13
3			8		
4 A				者	

タテのカギ

- 1 順番の最初。
- 2 甘いものの食べすぎ。痛いよー。
- 3 ドラッグストアのこと。
- 4 たくさん腐ってきた。
- 5 親または親のかわりになる人。
- 6 心身が強くてくましいこと。
- 7 食べること。
- 8 部屋の中。

ヨコのカギ

- 1 じゃがいもを〇〇〇に切る。
- 2 自に入れる液体。
- 3 〇〇医院、英語でdental clinic
- 4 運動会は、〇〇延期です。
- 5 動物〇〇週間。
- 6 学校で興味が悪い時に行くところ。
- 7 おやつのこと。

ABCDの漢字を当てはめてみよう。どんな言葉が出てくるかな？

A □ と B □ の C □ 康週 D □

6月4日～1週間！

ヒントは一生もののボク

だよ！大切にしていね。

