



# 【6月の給食目標】

## よくかんで食べよう！



気温や湿度が高くなる梅雨時は、食中毒の原因となるカビや細菌などの微生物が活発になるため、衛生面に特に気を配る必要があります。食事の前にはセッケンで手をきれいに洗いましょう。料理を作ったら室温に放置せず、早めに食べきるか、冷蔵庫などで衛生的に保存することが大切です。



## 安全 あんぜん においしく おいしく 給食を食べるために きゅうしょく た

食べることはごく当たり前のことで、「かんで飲み込む」という動作を意識しながら食べている人はあまりいないかもしれません。ですが、食べ物の形状によっては、よくかまずに飲み込んでしまうと窒息する危険性があります。給食を安全においしく食べるために、以下のことに気をつけましょう。

- ★正しい姿勢で食べましょう。
- ★食べやすい大きさにしてから口に入れましょう。
- ★よくかむことを意識しましょう。
- ★食べ物が口に入っているとき、しゃべらないようにしましょう。
- ★食べている人を笑わせたり驚かせたりしてはいけません。
- ★早食いは危険です。絶対やめましょう。

