

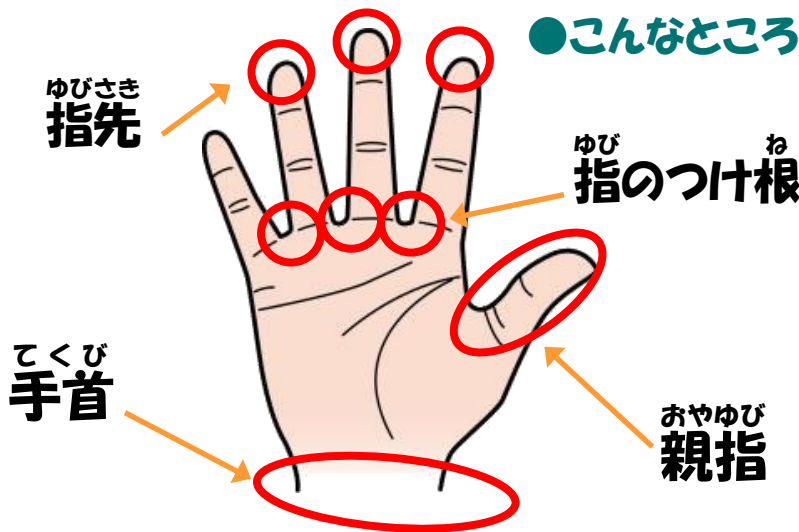
6月給食だより

●発行日●令和元年6月3日発行

●発行者●守谷市立学校給食センター

6月に入り、気温や湿度が高い日が多くなってきました。食中毒の発生が増える季節です。食事の前の手洗い、おはしやスプーンの管理など、衛生管理に気をつけましょう。

手をせっけんできれいに洗いましょう



●こんなところが洗い残しが多い場所です。

- きれいに洗った後は、清潔なハンカチで手をふきましょう。
- 手を洗った後は、食事に関係のないものにはさわらないようにしましょう。

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です

やわらかい食べ物ばかり好んで食べたり、よくかまずに食べたりしていると、あごの成長や歯並びに影響が出てきてしまうこともあります。日頃から、かむことを意識して食べましょう。



噛みごたえのある食品を食べよう！

食物繊維の多い野菜や海藻、きのこ、大豆のほか、干した魚や果物、噛みごたえのある肉など何回もかむ食べ物を積極的に食べましょう。

