

きゅうしょくだより

# ぱくぱく



毎月19日は食育の日

平成27年6月19日  
東葛城小学校

## 6月の目標 衛生に気をつけて食事をしよう

じめじめと、蒸し暑い季節がやってきました。こんな時期は、食よくも落ちてしまいがちです。また、暑くなったり寒くなったりで、体調もくずしがちです。

しかも！食中毒をおこすバイキンが増えやすい季節でもあります。体調がくずれていると、バイキンにねらわれやすいのです…。

バイキンに負けないよう、食事やすいみんなを十分にとって体調を整えましょう！バイキンを寄せつけないために、手をせっけんでていねいに洗いましょう。



わすれないで！！

ゆびのあいだ

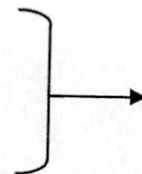
ゆびの先

手くび



### はじめにチェック！

- トイレをすませる
- かみの毛をまとめる
- くつをきちんとはく



- 手を洗う
- エフロンを着る

給食の前に手を洗ったのに、くつをさわったり、かみの毛をさわったり、かべをベタベタさわったりする人をよく見かけます。思い当たる人はいませんか…？手を洗ったから、給食のもの以外はさわらないようにしましょう。



# 6月は食育月間です



## 食べることは生きること

わたしたちの体は、かみの毛一本からつめの先まで、  
 食べたものからできています。すききらいせず色々なもの  
 を食べることで、元気な体が作られます。食べものは、  
 元気に生きるために、とても大事なのです。

## いただきます と ごちそうさま で ありがとう

☆ごはんを作ってくれた人たちに、

ありがとうございます、いただきます

☆ごはんになってくれた食べもののいのちに、

ありがとうございます、いただきます

☆大変な思いをして食べものを集めてくれた人たちに、

ありがとうございます、ごちそうさま

## ごちそうさま のお話

ごちそうさま の「ちそう」とは、いそがしく走り  
 回るという意味です。昔は、車もスーパーも冷蔵庫  
 もなく、ごはんを用意するために、あちこち走り回り、  
 大変な思いをして食べものを集めていました。そのこ  
 とに感謝して、ごちそうさまと言うようになりました。  
 今は昔より便利になりましたが、たくさんの人た  
 ちのおかげさまで、食べものが集められることは同じ  
 です。

自分がいただいたごはんのために、たくさんの人が  
 大変な思いをして食べものを集めてくれたんだなあ、

ありがとうございます。そんな気持ちをこめて、ごちそうさまを  
 言いましょう。

