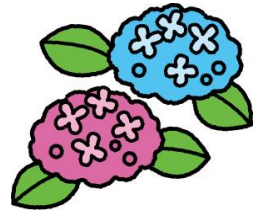


がつ 6月は「食育月間」です！



ごちそうさま

しょくちゅうどく しんぼい
食中毒が心配な
きせつ 季節です！！



《食育とは？》



「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、自ら健康的な食生活を実践していくための力を育てていこうという取り組みです。

食中毒予防の三原則

やっつける

食品の中心部まで85℃で1分以上加熱すれば、ほとんどの食中毒菌などは死滅します。

つけない

念入りに手を洗い、使った調理器具はすぐに殺菌・消毒する。

ふ増やさない

冷たいものは冷たいうちに、温かいものは温かいうちに早めに食べましょう。

毎月19日は「食育の日」ですよ～！



食べることは、子ども達が豊かな人間性を育てていく上で重要です。楽しく食事をした体験は、マナーや食べ物のことを知る良い機会になり、自然のめぐみや「食」に関わる人々への感謝の気持ちも深められます。また、食品に関心をもつことで、食品ロスを減らすことにもつながっていきます。

お子さまと一緒に、食事の大切さやバランスのよい食事について考えてみませんか？



「いただきます！」「よく噛んで食べようね！」「どんな味がするかな？」
食卓での会話から「食育」を始めてみましょう♪

食中毒予防の6つのポイント



- ① 買い物 …… 消費期限など表示を確認する。肉や魚などは、できれば保冷剤や氷を利用し、汁がもれないように分けて包む。購入後は寄り道せず帰宅。
- ② 保存 …… 持ち帰った食品は直ぐに冷蔵庫に入れ、汁がもれないようにし、早めに使いきる。冷蔵庫の温度は10℃以下、冷凍室は-15℃以下に保ち、詰めすぎない。
- ③ 料理の下準備 …… 肉・魚を扱う時はまな板を使い分け、切った後のまな板・包丁は洗って、熱湯消毒などをしておく。作業後は必ず石けんで手洗いする。
- ④ 調理 …… 調理前に手洗いをし、料理の加熱は中心まで十分にする。
- ⑤ 食事の時 …… 食事の前には石けんで手洗いをし、清潔な器具や食器を使う。調理前はもちろん、調理後の食品も長時間室温に放置しない。
- ⑥ 残った食品 …… 残った食品は、清潔な容器に入れ、冷蔵庫に保存し、温め直しも十分に加熱する。時間が経ちすぎたり、ちょっとでもあやしいと思ったら捨てる。



たわらさん 田原産たまねぎ入荷！！



給食では、食育のひとつとして地場産野菜を使用しています！
今年も6月から1ヶ月程度、田原産のたまねぎを献立材料として使う予定です。