



食育通信

別海町立上春別中学校
食育担当（服部）
平成25年 7月19日
第10号

☆ 本日19日は「食育の日」

みなさん、こんにちは。

7月に入り暑い日が続くようになりましたね。暑いと言えば「食中毒」に気をつけなければならぬこの季節。学校での給食時、そして家庭での予防をしっかりと行いましょう。

食べることは生きることの基本

【7月の給食目標】

手洗いや服装など衛生面に気をつけよう

学校での基本は、手洗い・うがい！

そして、白衣を着用することです。学級給食の際は、家庭科室で着用しましょう。

【チェックポイント】

- ・手洗い済み？
- ・サイズOK？
- ・ボタン留めた？

※白衣を汚してしまった場合は、早めに連絡を。

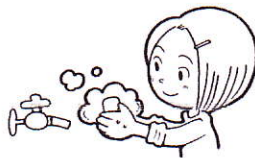


食中毒を予防するために

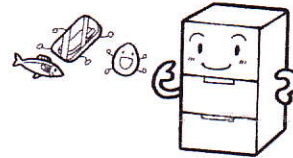
菌をつけない

菌を増やさない

菌をやっつける



手洗い



購入後、すぐに冷蔵庫



十分な加熱

野菜日記2

7月11日（木）3年生「技術の時間」の一コマです。みんなで畑の手入れをしていました。苗を植えてから早1ヶ月。野菜たちは、グングン成長しています。晴天が続くと嬉しいですね。



間引き



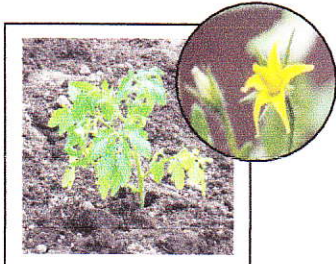
土かぶせ



草取り

クイズ！これなあに？

前号で出したクイズの答え合わせです！
正解は「トマト 」でした。



緑黄色野菜である「トマト」。カロテン・ビタミンC・ミネラル・食物繊維などからだの調子を整えるために必要なものがたくさん含まれています。トマトの旬は「夏」です。学校の畑にも実が付きはじめていますよ。



支柱立て