給食だより



令和４年
６ 月 号
川内中学校

今年も梅雨の季節がやってきました。この時期は気温の変化も著しく，体がだるく感じたり食欲がなくなったりと体調を崩しやすい時です。また，細菌が増殖しやすい時期でもあるので，食中毒にも注意が必要です。正しい知識を身につけて，食中毒を予防しましょう。

細菌性食中毒予防の三原則
～つけない・増やさない・やっつける～



①つけない

- 手洗いをしっかり
- 調理器具は清潔に
- 食材は分けて保管する

手をきれいに洗えていますか？指先をぬらすだけの手洗いは，かえって菌を増やしてしまいます。

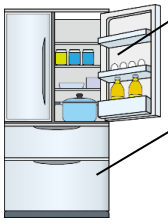


ちょっと湿っている方がすきだよ。



②増やさない

- 調理済みの食品はすぐに食べる
- 適切な温度で保存する



10℃以下（冷蔵庫）
増殖がゆっくりに

−15℃（冷凍庫）
増殖が停止



買ったものは
すぐに冷蔵庫へ

冷蔵庫を過信せずに早めに食べきりましょう。

③やっつける

- 加熱して食べる食品はしっかり中まで火を通す







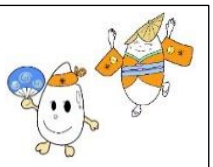
肉や魚を切ったまな板や包丁はよく洗い，煮沸消毒や漂白剤，アルコール消毒をするとさらに清潔です。

6月は食育月間です！

食育とは、生きるための基本であり，知育・徳育・体育の基礎となる健全な食生活を実践できる力を育てていくことです。学校では，主に 6 つの観点から食育を進めています。食に関する体験や知識は様々な機会に学ぶことができますので，ご家庭でも楽しみながら取り組んでほしいと思います。

食事の重要性	心身の健康	食品を選択する力	感謝の心	社会性	食文化
					
食事の大切さ，喜び，楽しさを知る	望ましい栄養や食事のとり方を身に付ける	正しい知識や情報に基づき，品質や安全性を判断できる	食べ物を大切にし，感謝の心をもつ	協力し，他人を思いやり，豊かな人間関係をつくる	地域の産物や食の文化・歴史を理解し，大切にする

★<u>徳島市教育委員会学校教育課・体育保健給食課よりお知らせ</u>★



【徳島市学校食育パネル展】を開催します。
日時：6 月 11 日（土）～6 月 13 日（月）　場所：ふれあい健康館１F　きっかけ空間
※11 日（土）・12 日（日）は 9 時～21 時、13 日（月）は 9 時～12 時

【ストローレスの牛乳パックについて】
徳島市では、令和４年４月より環境に配慮したストローレスの牛乳パックを導入しています。身近な学校給食を通して、SDGs を考える機会となったり、実生活へつながるきっかけとなったりするよう、ご理解ご協力をお願いいたします。ただし、この取組は、ストローの使用を全面的に中止するものではありません。ストローレスを実施している学校においても、ストローを使用して飲むこともできますので、希望がある場合は学校にご相談ください。