

かていすう  
家庭数

# しよくいく 食育だより

給食がはじまり、ひと月が経ちました。子どもたちは新しいクラスでの給食に慣れてきた様子です。

1年生も残しが少なく、盛り付けや食べ方も上手になってきました。

5月は新しい環境に慣れるのと同時に、疲れが出やすい時期です。また、季節の変わり目で体調管理の難しい時期でもあります。栄養と休養をしっかりとって、元気に毎日を過ごしてほしいと思います。

## 5月の給食の特徴は・・・

### ◆旬の食品を取り入れました。

かつお・わかめ・さやえんどう・キャベツ・アスパラガス・ごぼう・にら・じゃがいも  
さやいんげん・メロン・あまなつみかん

### ◆開港記念日にちなみ、横浜にゆかりの深い献立を取り入れました。

塩焼きそば・回鍋肉・麻婆豆腐・アイスクリーム

### ◆こどもの日にちなんだ行事食を取り入れました。

五目ずしの具



## 献立表確認のお願い

## 給食で初めて食べる食材はありませんか？

4月の給食は、初めて給食を食べる1年生のことを考慮して、配膳しやすく食べやすい献立にしています。また、新しいクラスでも安全に給食を食べられるように、なるべくアレルギー対応の少ない献立を取り入れています。

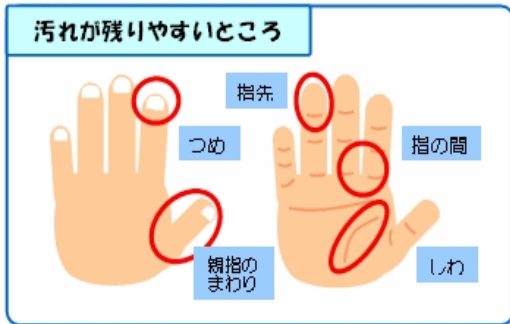
5月からは、年に数回しかない献立の提供や、旬の果物の提供が始まります。ここで心配なのが「アレルギーの新規発症（初発）」です。給食で初めて摂取する食材でアレルギーを発症する場合があります。献立表をご確認いただき、初めて食べる食材がある場合は、体調の良いときにご家庭で食べてみることをおすすめします。

5月はパイナップル（生）、メロン（生）、いかの提供があります。



# てあら 手洗いをしっかりしよう！

とうこう 登校した後、あと なか ひるやす 中・昼休みの後、あと きゅうしょく 給食・掃除の前後など、てあら 手洗いをする機会（きかい）はたくさんあります。手を石けんで（て せっけん）しっかり洗（あら）ってから食（しょくじ）事をすることで、びょうき 病気の菌（きん）やウイルスから体（からだ）を守（まも）ることができます。



○印は汚れが残りやすい所です。



1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲をのばすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗います。



6 手首も忘れずに洗います。

出典：厚生労働省

## 保護者向け

## ～嘔吐・下痢は素早く、適切に処理しましょう～

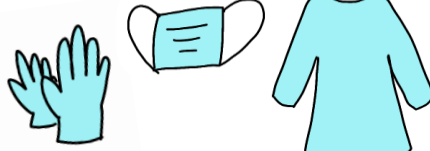
吐物が乾燥すると、吐物内のウイルスが飛散しやすくなってしまいます。空気中に飛散したウイルスは1時間程度漂うと言われていていることから、素早く適切に処理を行うことがポイントになります。

学校では、胃腸炎による欠席児童が多くなると、献立の変更を行う場合があります（サラダや果物の提供ができません）。感染が拡大しないように、ご家庭でもご注意いただければと思います。

### 処理セットを準備しておく则便利です



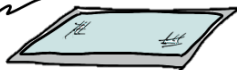
ビニールをかけた容器やエチケット袋（吐かせたり、ゴミを入れたりします）



使い捨ての手袋・マスク・エプロン



新聞紙、キッチンペーパーやいらぬ布きれ、ペットシートなど



次亜塩素酸ナトリウム

★消毒には次亜塩素酸ナトリウムを使用します。

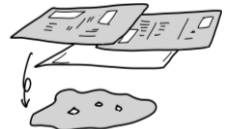
- ・500mlのペットボトルに、ハイターなどの塩素系漂白剤をペットボトルキャップ2杯分（10ml）入れ、水で薄めます。
- ※誤飲しないようにラベルなどつけておきます。
- ※作ったときは使い切るようにします。作り置きはしません。
- ※使用するときには換気をお願いします。

### 処理方法

1 手袋・マスク・エプロンを身に付ける。

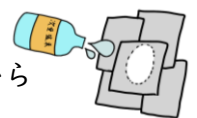


2 キッチンペーパーや布、新聞紙等を吐物にかける。次亜塩素酸ナトリウムをかけて拭き取る。

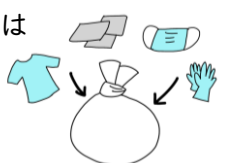


※拭き取る際にペットシートを使うと取りやすい。

3 吐物よりも広い範囲に新聞紙等を広げ、次亜塩素酸ナトリウムをかけ10分程度置いてから拭き取る。



4 処理に使用した物は全て袋に入れ、密封してから廃棄する。



処理をした後は必ず手を洗いましょう