

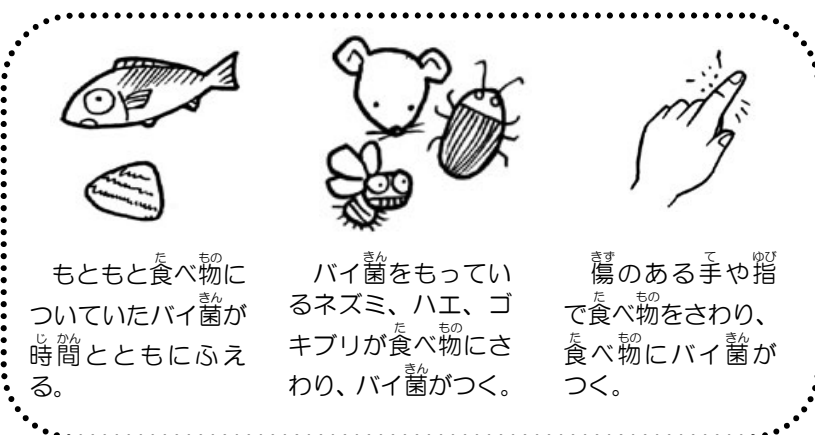
しょくいくだより

平成27年6月
京田辺市学校給食委員会

食中毒に気をつけよう!!

「つゆ」は、一年中でもっとも雨がたくさん降る季節です。ジメジメと蒸し暑いこの季節には、食中毒を起こす細菌が大活躍します。食べ物に細菌がつくと、あっという間にふえます。食べ物の中にこの細菌がついていても、味やにおいとは変わらないため、気づかずに食べてしまい、食中毒になってしまうことがあります。食中毒にならないよう、食べ物のあつかにしっかり気をつけましょう。

なぜ食中毒は起こるのでしょうか？



食中毒にならないためにこんなことに気をつけよう

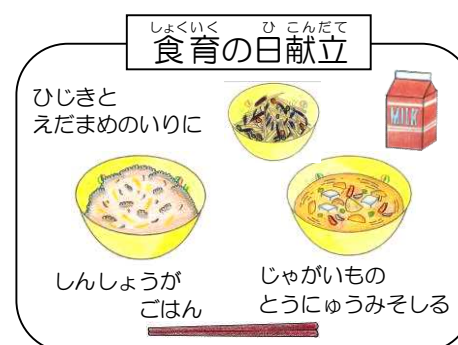
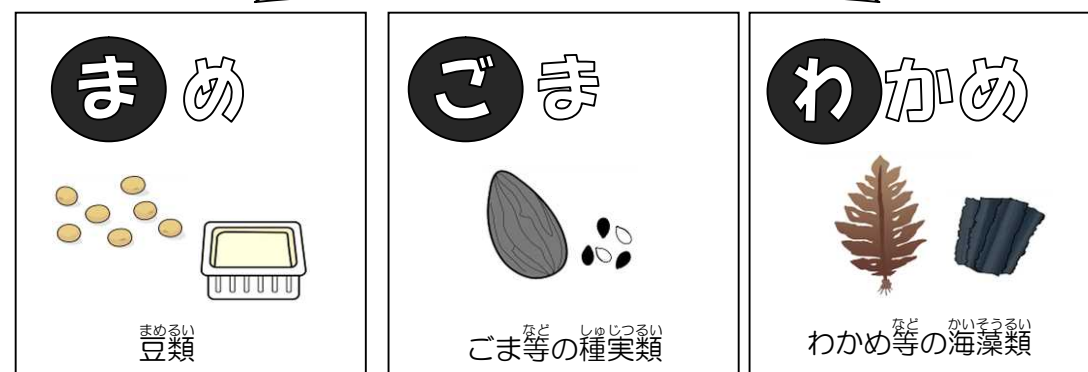


6月は「食育月間」です

6月は「食育月間」です。食べることの大切さについて考える月です。食事は命を支えてくれる大切なものです。みなさんは、栄養バランスのよい食事を毎日3食きちんと食べていますか？

京田辺市の小学校では、6月19日の給食に「食育の日献立」を実施します。この日の献立には、昔から日本でよく食べられてきた食べ物、「豆類、ごま等の種実類、わかめ等の海藻類、野菜類、魚類、しいたけ等のきのこ類、芋類」がすべて入っています。この7種類の食べ物を組み合わせると、栄養バランスがよくなります。

「まごわやさしい」



これらの食べ物の頭文字をとると、『まごわやさしい』になります。しっかり覚えて上手に食事に取り入れよう！

