



6月給食だより

いたばしくしよくいく
板橋区食育キャラクター



令和6年5月31日
板橋区立高島第二小学校
校長 山藤 知子
栄養士 南光 啓子

6月は雨が多く降り、気温や湿度が上がるため食中毒が増える時期です。

また、季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。手洗い・うがいを心掛け、体調管理に気を付けて元気に過ごしましょう。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

よくかんで食べると、食べ物の味がよく分かっておいしく感じられるだけでなく、肥満予防やむし歯予防につながるなど、体にとっていいことがたくさんあります。

軟らかいものばかりでなく、かみごたえのある食べ物を意識して取り入れましょう。

今月の給食目標 準備の前に正しい手洗いをしよう！

食中毒や風邪などは目に見えない小さな細菌やウイルスが体の中に入ることによって感染します。

病気を予防するためには、こまめな手洗いがとても大切です。

☆☆☆ 正しい手の洗い方 ☆☆☆

- 流水でよく手をぬらした後、せっけんをつけて泡立て、こすり洗いをします。
- 手のひらと甲を合わせて、のばすようにこすりします。
- 指の間・指先・爪の間を念入りに洗います。
- 親指・手首をねじり洗いします。
- 流水で十分に洗い流します。
- 清潔なハンカチやタオルでよくふきとります。



今月のとれたて村給食

ながさきけんさんほ しいたけい
～長崎県産干し椎茸入りうどん～

とれたて村給食とは板橋区がとれたて村から生産者の顔の見える安心・安全な食材を購入して、学校給食に取り入れる食育推進事業だっちい！

今月は長崎県平戸市産干し椎茸を全小中学校に届けるっちい！



残菜調査

板橋区では、学期に1回、残菜調査を実施しています。今回は、6月17日（月）から21日（金）の5日間で実施します。