



運動会はいよいよお天気のもと大成功に終わりました。ゆっくり体を休めることができましたか。  
このあと季節は梅雨に入ります。早寝・早起き、朝ごはんをしっかりと守り、気候に負けずに元気に過ごしましょう。

## 安全に楽しく給食を食べるために

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。給食を安全に楽しく食べるために、以下のことに気をつけましょう。



## 食べるときに注意が必要な食品



★歯の生えかわりでよくかめない人は、箸やスプーンで小さくする、パンは一口大にちぎる、口に詰め込み過ぎないなど、特に気をつけて食べましょう。

