

# きゅうしょくだより

大阪市立南百済小学校

令和8年 6月



6月は、気温も湿度も高いので、「ばいきん」が増えやすい季節です。

給食の準備をする時や食べる時などに気をつけてほしいことがあります。

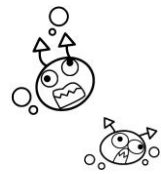


## しっかり手をあらおう！

どうして手をあらわないといけないの？



手をあらわないでいると、よごれた手で食べものをさわるので、ばいきんなどがそのまま口に入ることになるね。パンやくだものは手を使って食べるから、きれいな手で食べようね。



どんな時に手をあらえばいいの？



食べる前や食べた後、トイレの後だけでなく、あそびの後やそうじの後もあらうといいんだよ。



### 上手な手のあらいかた



① せっけんをあわ立て、手のひらをよくこすり合わせましょう。



② 手のこは、もう一方の手のひらでこすりましょう。



③ ゆび先とつめの間は、つめを立てて、手のひらをかきよように。



④ 手を組み、両手のゆびの間をこすり合わせましょう。



⑤ 手首はぐるぐる回しながらこすって、あらいましょう。



⑥ せっけんのあわをきれいな水で、ながしましょう。



⑦ せいけつなハンカチで手をふきましょう。



給食の前には、手をあらった後にアルコールで消毒しましょう。



6月20日  
10時40分  
くろもえ  
401号室

## 6月は、食育月間です！

毎年6月は、食を見直す食育月間です。そして毎月19日は、食育の日となっています。今月は食育月間なので食べものについて考え、振り返ってみましょう。

1. 朝ごはんを食べていますか？
2. 何でも好き嫌いなく食べていますか？
3. 食べ残しをしていませんか？
4. 昔から伝わる料理を食べていますか？  
☆給食では、魚・豆・野菜・海そうを使った料理(和食)がでます。



## 給食当番「身じたく



### あなうめ」クイズ！

○の中に入ることを考えてみましょう。

- ① ○○は、短く切りましょう。
- ② せいけつな○○○○を着ましょう。
- ③ ○○○○は、ぼうしにきちんと入れましょう。
- ④ ○は、きれいにあらいましょう。
- ⑤ ○○○をわすれずにつけましょう。

★ 給食当番の人は、みんなの給食を運んだり、もりつけたりするので、せいけつにすることが大切です。