



給食だより

令和7年5月24日
江戸川区立松江第三中学校

6月は梅雨入りの季節です。これから夏に向かって湿気が多く、蒸し暑くなります。しっかり体調管理をして、梅雨を乗り切りましょう。また、高温多湿になると食中毒が発生しやすくなるので注意が必要です。とくに、食事前はしっかり手洗いをしましょう。学校では、ハンカチも忘れずに持ってきて使ってください。

感染症・食中毒予防の基本！

正しい手洗い方法を確認しよう



1 流水で手をぬらした後、せっけんをつけ、手のひらをよくこする	2 手の甲を伸ばすようにこする	3 指先、爪の間を念入りにこする	4 指の間を洗う
5 親指、手首を反対側の手でねじるようにして洗う	6 流水で十分に洗い流し、清潔なハンカチやタオルでふき取る	洗い残しの多い部分は念入りに！ 爪はあらかじめ短く切っておきましょう	



毎年6月は、国が定める「食育月間」です。食育とは、様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

子どものころに身に付いた食習慣を、大人になってから改めるのは簡単なことではありません。生涯にわたって、心身ともに健康で充実した生活を送るには、皆さんの今の時期の食習慣がとても重要です。できることから「食育」に取り組んでみませんか？

食育で育てたい「食べる力」＝「生きる力」



1 心と身体の健康を維持できる 	2 食事の重要性や楽しさを理解する 	3 食べ物の選択や食事づくりができる
4 一緒に食べたい人がある（社会性） 	5 日本の食文化を理解し伝えることができる 	6 食べ物やつくる人への感謝の心

「ペロン賞」開催！！

6月23日(月曜日)から6月27日(金曜日)の5日間に、ペロン賞を開催します。一人一人が「あと一口」を意識して各クラスの給食の残菜を減らそう、という取り組みです。クラスで協力して取り組んでいきましょう。

