

5月 食のおたより



令和5年4月26日

(毎月19日は食育の日)

福岡県立築城特別支援学校

新学期が始まり約1ヶ月が経ちました。子ども達も給食の決まりを覚え、給食室では、当番の号令のもと、

元気よくあいさつをする姿が見られます。さて、5月の給食目標は、「食事の前に手を洗おう」です。

夏の食中毒が流行する前に、正しい手の洗い方を再確認してみてください。

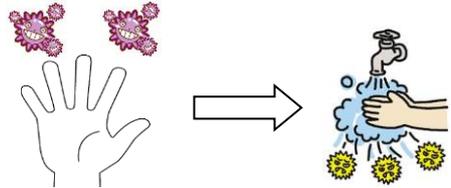
○ なぜ手を洗うの？

・手には、数え切れないほどたくさんのばい菌がついています。

⇒人の手は、病気のもとになるばい菌の「運び屋」!!

・手についたばい菌を洗い流すことで、食中毒や感染症を

予防することができます。



～正しい手洗いの方法～

—引用:文部科学省「食に関する指導の手引き」

1. 水でぬらす。 2. 石けんを 3. 手のひらを 4. 手のこうを 5. 指の間を

つける。

洗う。

洗う。

洗う。



6. 指先を洗う。

7. 手首を洗う。

⑧ 水で洗い流す。

⑨ 給食用のきれいな

ハンカチで拭く。



アルコール消毒
すると
さらに◎

★流水が使用できない場合の清潔を保つ方法を紹介し★

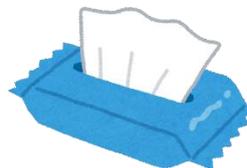
①水で濡らしたタオルやウェットティッシュで、汚れた部分や、汚れが残り

やすい指先・指の間・親指・手首を拭きます。



②手の消毒に使用できるアルコールをペーパータオルやタオルに

しっかり含ませたものか、除菌ペーパーで丁寧に拭きましょう。



～5月の給食～

5月は、新たまねぎやグリーンアスパラガス、たけのこなど春野菜がやわらかさと

甘味を出ておいしい季節です。給食でも「初夏のさわやかさを感じる献立」を

テーマに、旬の食材をたくさん使用しています。



*2日(火)は「八十八夜」:(2月4日の立春から数えて八十八日目にあたる日)です。

給食で、福岡県の八女地域で収穫されるお茶を使った八女茶ムースが登場します。



「八十八夜」に摘み取られたお茶は、やわらかくて質が
良いといわれています。また、緑茶に含まれる「カテキン」
などの成分は、老化防止や殺菌作用など様々な効果があ
ります。

クイズ

緑茶はチャノキの葉からつくら
れています。チャノキの仲間は何?

- ① ツツジ
- ② サクラ
- ③ ツバキ



答え ③ツバキ

チャノキはツバキの仲間です。チャノキの葉は、
緑茶、紅茶、烏龍茶などの原料になります。