



こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標

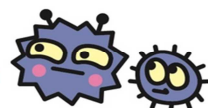


てをきれいに洗い、清潔を心がけよう

梅雨入りも間近です。これからは気温と湿度が高くなる日が増えてきます。
食事前の手洗い、清潔なハンカチの準備など身の回りの衛生に十分注意しましょう。また、病気に負けない強い体を作るために食事・運動・睡眠に気をつけた生活をしましょう。



て あら しょうくちゅうどく びょうき よぼう きほん
手洗いは、食中毒や病気予防の基本です！



手洗いの目的は、手から汚れを洗い落とし清潔にすることです。手には、目に見える汚れのほかにも、目に見えないウイルスなどがついていたりすることがあります。体内に細菌やウイルスを持ち込まないようにしっかり手を洗うことが重要です。せっけんを使ってしっかり手を洗うことは、自分の体を病気から守るとても大切な予防方法の一つです。洗い残さないようにしっかりと手を洗いましょう。



せっけんを使って、
ていねいに！
あらあとの清潔なハンカチや
タオルで拭きましょう。



あら のこ おお マル
洗い残しの多い〇の
ぶぶん いしき あら
部分も意識して洗い
ましょう。

*** 6月は「食育月間」***

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。食育は、生きる上での基本で、知育、徳育、体育の基礎となるものです。生涯にわたって健康に過ごすために、「食」について学んでいきましょう。

*** 「食育ピクトグラム」***

食育ピクトグラムとは、国の食育推進基本計画でも重要事項として取り上げられている食育の取組を、わかりやすく表現したもので、農林水産省で作成されました。

食育ピクトグラムを見ながら、できたこと・これから取り組んでみたいことなど、普段の食生活を振り返ってみましょう。



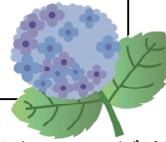
*** もいもい週間 ***

6月18日～24日は、「もいもい週間」です。給食を好き嫌いなくもりもり食べて健康な体を作る、食べ残しを少なくして食品ロスを減らす取り組みです。



給食だより

あきる野市学校給食センター



今月の給食目標

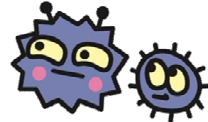
手をきれいに洗い、清潔を心がけよう

梅雨入りも間近です。これからは気温と湿度が高くなる日が増えてきます。

食事前の手洗い、清潔なハンカチの準備など身の回りの衛生に十分注意しましょう。また、病気に負けない強い体を作るために食事・運動・睡眠に気をつけた生活をしましょう。



手洗いは、食中毒や病気予防の基本です！



手洗いの目的は、手から汚れを洗い落として清潔にすることです。手には、目に見える汚れのほかにも、目に見えないウイルスなどがついていることがあります。体内に細菌やウイルスを持ち込まないようにしっかり手を洗うことが重要です。せっけんを使ってしっかり手を洗うことは、自分の体を病気から守るとても大切な予防方法の一つです。洗い残しがないようにしっかりと手を洗いましょう。



せっけんを使って、
ていねいに！
洗った後は、清潔なハンカチや
タオルで拭きましょう。



洗い残しの多い〇の
部分も意識して洗い
ましょう。

6月は「食育月間」

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。食育は、生きる上での基本で、知育、徳育、体育の基礎となるものです。生涯にわたって健康に過ごすために、「食」について学んでいきましょう。

＊「食育ピクトグラム」＊

食育ピクトグラムとは、国の食育推進基本計画でも重要事項として取り上げられている食育の取組を、わかりやすく表現したもので、農林水産省で作成されました。

食育ピクトグラムを見ながら、できたこと・これから取り組んでみたいことなど、普段の食生活を振り返ってみましょう。

1 みんなで楽しく 食べよう 	2 朝ごはんを 食べよう 	3 バランスよく 食べよう 	4 太りすぎない やせすぎない 	5 よくかんで 食べよう 	6 手を洗おう
7 災害に そなえよう 	8 食べ残しを なくそう 	9 産地を 応援しよう 	10 食・農の 体験をしよう 	11 和食文化を 伝えよう 	12 食育を 推進しよう



もりもり週間

6月18日～24日は、「もりもり週間」です。

給食を栄養のバランスよく食べて健康な体を作る、食べ残しを少なくして食品ロスを減らす取り組みです。