

4月給食だより



菟美市立 小中学校
ご入学・ご進級おめでとうございます。

新年度が始まりました。環境が変わり、4月は疲れがたまり

1年間よろしく願います!



やすい時期です。早寝早起きにつとめ、朝ごはんをしっかり食べて登校しましょう。給食でもみなさんの楽しい学校生活を願って、おいしい給食作りに努めたいと思います。

食物アレルギーについて理解しよう

食物アレルギーは、食べ物に含まれるたんぱく質などによって皮膚のかゆみやじんましんなどの症状を引き起こされ、ひどいときは呼吸困難など命にかかわることもあります。

花粉が多く飛散する時期や、心身が疲れているときなども発症することがありますので、気になる症状が出た時は、早めに専門の医療機関で受診しましょう。



アレルギーの原因となる主な食品



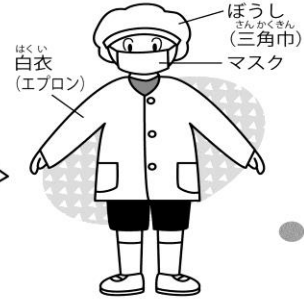
上記7つは加工食品への表示が義務付けられています。原因となる食品は人によって異なり、症状もさまざまです。また、症状が出なくなり、食べられるようになることも多くあります。

給食時間のすし方 準備編

給食当番の人

●身じたくを整える

- ・かみの毛が出ていませんか？
- ・つめはのびていませんか？
- ・下痢をしていますがいませんか？



●食器や食缶を協力して運ぶ



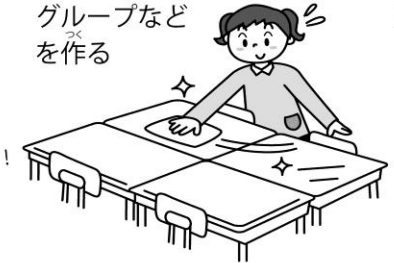
! 床に直接、食器や食缶を置かないで

当番以外の人

●窓を開けて空気を入れかえ、ごみを拾う



●机の上をきれいに片付け、グループなどを作る



●給食を受け取ったら、席で静かに待つ



! 給食を受け取る前に手を洗い、手を洗ったら、出歩いたり、あちこちさわったりしないこと

全員

●せっけんで手をきれいに洗い、清潔なハンカチでふく



●1人分ずつ丁寧に盛り付ける



スムーズに準備ができるようにみんなで協力しましょう。