



# 給食だより



千葉市立寒川小学校

こんげつ  
今月のめあて

えいせい き しょうじ  
衛生に気をつけて食事をしよう

## さいきん 細菌やウイルスはどこからくるの？

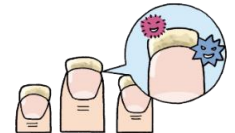
ドアノブなどに、細菌やウイルスがついている



ドアノブなどから手に細菌やウイルスがつく



手を十分に洗わずに、細菌やウイルスがついた手で食事をする



つめが伸びていると、  
つめの間に入り込むよ！  
つめは短く切ろうね！

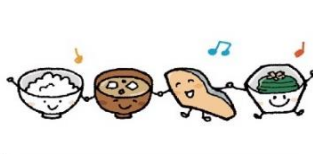


## よぼう かぜ予防のポイント

1 手洗い・うがいをする



2 しっかり栄養をとる



3 十分な睡眠をとる



4 適度な運動をする



## きゅうしょうとうばん 給食当番のポイント

①健康チェック

下痢や腹痛がある場合は、当番をひかえましょう。

②身支度

手洗い→白衣を着る→消毒の順に準備をします。

※マスクを忘れず持ってくる。

※髪の毛はぼうしに入れる。

長い子はうしろでしぼる。



### ●11月に使用した主な食材の産地

食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地
じゃがいも	北海道	キャベツ	愛知県、群馬県、千葉市	ねぎ	青森県	さといも	千葉県
にんじん	北海道、千葉市	もやし	千葉県、栃木県	はくさい	長野県、茨城県	りんご	青森県・長野県
たまねぎ	北海道	れんこん	千葉県	だいこん	千葉県	みかん	熊本県、和歌山県
こまつな	茨城県、千葉市	さつまいも	千葉県、茨城県	ごぼう	青森県	ぶたにく	千葉県