



食育だより 9月

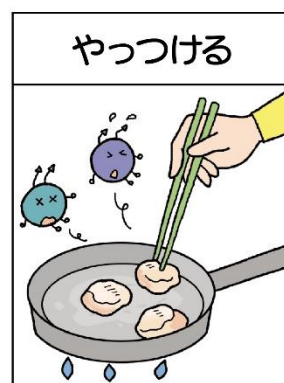


令和7年9月1日
北部共同調理場
(毎月19日は食育の日)

気温や湿度が高いと、細菌が原因となる食中毒が多く発生します。細菌は、温度や湿度などの条件がそろえば食べ物の中で増えて、その食べ物を食べると食中毒を引き起こします。食中毒にならないよう予防を徹底して行いましょう。

食中毒を予防しましょう

食中毒予防の原則は、食中毒の原因菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」です。石けんを使った手洗いを徹底し、食品購入後は早く冷蔵庫に入れて、冷蔵庫を過信せずに早めに食べることで、肉、魚などはしっかりと加熱し、特に肉は中心までよく加熱することが大切です。



清潔な身支度はできていますか？

食中毒を予防するには清潔な身支度も重要です。

学校では、給食の時間の身支度に気をつけましょう。安全で衛生的に給食を配るために、給食の前には「髪の毛が帽子や三角巾から出していないか」「マスクは鼻と口がかくれるようにつけているか」「エプロンや白衣に糸などがついていないか」などの身支度チェックをしましょう。

みんなで協力して給食を気持ちよく食べられるようにしたいですね。

- ・清潔なエプロンと三角巾をつける
- ・長い髪は束ねておく
- ・つめを短く切る
- ・手を石けんで洗う
- ・マスクをする
- ・長い袖はまくっておく
- ・ハンカチやタオルを用意する



髪の毛が出ないように帽子をかぶろう

つめは短く切っておこう

清潔な白衣を着よう



マスクをきちんとつけよう

石けんを使って手を洗おう

ハンカチを持とう

給食に入らないように気をつけよう！



「9月1日は防災の日」

大きな災害が起こると、長い間食品が手に入らないことがあります。食品や水は最低3日～1週間分の備蓄が望ましいといわれています。栄養バランスや家族の好みも考えながら、魚介や肉の缶詰、日持ちするいもや野菜なども備蓄しておきます。食品以外にカセットこんろやビニール袋、ラップフィルムなどがあると便利です。

